

КЛЮЧ К БУДУЩЕМУ

КОНСТАНТИН
СЕЛЬЧЕНОК

ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ АРТТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ПСИХОПРОЦЕССОРА

ВАШ
РЕАЛЬНЫЙ
ПУТЬ
К СЧАСТЬЮ



УДК 159.923
ББК 88.5
С 29

Серия основана в 1998 году

Сельченко К. В.

С 29 **Ключ к будущему: Практическое руководство для пользователя арттехнологического психопроцессора / К. В. Сельченко.**— Мн.: Харвест, 2004.— 768 с.
· ISBN 985-13-1455-2.

Приятно держать в руках именно ту долгожданную книгу, которой как раз и недоставало для достижения действительного счастья! Тысячелетиями врачеватели, мистики и наставники мечтали об изобретении «машины желаний», но заветный инструмент развития жизни удалось создать только в наши дни. Ключ к конструированию собственного будущего подробно описан в этой книге.

Представленный здесь компьютерный психопроцессор прост в использовании, он в равной степени доступен зрелому человеку и младшему школьнику. С его помощью любой по своему желанию может легко и с удовольствием обучиться самым разным приемам и методам эффективной саморегуляции без всяких инструкторов и посредников, открыв тем самым свободный доступ к своим глубинным энергетическим и творческим ресурсам.

Эта книга — волшебный подарок всем тем, кто искренно жаждет переживания полноты собственной жизни, которая недостижима без развития мастерства осознанного саморазвития. Психопроцессор откроет Вам перспективу захватывающего приключения глубинного самораскрытия, поможет овладеть любым психическим процессом, который Вам бы хотелось контролировать лично. Это — ключ к полной власти над самим собой, без которой трудно прожить жизнь именно так, как Вам хочется.

УДК 159.923
ББК 88.5

ISBN 985-13-1455-2

© Харвест, 2004

ПРЕДИСЛОВИЕ

Возможно, эта книга содержит самое привлекательное из всех мыслимых интеллектуальных предложений. Во всяком случае, подробно описываемые в ней принципы и последовательно излагаемые методические приемы принадлежат самой красивой, самой удобной и самой интересной из всех известных ныне психотехнологий осознанного саморазвития.

Получая с помощью «Ключа» доступ к собственным глубинным потенциалам, каждый может использовать оздоровительные, образовательные и развивающие возможности, предоставляемые новой психотехнологией. В книге легко и доступно разъясняется все то принципиально новое о науке осознанного саморазвития, что возникло в человековедении за последнее десятилетие. Речь идет о новом подходе к неограниченному развитию скрытых способностей за счет особого рода мультимедийных стимулирований, заслуженно именуемых «безопасной психоделией».

Вы держите в руках на редкость полезную и увлекательно написанную книгу, позволяющую каждому научиться глубинному самоанализу и эффективному самоуправлению без помощи специалистов в области психотехники и различного рода посредников. Процесс обучения саморегуляции благодаря изложенной в книге психотехнологии окажется настолько легким, простым и приятным, что многие с радостью окажутся истовыми приверженцами нового метода развития собственной жизни.

Овладение описываемыми в книге алгоритмами саморегуляции доступно даже для подростка, не связано с общим уровнем образования и неизменно делает занимающегося намного активнее, созидательнее и выигрышнее, чем даже он сам себе таковым казался. Психотехнология по свидетельству специалистов характеризуется полным отсутствием негативных побочных эффектов и действительно в силу ряда принципиальных

особенностей является совершенно безвредным средством развивающей самостимуляции. Это — подлинный Ключ к действительным Тайнам Индивидуальности, от понимания возможностей которой в значительной степени зависит то будущее, которое все мы непрерывно создаем для самих себя.

С удовольствием изучив эту книгу и воспользовавшись прилагаемым к ней программным обеспечением, Вы сможете по достоинству оценить точность названия приобретенного Вами инструмента эффективного саморазвития — он воистину для Вас явится Ключом к Будущему.

ВВЕДЕНИЕ

«Все мы являемся большими художниками, чем можем себе представить»

Фридрих Ницше

Народная мудрость гласит: «То, что делается с удовольствием, делается легко и охотно, а потому всегда идет впрок». Настоящая книга представляет удивительно доступный метод обретения полной власти над собой и собственной жизнью. При чем ни с какими затруднениями, сопротивлениями или дискомфортом освоение этого метода не связано. Напротив, он представляет собой такую «технику удовольствия», благодаря которой можно легко и быстро выдрессировать собственный организм так, чтобы он научился исполнять приказы разума эффективно, в точности и в срок. Ну, не удивляемся же мы, в конце концов, доступности электричества, даже представляя, сколько изобретений, поисков и трудов стоит за простым включением освещения!

Прилагаемое к книге программное обеспечение поможет Вам превратить компьютерный монитор персонального терминала в мощный психорегуляционный инструмент, объединяющего достоинства физиотерапевтического кабинета, психотерапевтического гипнотария и комнаты психологической разгрузки. Предлагаемая компьютерная психотехнология позволит Вам превратить домашний компьютер в эффективное средство генерации удивительных психофизических состояний, дарующих истинную власть над собственным организмом, причем все это осуществляется без каких бы то ни было вредных последствий и не порождает никаких зависимостей.

«Ключ к будущему» представляет собой уникальный инструмент интенсивного психоэмоционального самосовершенствования. Дизайнеры и программисты постарались сделать его предельно удобным и простым в использовании. Но за внеш-

ней простотой сокрыта более чем двадцатилетняя работа многих творческих коллективов, сконцентрированная в трех компактных программах самоуправления. Лишь по мере овладения перед пользователем «Ключа» постепенно раскрывается глубина и стройность лежащих в основании психотехнологии моделей, концепций и методических правил, которые и позволяют обоснованно называть «Ключ» главной психотехнологией Третьего Тысячелетия.

Мощность и точность арттехнологического психопроцессора (именно так на языке специалистов в области компьютерных психотехнологий называется «Ключ») таковы, что позволяют ему сочетать полную безвредность биоактивных пищевых добавок с трансформационными возможностями мощных психоделических препаратов. По сути дела, «Ключ» создавался как конструктивная альтернатива агрессивной химической психоделии (фармакологически осуществляемому преобразованию сознания), оказывающей наряду с мощным развивающим влиянием не менее существенное разрушительное воздействие на организм и психику человека.

Творческая группа создателей «Ключа» удовлетворена тем, что ее многолетние экспериментальные и конструкторские поиски завершились успешным созданием совершенно безвредного средства радикального трансформирования человеческой психики в направлении, избираемым самим пользователем программы. Им посчастливилось столкнуться с некоей высокой истиной о человеческой природе, столь же загадочной, сколь и очевидной. Истина эта заключается в том, что **фундаментом человеческой индивидуальности является живая красота**, многими человековедами рассматриваемая уж слишком отвлеченно. «Ученые не изобретают истину, они ее обнаруживают. Настоящая истина дышит красотой, правильностью, очевидным качеством, которое дает ей силу откровения» (Роджер Пенроуз). Фактически содействию реализации этой истины о человеке и посвящена настоящая книга.

В книге излагается очень приятный и принципиально безвредный метод эффективного освоения психической саморегуляции. Он основан на формирующейся в последние десятилетия гениодинамике — практике обучения осознанному управлению собственным развитием. Самое ценное и наиболее важ-

ное для успешной практики психоэмоционального самосовершенствования можно узнать из этой книги. Фактически ее второе название — «Учебник по раскрытию личного творческого потенциала».

Понятно, что такое знание жизненно необходимо любому человеку, собирающемуся прожить счастливую жизнь, т.е. именно ту жизнь, которая рассматривается им самим как наиболее приемлемая и достойная. Настоящая монография содержит свод основных пониманий и представлений, доступных каждому всерьез интересующемуся собственным развитием, ознакомление с которыми открывает путь к обретению подлинной власти над самим собой.

Гениодинамика, простые правила и легко применимые рекомендации которой изложены на страницах этой книги, по сути дела является практикой психокультуры — практики творческого самовоздвения. Она представляет собой уникальное объединение открытий, сделанных тысячами человековедов, которые мечтали о грядущем слиянии Философии, Науки и Искусства в пространстве Практической Психотехники Самосовершенствования.

Гениодинамика утверждает возможность развития и упрочения власти Разума над Жизнью. Психокультура подразумевает под собой виртуозное мастерство творческого самовыражения во всех без исключения значимых сферах собственной жизни. Счастье перестает пониматься отвлеченно и относительно, но становится реальной практической задачей, осуществлению которой и посвящает свой труд продвинутый практик психокультуры.

Главное в освоении искусства осознанного управления собственным развитием — научиться охотно и с удовольствием совершать все то, что поначалу воспринимается как надлежащее, но малоприятное. Аналогия с необходимым приемом горьковатого травяного настоя или с надобностью развития выносливости достаточно точна. Мы многое осознаем как должное и необходимое, но наше рационально организованное пожелание нередко вступает в конфликт с внутренним произволением, которое нередко идет на поводу примитивных стереотипов и зависимостей. Согласование собственного «необходимо» и «хочется», приведение в соответствие рационально понимаемых

усилий и привычного нежелания трудиться и усердствовать — главный навык в жизни любого человека, изучающего возможности саморегуляции на примере упорядочивания собственной жизни.

Гениодинамика — это искусство без сопротивления и утруждений осознанно перепрограммировать собственную психику таким образом, чтобы полезное стало приятным, а бесполезное оказалось совершенно непереносимым и естественно отвергаемым. Достигнув такого уровня развития собственных способностей самоуправления, человек обретает желанную внутреннюю целостность и хочет того, что рассматривается его собственным «Я» как заслуживающее реализации, в то же время без особого напряжения избегая всего того, что понято им как излишнее или вредное, т.е. препятствующее его развитию и реализации им идеалов собственного счастья. Понятно, что для реализации такого состояния самосогласованности необходимо научиться сознательно налаживать свободный доступ к любой психобиопрограмме, управляющей собственным организмом, от клеточных до глубинно-биографических. Никакого чуда в этом искусстве нет — навыки системной саморегуляции подобного рода без труда развиваются всяким, воспользовавшимся настоящей книгой в качестве настольного учебно-методического пособия.

Программное средство, прилагаемое к настоящему учебнику, равно эффективно применимо всеми людьми, обладающими зрением и желающими развить интересующие их качество собственной натуры. Эта программа помогает быстро наладить успешную аутокоммуникацию, благодаря которой можно уверенно договариваться с собственной глубинной психикой, а значит осуществлять все свои заветные мечтания, реализовывать задуманное и достигать желаемого.

Программа позволяет надежно защититься от разрушительных последствий стресса и уверенно избавляться от надоевших психосоматических недугов. Она обеспечивает поддержку процесса осознанного развития способности обучаться и помогает совершенствовать структуру собственной памяти, изменяя эмоциональное отношение к конкретным фактам своего прошлого и извлекая из собранного на протяжении жизни опыта наиболее полезные для настоящего уроки. Программа содейст-

вует развитию коммуникационной компетентности и обеспечивает направленное раскрытие творческого ресурса интуитивной изобретательности, при этом расширяя возможности глубоко и всесторонне наслаждаться полнотой переживаний жизни.

Известный психотехнолог Оскар Ичазо заметил: «Никто настоящему не здоров, пока не чувствует благодарности ко всей Вселенной». Благодарен Творцу тот, кто ощущает свою свободную связанность во всем происходящим, находясь на прямом пути собственного творческого развития. Благодарность Создателю Вселенной и признательность добрым людям неразрывно связаны с успехом в самосовершенствовании и пониманием спектральной полноты собственных эволюционных перспектив.

Опыт показывает, что все счастливые обладатели «Ключа» по мере углубления своего владения предлагаемыми им возможностями принимают для описания собственной жизни метафору Путешествия по Пути. Даже несколько недель регулярных занятий предоставляют человеку множество возможностей удивиться поразительному масштабу собственной созидательной потенциальности. Перед пользователями «Ключа» открываются воистину фантастические перспективы, такие, к примеру, как развитие управляемой интуитивности или пробуждение дара сверхчувственного восприятия. Недаром многие спешат назвать «Ключ» инструментом Радужной Революции — самой гуманной и мирной из возможных революций, которая преобразует человека изнутри, делая былью все его светлые сказки о наилучшем в самом себе.

Благодаря «Ключу» каждый получает возможность вступить на Радужный Мост Аквариуса, ведущий каждого в Эпоху Водолея лишь одному ему известными тропами исследований и перевалами внутренних побед. Этот Радужный Мост только кажется зыбким и эфемерным. На деле же он оказывается прочнее всего существующего, ибо именно из загадочной радужной субстанции соткано все живое и разумное во Вселенной, сама живая Вселенная и каждый из нас. «Ключ» — это радуга в действии, позволяющая причинно управлять внутренними спектрами всего развивающегося, которое в силу своей живости само в себе является радужным.

Если рассматривать современное движение Нью Эйдж как тектоническую трансформацию общественного сознания в направлении осознанного развития индивидуального человеческого потенциала, то «Ключ» может быть понят как важный вклад в научно-социальную практику этого глобального реформационного движения. Нью Эйдж лишь на поверхности представляется примитивным суеверным магизмом, технократически окрашенным оккультизмом и гедонистическим материализмом. В своей глубинной сути это движение подспудно готовит человечество к тому, что многими пророками и мистиками именовалось Большим Скачком и представляет собой радикальную перемену общего состояния человечества как целого.

Мы уверены, что «Ключ» явится одним из ведущих психотехнических средств осознанного развития людей, распространение которого на деле подготовит желающих к участию в Большом Скачке. Речь идет об открытии новой эволюционной перспективы развития человека как вида и обнаружении новых возможностей человека как духовного существа. Как бы ни именовался Большой Скачок в соответствии с привычной терминологией отдельных культурных доктрин и религиозных вероучений, «Ключ», несомненно, будет способствовать подготовке людей к участию в нем, выступая в роли своего рода трамплина для Большого Скачка.

При изучении настоящего учебника следует учесть также и то, что в целом мастерство избирательного развивающего цветотвлияния весьма обширно и многопланово и как научно-практическая дисциплина, и как вид человековедческого искусства. В настоящей книге излагаются лишь наиболее общие и самые полезные для практического применения принципы, понимания и приемы. Геометрология, контрастодинамика, генерация многомерных изображений, биодидактика и арифмология, представляющие различные разделы гениодинамики как искусства осознанного возделывания скрытых потенциалов человеческого организма, будут подробно освещены в последующих учебных пособиях. Пока же данных предоставлено достаточно для того, чтобы, имея в своем распоряжении предлагаемое программное обеспечение, приступить к освоению искусства самовлияния. Такая самостоятельная работа помо-

жет подготовиться к испытанию более широких возможностей, предоставляемых искусством сенсорного самовлияния.

Первый этап обучения, которым поначалу вполне удовлетворится большинство пользователей, состоит в практическом освоении ведущих принципов гениодинамики — Принципа Предпочтения (императив выбора плацебо и уважение к биологической правоте расположений организма), Принципа Хроматизма Сознания (энергосмысловая синонимичность цвета интеллектуальным процессам как проявление визуальности мышления) и Принципа Акцентного Саморедактирования (кооперативная трансформация целого за счет направленной коррекции актуального).

Параллельно распространению «Ключа к будущему» предполагается развернуть широкомасштабный эволюционный эксперимент, к участию в котором приглашаются все пользователи предложенного программного обеспечения. Этот научно-прикладной проект станет первым общепланетарным массовым исследованием эволюционной эффективности психотехнологии интенсификации саморазвития. Учитывая экспоненциально нарастающие скорости усложнения современной жизни, время, отведенное самой Переходной Эпохой для проведения такого эксперимента, весьма ограничено. Поэтому его результатами смогут воспользоваться не только далекие потомки, но и все реальные участники исследования.

Нетрудно предположить, для кого встреча с «Ключом» окажется наиболее плодотворной, многообещающей и радостной. В числе будущих хромофилов — друзей радуги! — окажутся:

- стоящие на перепутье искатели счастливой жизни;
- страстно желающие обновить собственные переживания;
- трудящиеся над развитием детских потенциалов;
- изучающие искусства психотехнической саморегуляции;
- профессиональные человековеды;
- искатели захватывающих приключений;
- вдохновенные целители и одаренные наставники;
- ищущие глубинного душевного равновесия;
- всерьез озабоченные глубинным самооздоровлением;
- настроенные на действительное самопознавание;
- стремящиеся укрепить переживания реальности самих себя;

- не терпящие ахроматической гаммы;
- интенсивно развивающиеся;
- желающие управлять собственной жизнью;
- соскучившиеся по новизне в пространстве жизни.

Очень важно с самого начала изучения книги понять, что в ней речь не идет ни о каких умозрительных теориях. Каждая часть, каждая глава, каждый параграф, каждая фраза непосредственно касаются живой практики и без таковой утрачивают свой подлинный смысл. Именно практической и была задумана первая книга. В дальнейших изданиях гениодинамической серии мы подробно изложим как новые техники работы с «Ключом» (и последующими версиями программного обеспечения саморазвития), так и методологические основы искусства самосовершенствования, как оно понимается ведущими мыслителями Квантовой Эпохи. Но в данной книге описаны именно практические приемы, и все то, что необходимо понять для их успешного освоения и использования себе и окружающим во благо.

Именно восприятие данной техники как практического совета, как реальной технологии, как набора конкретных рекомендаций позволит «Ключу» реализоваться в позитивной трансформации Вашей собственной жизни. Многие судьбы окажутся новыми благодаря «Ключу». Многие отношения будут воссозданы и переменены с новой силой. Многие одаренности окажутся успешно обнаруженными и эффективно проявляемыми. Главное — понять наше предложение как сугубо практическое, рассчитанное не на мудрствования, а на применение. Эта книга — не для рассуждающих служителей науки, но для вдохновенных практиков собственной жизни!

Для удобства изучения и использования сама книга организована мозаично — собрана в виде отдельных тематических фрагментов, каждый из которых достаточно целен и может быть изучен как самодостаточный. Книга состоит из вопросов и ответов на них, а также из программных утверждений и комментариев к ним. Очень важно понять, что вынесенные в заголовки темы вполне естественно интересуют любого осознанно живущего человека. Комментарии и ответы же представляют

серии вполне конкретных рекомендаций и разъяснений, восприятие которых помогает осваивать возможности «Ключа».

Книга — всего лишь, только и прежде всего является **инструкцией к программному обеспечению**, которое, в свою очередь, является средством демонстрации справедливости изложенных в книге принципов и моделей. Поэтому как только Вам надоест читать книгу, приступайте к практическому ознакомлению с возможностями программного средства, после работы с которым вновь появившиеся вопросы совпадут с темами, собранными в книге. Так, периодически переходя от книги к программе и обратно, Вы сможете на практике познакомиться с основами гениодинамики, при этом не заикливаясь на упражнениях и не скучая над теоретическими разъяснениями.

Вряд ли кому-нибудь покажется заманчивой возможность сесть и прочесть книгу от начала до конца. Гораздо приятнее получать ответы на те вопросы, которые сами возникают в вашем собственном сознании. Поэтому истинная польза «Ключа» будет воспринята лишь устремленными к самоисследованию и желающими действительно понять, как можно применить идеи гениодинамики в улучшении собственных будней. «Ключ», понятый даже в пределах первого тома руководства для пользователей, который Вы держите в руках, способен сделать Вашу жизнь праздничной и волшебной. Недаром же многие, на личном опыте убедившиеся в сказочных возможностях «Ключа», именуют его не иначе как **«машиной желаний»!**

Важно понять, что более всего убедителен сам опыт работы с артпроцессором. Уникальность выгод может быть признана лишь после апробации программного продукта в процессе разрешения конкретных проблем, стоящих перед Вами. Глубокое понимание истинной ценности придет лишь со временем, с углублением личной опытности. Но все же удовольствие и радость «Ключ» подарит уже с первых минут обращения к нему за помощью.

Приятно осознавать, что занятия с «Ключом» столь же увлекательны, сколь и полезны. Возможностей для организации и проведения индивидуальных экспериментов в настоящем учебнике изложено достаточно даже для самых требовательных и заинтересованных практиков. Главное — не оставаться в пределах сухих рассуждений о допустимости тех или иных отвлечен-

ных положений, а обязательно пробовать, пытаться, стараться применить «Ключ» к своей жизни.

Основные паттерны для глубинной самоорганизации психики и гармонизации отношений, рассчитанные на представителей основных четырех биололичностных хромотипов, прилагаются в соответствующем разделе программного средства. Отберите нравящиеся Вам модели и рассмотрите, как они сделаны. Разберитесь с тем, каким образом их можно модифицировать для того, чтобы они соответствовали Вашим собственным интуитивным предпочтениям. В последующих книгах будут предложены целые серии алгоритмов создания коррекционных, лечебных и развивающих паттернов, хотя для начала интенсивной практической работы всего достаточно и в этом пособии.

«Ключ к будущему» — это программный инструмент целевого программирования собственной психики, т.е. орудие обеспечения осознанного самоуправления. Именно так его следует и понимать, и применять — не «просто так», но на материале конкретных проблем и с целью достижения вполне определенных желаемых состояний. Программа представлена в виде эргономически гармоничного интерфейса, интуитивно понятного и дружественного к пользователю. Поэтому использовать «Ключ» смогут даже далекие от компьютерной тематики пользователи. Главное — захотеть получить от этой программы поддержку в обновлении собственной жизни и немного потрудиться ради получения желаемых результатов. Во всяком случае, достигнуты они будут легче, приятнее и безопаснее любых других путей и методов самоуправления.

Разве это не чудесно — в любое время по собственному желанию быстро протестироваться и без особых усилий восстановить нарушенный цветоэнергетический баланс, тем самым ввести в собственный организм порцию недостающего ему порядка и организованности! Развитие обучаемости, предупреждение заболеваний, быстро восстановление душевного равновесия в кризисной ситуации, защита от болезней цивилизации, осознанная генерация вдохновения, интенсификация творческого развития и стимулирование изобретательской способности — разве этого мало для того, чтобы заинтересованно испытать предлагаемое средство на себе?

Трудно убедиться в реальности солнечного сияния, упрямо отказываясь выйти из затемненного помещения на свет. Так и «Ключ» со всеми его достоинствами и возможностями может быть познан и воспринят лишь в процессе личной практики, на личном опыте. Создайте свою собственную, художественно неповторимую Галерею волновых автопортретов. Сконструируйте несколько серий цветодинамических Инсталляторов для необходимых к усвоению психопрограмм. Накопите достаточный опыт использования «Психосоматического гармонизатора» для быстрого восстановления глубинной гармонии. Наконец, научитесь сравнивать различные паттерны состояний и подберите любимые музыкальные сопровождения к нравящимся анимационным паттернам. Пошлите образ своего настроения другу и постарайтесь понять эмоциональную суть присланных им кодов глубинных переживаний. Одним словом, попробуйте «Ключ» в самых различных приложениях — и примите на вооружение то, что Вам понравится более всего.

Для наиболее активных любителей цвета, для самых продуктивных мыслителей и эволюционно устремленных строителей собственной жизни со временем «Ключ» станет такой же незаменимой вещью, как, скажем, зубная щетка или полотенце. Артпроцессор должен быть доступен Вам всегда, чтобы быть к Вашим услугам в момент, когда Вы будете нуждаться в восстановлении равновесия или целевом переходе в какое-либо желаемое психоэмоциональное состояние, необходимое для выполнения той или иной творческой работы.

«Ключ к будущему» — только первое из пяти программных средств, которые Вы сможете использовать для интенсификации собственного развития. С его помощью можно существенно гармонизировать и расцветить собственную жизнь, сотворить множество счастливых и радующих обновлений повседневного существования. «Ключ» подарит Вам множество совершенно новых переживаний, соответствующих новым возможностям обновления жизни, которые и составляют существо осознанного саморазвития.

«Ключ» понравится прирожденным искателям. «Ключ» понравится деятельным оптимистам. «Ключ» понравится исследователям действительности. Одним словом, чем живее и подлиннее человек, тем скорее он воспользуется драгоценными

возможностями «Ключа». Так начнется одно из самых удивительных и радующих путешествий Вашей жизни. Да и в качестве подарка для любого искателя, стремящегося осознанно развивать собственную жизнь, равных «Ключу» не придумать. В конце концов, что может быть приятнее и интереснее планомерного и осознанного выстраивания программ собственной жизни!

Часть I

ДИРИЖИРУЯ СОБСТВЕННЫМ МОЗГОМ

Глава первая

«ОРГАНИЗУЮЩАЯ СИЛА РАЗУМА»

Чего всем хочется больше всего

Ну, конечно же, исполнения собственных желаний! Однако желание желанию рознь; они беспрестанно конфликтуют и сталкиваются. Поэтому любой человек хотел бы научиться успешно руководить процессом распределения очередности удовлетворения разных желаний посредством управления своими потребностями. Их как-то следует приводить в порядок, осуществлять, так сказать, менеджмент пожеланий и необходимостей. Любой из нас стремится стать тем, кем только захочет пожелать, при этом оставаясь в полном согласии со своей природой, т.е. с самим собой и своими желаниями.

*Все желания человека защищены презумпцией
благонамеренности.*

*Исконно дурных желаний не бывает.
Просто мы далеко не всегда правильно
понимаем самих себя.*

Кому не хочется обустроить собственную жизнь по своему усмотрению? Кому не захочется при любом повороте событий непременно оказываться на высоте положения и владеть ситуацией? Кто не захочет быть властелином своих собственных психоэмоциональных состояний? Наконец, вряд ли кто-нибудь, находясь в здравом уме и твердой памяти, откажется от возможности реализовать весь свой внутренний потенциал и во всей красе раскрыть свои творческие возможности. Ведь это приносит не только законное признание нас теми, кто для нас значим и ценен, но и позволяет нам самим испытывать глубо-

чайшее удовлетворение от возможности быть для других полезным, целительным, помогающим, радостным и спасительным.

Все это вместе называться искусством жить так, как самому того захочется. Такое мастерство является следствием освоения осознанного управления построением собственной жизни. Все эти возможности реально открывает перед каждым желающим «Ключ». Потому-то он по праву называется «Ключом к будущему».

Гармония с самим собой

На свете нет никого интереснее для нас, нежели мы же сами. Но мы с собой всегда странным образом разъединены, разотождествлены. Мы крайне редко в полной мере переживаем собственную индивидуальность, отождествляясь то с должностями, то с имуществом, то с выполняемыми действиями.

Главной дорогой жизни каждого из живущих является путь к себе. Все наши беды, нехватки и катастрофы, все наши утешения и болезни происходят из одной причины — из недоверия собственной природе, которое не позволяет нам свободно и играючи раскрывать богатейший потенциал творческих сил, которыми мы все прямо-таки переполнены.

Все жизнеспособное подвижно игрой противоречий.

Проблемы порождаются разобщением взаимодействующих сил.

Восстановление целостности — результат самопонимания.

Сами законы спонтанной самоорганизации неминуемо склоняют все живое к естественной гармонизации. Красота возникает ненасильственно, просто и легко, без принуждения и напряжения. Как вода выбирает нравящееся ей русло по тому, что в нем легче и удобнее течь, так и человек непременно устремляется к полноте объединения с самим собой, к осознанной реинтеграции, к воссоединению с собственной глубинной природой. И радость этой встречи с самим собой отмечает во все не завершение пути духовных поисков, а лишь начало истинно творческого интегрального самосуществования. Вернувшись к самому себе и обретя все собственные силы в сознательное пользование, человек начинает новую жизнь — осознанную, созидательную и устремленную.

Творчество и счастье — синонимы внутренней полноты.

Полнота самосуществования заключена в нас самих.

Возвращение к обретению себя и есть реинтеграция.

Обретшие гармонию с самими собой заметно выделяются из общей массы суетливых и напряженных людей особенным спокойным сиянием глаз. Создается такое впечатление, словно этим людям стало понятным что-то принципиально важное, что они обрели нечто безусловно ценное, что они справились с какой-то внутренней задачей, разрешили какую-то загадку, что дарует им право отныне оставаться самим собой в любой ситуации.

Речь идет не просто об успокоении разума и обретении контроля над чувствами. Обретший гармонию с самим собой человек ведает, сколь велики его собственные дары и силы; он знает, как приводить их в действие; он обрел уверенность в богатстве принадлежащего ему, а потому уверенно творит и совершенно спокоен относительно собственного будущего. Это состояние в седой древности называли «духовным пробуждением». Достигнув его, люди становились совершенно иными — новыми, прекрасными, удивительными и неповторимо созидательными, хотя при этом внешне ничем не отличались от окружающих, еще не обретших пробужденности.

«Ключ» как раз и дарит возможность развить в себе состояние пробужденности за счет освоения потенциала **возможностного состояния**, о котором и пойдет речь в настоящем руководстве. Главное — захотеть встретиться с собой, согласиться на пробуждение. Возможности же «Ключа» таковы, что после принятия этого важнейшего внутреннего решения встреча эта оказывается доступной, быстрой и легкой.

Разум как источник человеческого мира

Все вокруг придумано, изобретено и создано человеком. Материалы, устройства, приборы, машины и лекарства — все это порождено творческой мыслью создателей, ученых и мастеров.

Любое затруднение, ограничивающее нашу свободу и препятствующее нашему развитию, стоящее на пути желаемых нами достижений, преодолевается за счет принятия эффективных

решений и выстраивания творческих усилий, изобретаемых разумом.

Наличие разума является главным отличительным качеством человека, выделяющим его из животного мира. Интеллект является орудием успешного приспособления человека к капризам природных стихий, незаменимым инструментом выстраивания человеческого окружения, позволяющего людям комфортно существовать и безопасно развиваться.

Творчество — это выстраивание и созидание.

Творчество — это всегда строительство нового.

*Творец всегда заботиться о проекте,
материалах и мастерстве.*

Разумность означает возможность накопления опыта взаимодействий с миром и умение применить этот опыт для успешного достижения поставленных целей. Потому разумность может быть понята как строительный талант. Всякий человек является архитектором собственной судьбы и всего того, что составляет ее живую ткань.

Опыт успехов и ошибок, знание об удачах и провалах, информация о том, как следует вести себя в определенных ситуациях и известных условиях, накапливаются как самим человеком (в его собственной памяти), так и человечеством в целом (в генетической памяти и в анналах культурных накоплений).

Тот, кто умеет грамотно применить имеющийся в его распоряжении опыт и эффективно организует свои действия, оказывается впереди тех, кто неуспешен в использовании опыта и не может им воспользоваться в своих интересах.

Ключ к любым достижениям лежит в обеспечении доступа к нужному опыту, в принятии верных решений и в грамотной организации творческих усилий, реализующих достижение цели. Инструмент, способствующий всем этим преимуществам, по праву может быть назван «усилителем творческой силы разума». Именно таков «Ключ»!

Психологическая основа эффективности

Любая деятельность, любая работа, любое творчество координируются психологически. От точности наших восприятий, от тонких движений руки и едва заметных перемен позы зави-

сит наша убедительность в общении и результативность в работе над материалом.

Человек есть существо разумное. Чем устойчивее и чувствительнее, тоньше и гармоничнее организована его психика, тем эффективнее и успешнее оказывается любая внешняя деятельность. Чем более развита его психика, тем вероятнее оказывается успех любого начинания, предпринимаемого человеком. В ответственном деле важно достичь гармонии во всем: дыхание должно быть скоординировано с движениями руки, настроение должно поддерживать энергию творчества, а используемые интеллектуальные модели рабочего процесса должны соответствовать действительности производимой работы.

Раз уж все в наших делах так глубоко зависит от психического состояния, то нет ничего важнее для налаживания наших дел, чем осознанная психическая саморегуляция, именуемая сознательным управлением собственным развитием. Если секрет успеха кроется во внутренней целостности, в глубочайшем доверии собственным творческим потенциалам и неудовлетворенности любым частичным достижением, значит, саморегуляция — кладезь совершенствования наших дел и всей нашей жизни.

*Если человек отказывается от самоуправления,
им непременно начинают руководить другие.
Разрешение на внутренний хаос в нас самих
даем только мы сами!*

Если человек ссылается на неодолимость внешних влияний и неразрешимость сторонних проблем, значит, впадая в ересь самооправдания, он лишается возможности продуктивно улучшать все создаваемое и производимое им. Он сам отказывается от возможных достижений, необоснованно полагая, что что-то внешнее может этому помешать. Если человек впал в самооправдания из-за лени, то и после появления желания улучшить ситуацию он будет вынужден продолжать отказываться от самоактивного труда, так как вынужден будет проявить последовательность в настаивании на «невозможности» улучшения положения дел.

Для того, чтобы безусловно располагать возможностью развития собственных достижений, следует непрестанно помнить

о том, что возможности улучшить действия, развить понимания и усовершенствования восприятия есть всегда и могут быть найдены в любой обстановке.

Человек всегда может учиться на собственных ошибках и использовать личный опыт для улучшения образа своей деятельности. Но для того, чтобы успешно учиться и развиваться, следует помнить о том, что первейшим источником всякой эффективности и любого мастерства является уверенность в достижимости любой разумно поставленной цели и принципиальная возможность усовершенствовать все и вся. С такой уверенностью работая над собой, мы трудимся над усовершенствованием мира, находя все новые и новые поводы и причины для дальнейшего развития собственных сил и умений.

Мы сами санкционируем собственные успехи.

Мы сами утверждаем личные провалы.

Мы — и тюремщики самих себя, и избавители.

Если человек понял, что он сам находится в центре собственного мира и только от него самого зависит степень его успешности и масштаб его достижений, он уже находится на пути к действительному мастерству творчества собственной жизни.

Драгоценность свободной воли

Свобода представляет главное, принципиальное отличие человека от его животных предков. Именно обладание свободой выделяет человека из всего животного мира. Возможность распоряжения собственной свободой связана с обладанием разумом, принимающим решения и способным анализировать предполагаемые выборы и выходы из сложившейся ситуации.

Однако одного лишь наличия разума недостаточно для реализации дара свободы. Нужно еще хотеть ею распорядиться. Нужно еще быть уверенным в своем исконном праве на обладание свободой. Согласно христианскому богословию, даже Бог-Творец не может отнять у человека права свободного выбора — столь велик дар свободы и столь неотъемлемо он связан с предназначением человека как партнера Творца.

*Отнять у нас возможность выбора можем только мы сами!
В наших выборах окончательно властны лишь мы сами!
Мы всегда достигаем именно того,
на что сами и согласились!*

Влияние любых, даже самых жестких и запуганных условий и обстоятельств, никогда не отнимает у нас право выбора, никогда не лишает нас дара свободы. Существование среди других существ и в определенных природных условиях еще не означает автоматически навязываемого человеку рабства. Выбор возможен всегда и везде, в любой ситуации, при любых обстоятельствах. Просто многие люди привычно отказываются от собственной свободы, оправдывая свой страх перед выбором и свою лень перед ответственностью за принимаемые решения самогипнозом «зависимости от обстоятельств».

*Мы всегда получаем лишь то,
на что согласились, чего на самом деле хотим,
что сами создали собственными решениями.*

Мы сами санкционируем развитие любых состояний, которые, в конечном счете, определяют наши действия, а значит и те изменения, которые мы в состоянии произвести в окружающем нас мире, приспособив его под свои собственные нужды. Соглашаясь на пассивность, мы лишаем себя права творчески преобразовывать действительность, а потому вынуждены прозябать в той реальности, каковую получили по собственному произволению.

*Величайшая ложь — «истина» о реальности «несвободы»!
Ее выдумали те, кто привык выбирать худшее.
На свободу выбора человека не в силах посягнуть
даже Творец!*

Соглашаясь на дерзкое творчество, мы принимаемся за продуктивную работу, которая рано или поздно изменит мир к более приемлемому виду. И то, и другое — плоды наших собственных решений, результаты наших свободных выборов.

В притче о лягушках, попавших в сметану, указывается на то, что преждевременный отказ от активности неизбежно приводит к гибели, но согласие на попытку избавления, пусть даже привычно ошибочно кажущуюся бессмысленной, помогает

сбить сметану в масло — и в конце концов освободиться от власти ограничивающих обстоятельств.

Источник творческого дерзания — смелое решение!

*Корень смелости в решениях —
убежденность в полноте свободы!*

*Несвободы попросту не существует —
это болезненный вымысел!*

Любопытно, что свобода сама по себе есть особое состояние души, приносящее радость вне зависимости от принимаемых решений и совершаемых действий. Сам по себе осознанный выбор, само по себе пребывание в раздумии перед свободным решением наполняет человека несказанной радостью — радостью тотальной свободы от обстоятельств. Время этой радости кратко, но сила ее безмерна, ибо сам человек вправе продлевать это счастье ощущения собственной свободы сколь угодно долго.

*Мастерство исполнения соткано
из тысяч тренировочных медитаций.*

Вот эту-то радость труда свободного выбора и надлежит осваивать на простейших жизненных задачах в буднях — и выносить ее из опыта работы с «Ключом» над преобразованием ситуаций повседневной жизни. Оказывается, умение поступать как свободный человек тоже должно развиваться, осваиваться и тренироваться, подобно любому другому человеческому умению.

Действительность свободы человека

Настоящей свободой человека является не пассивная защищенность от неприятных влияний, но свобода в выборе собственных состояний в любых условиях, свобода выбора нравящегося и рассматриваемого как целесообразный образа поведения вне зависимости от тяжести обстоятельств. Реальна лишь свобода определения собственного курса развития без оглядок на советчиков и противников. Свобода, понятая как управление собственным развитием, является действительной, так как только сам человек решает, каким ему быть и как ему взаимодействовать с миром и людьми.

Свобода реальна лишь в конкретных решениях.

Без свободных выборов свобода недействительна.

Практика жизни созвучна неуклонному возрастанию свободы.

Однако декларирования свободы управления своим развитием недостаточно для реального переживания свободы. Этому еще следует научиться, а для овладения этим искусством, кроме времени, желания и усердия необходим еще и инструмент. Таким инструментом и является «Ключ к будущему».

Когда человек получит возможность реализовать личное право на освоение свободы, тогда он и сделает первый шаг к свободе — станет ею овладевать или откажется от нее сам.

*Овладеть, освоить, развить, научиться, суметь —
свобода ценна, когда она понимается
как реализованное право.*

Реализовать потенцию своей свободы, преодолевая усвоенные с годами недоверие к себе и неуверенность в собственных силах, легче и проще при использовании соответствующих психотехнических инструментов. Разумеется, в ограниченных пределах можно научиться управлять собой и без поддержки «Ключа». Однако такая свобода достанется незаслуженно дорогой ценой, да и пределы ее рискуют оказаться достаточно ограниченными, учитывая все те впечатанные в нас десятилетиями репрессивного воспитания и хронических неудач программы недоверия к собственной неотъемлемой свободности.

Свобода изначально дарована каждому.

Однако ее еще необходимо научиться пользоваться.

Быть подлинно свободным — величайшее из искусств!

Иметь возможность приложить право свободы на каждом шагу собственной жизни, виртуозно владеть собственными дарами, применяя гармоничный инструмент управления собственной психикой, постигать вершины дипломатического мастерства в общении с самим собой, прорываться через любые проблемы и сопротивления к желаемым достижениям — об этом можно только мечтать.

*«Ключ к будущему» — психотехнология
реализации свободы.*

Не следует мешать собственному развитию в том, чтобы неосмотрительно хвататься сразу за попытки мгновенного решения общемировых проблем. К проблемам следует относиться уважительно — без страха, но с почтением. Проблема — это поле работы, пространство усилия, возможность продвижения. Поэтому в каком-то высоком смысле проблема является партнером свободно развивающегося человека.

*Неуважение к проблеме — неуважение
к действительности жизни.*

Поэтому свое влияние на мир необходимо расширять и наращивать постепенно, так, чтобы каждый шаг, каждая удача, каждое развитие влияния приносили бы действительную радость и глубокое удовлетворение.

Только шаг за шагом осваиваемая территория свободы навсегда останется под контролем освоившего ее. Лишь изучив возможности применения «Ключа» в решении бытовых задач и повседневных вопросов и существенно усовершенствовав свою каждодневную жизнь, можно опытным путем достичь понимания того, как лучше применить «Ключ» для достижений, которые большинством признаются как значительные.

Управляющий собой человек — ключ к решению любых задач внешней жизни. С помощью «Ключа» могут быть открыты любые врата — он дарует возможность самоуправления!

Абсолютная свобода выбора

Отягощенный индустриальной промышленностью и бытовой техникой мир сегодня привил людям совершенно ложные идеи относительно принципиальной зависимости и вынужденной роботности их собственного существования. Несмотря на все декларативные заявления о полноте личностной свободы, многие земляне продолжают оставаться сторонниками идей рока и судьбы, кармы и провидения. Они на каждом шагу соглашаются на совершенно необязательное рабство лишь потому, что приучены забывать о главном факте их собственной жизни — о принципиальной недостижимости области личной свободы для вмешательства других людей.

Никто не в состоянии вторгнуться в нашу сокровенную сферу принятия личных решений, если только мы сами не отка-

жемся от личной свободы и не позволим другим управлять нами с нашего же собственного согласия. В понимании полноты собственной свободы заключено возможное величие человеческой жизни. В отрицании абсолютности личной свободы кроется секрет губительного рабства, на которое человек обрекает себя самого сам, руководствуясь ложными представлениями об относительности своей свободы.

Тайна свободы — в нашем согласии на ее принятие!

Способность свободного выбора, как и любая другая способность человека, будучи неиспользованной, гаснет и чахнет подобно костру, оставшемуся без топлива, или растению, оставленному без солнечного света. Только каждодневная тренировка умения свободно выбирать способствует гармоничному развитию чувствительности и воли. Человек по мере развития дара свободы перестает подолгу сомневаться в производимых им выборах, так как в его разуме просыпается удивительное ощущение понимания надлежащего и отвержения негодного. Научаясь выбирать и умом, и сердцем, человек все увереннее идет по дороге собственной жизни, не только переставая ужасаться возникающим проблемам, но и охотно используя их в качестве поводов развития личной свободы и творческих умений.

*Выборы как акты свободы равноценны
и в великом, и в малом.*

Никогда не следует рабски соглашаться на вынужденное ограничение полноты личного выбора. Если каждый день и каждый час мы остаемся хозяевами самих себя и принимаем решения вполне самостоятельно, а значит свободно и ответственно, то и в великом мы оказываемся в состоянии совершить именно тот выбор, который сами посчитаем единственно правильным и за который готовы нести всю полноту личной ответственности. В любых условиях, вне зависимости от обстоятельств и ситуаций, всякий человек способен проявлять максимум позитивной свободы, выбирая свои состояния и определяя свои реакции и поступки.

*Отказ от свободы всегда совершается
совершенно свободно.*

Просто мы пытаемся защититься от личной ответственности за сделанный по лени или неразумию выбор, ссылаясь на «неодолимые» внешние обстоятельства и «безусловную вынужденность» своего положения.

Развитие дара свободы — единственный путь, ведущий человека к подлинному счастью, предоставляющий ему возможность полного раскрытия всех своих творческих потенциалов и являющийся истинной вершиной человеческого достоинства.

*Без свободы не может быть никакого развития,
никакого творчества, никакого счастья.*

В этом-то и заключается преимущество, предоставляемое «Ключом» каждому, кто согласится на его применение в собственной жизни. «Ключ» является тренажером развития свободных выборов, устройством, предоставляющим возможность совершенствовать умение пользоваться даром собственной свободы во всей ее полноте.

Творчество как разрешение проблем

Творчества без затруднений не бывает. Существо любого творчества представляет собой высвобождение пути для Потока Жизни, уткнувшегося в очередную преграду. Хотя непреодолимых преград не бывает, все же многие иногда кажутся таковыми. Творчество оказывается чудом преодоления ограничений свободы развития.

*Творчество является приложением разума
к собственной жизни.*

*Разум подобен кентавру с мудрым взором
и чувственным крупом.*

Для такого могучего существа преград не существует!

Несвобода чаще всего оказывается внутренней, самопричиненной, самопорожденной, не имеющей достаточно веских оснований вовне. Несвобода имеет причины внутренние, субъективные, личностные, бессознательные, психоэмоциональные, но никак не внешние, не объективные.

Возможностное состояние предлагает путь к преодолению каждой своей собственной ограниченности. Принятие вызова проблемы устремлением к использованию **возможностного со-**

стояния гарантирует переживание радости преодоления преграды. **Возможностное состояние** раскрепощает разум и возбуждает непобедимую уверенность в собственных силах.

Возможностное состояние комфортно и естественно для человека. Однако оно должно быть развито, натренировано, освоено, что легко достижимо с помощью регулярных занятий с «Ключом». Когда **возможностное состояние** достаточно освоено и может генерироваться просто по желанию, все равно использование «Ключа» целесообразно, так как прекрасные анимации рождают чудесные решения, объединяя приятное с полезным.

Творчество синонимично течению жизни, естественному дыханию и каждодневному питанию. Нет ничего удивительнее, увлекательнее, приятнее и интереснее, чем каждодневное творчество, рассматриваемое как естественный процесс разрешения любых возникающих проблем. Энергетически именно творчество, вызываемое к жизни преградами и препятствиями, возбуждает и интегрирует организм. Поэтому его можно рассматривать в качестве главного источника жизнеспособности, удовлетворенности и здоровья.

Каждый получает наибольшее счастье от собственной жизни лишь тогда, когда он научается произвольно преодолевать любые ограничения к реализации собственных пожеланий, т.е. осознанно справляться с любыми проблемами на пути собственного развития. Самым простым и естественным способом обучиться осознанному самоуправлению является освоение «Ключа к будущему».

Почему людям не нравится разрешать проблемы?

Затруднение — это естественный элемент жизненного процесса как потока непрекращающегося развития. История эволюции во всех ее неисчислимых опытах доказала: непреодолимых преград во Вселенной попросту не существует. Так что в конечном итоге вся жизнь оказывается драмой с многочисленными действующими лицами, завершающаяся счастливым концом только для окончательных победителей. Ими неизменно оказываются как раз те, что не разуверились в собственных возможностях и продолжали искать возможный выход даже из абсолютно безвыходных ситуаций.

Люди почему-то не привыкли целенаправленно воспитывать в самих себе героев-победителей. Многие не спешат поддерживать друг друга в трудную минуту, напротив, привычно советуют все бросить и удалиться на покой. Мы не обучены продолжать сражаться после того, как казалось бы надежды на победу угасли. Мы не понимаем, что неуспех складывается не вокруг нас, но в наших собственных душах. За ним стоит привычно принимаемое решение отказаться от дальнейшей борьбы после нескольких банальных неудач.

Исследования психофизиологов убедительно доказали, что главным условием победы является глубинная уверенность в несломимости собственной победительности и в наличии в любой ситуации хотя бы одного шанса на наилучший исход. Именно эти внутренней установки, эти глубинные убеждения, эти неосознаваемые внутренние истины помогают героям преодолевать преграды там, где все остальные уже поспешили согласиться с их неодолимостью.

В любой проблемной ситуации человек обязан настраивать себя на убежденность в ее принципиальной разрешимости. Так он, по крайней мере, перестанет стоять у самого себя с пути и не будет преграждать путь собственной творческой инициативе. Именно ориентация на принципиальную разрешимость высвобождает глубинные потенциалы успешных поисков решений. Такая убежденность в возможности победы должна стать привычной, естественной, автоматической. Этому настрою на победу можно научиться с помощью «Ключа».

*Секрет любого успеха —
в привычке считать себя победителем!
Лишь согласившийся на победу находит
необходимые возможности.*

Репрессивная культура, советовавшая «сидеть тихо и не высовываться», более всего приветствует развитость таких качеств, как конформизм, склонность к самоцензуре и готовность к капитулянтству и пораженчеству. Те же, кто не согласен на меньшее из всего возможного и стремится к максимальному достижению, обязательно научаются получать особое удовольствие от преодоления невозможного. Они нарушают правила игры с обстоятельствами, точнее, усилием собственной воли

они умудряются изменять сами правила игры в собственную пользу. Такие привычные к собственным победам бойцы по достоинству начинают ценить проблемы и осложнения как чудесные трамплины для взлета самоуважения и интенсивного развития способностей.

Секретное оружие гениев

Гении отличаются от остальных людей способностью творчески порождать принципиально новое знание, революционно изменяющее весь культурный ландшафт современности и будущего. Процесс творчества гения можно сравнить с извержением вулканической лавы, прорвавшейся на поверхность сквозь оковы земной коры и изменяющей саму структуру ландшафта поверхности.

Гениальность — это умение оставаться источником жизни.

Гении всегда излучают, порождают и выплескивают.

В гениальности проявляется солнцеподобие человека.

Большинство людей не открывают ничего принципиально нового потому, что уверены в открытости всего необходимого и в невозможности изобрести что-нибудь из ряда вон выходящее, подвергая при этом сомнению общепринятые фундаментальные истины. Мысль рядового человека скована общими для большинства людей предрассудками и распространенной уверенностью в полной изученности мира. За истинные ими принимаются лишь общепринятые мнения. Такие люди другим доверяют значительно больше, чем самим себе.

Конформисты как оппоненты гениев пассивны, сероваты и скучны.

Они всегда остаются в бездействии перед закрытыми дверями, которые и должны быть распахнуты с помощью управляющим настроением и состояниями живых радуг «Ключа к будущему».

Гении умеют ставить радикальные вопросы, подвергая пересмотру все то, что окружающим кажется неоспоримым. В поисках ответа гении обращаются к собственным глубинам, так как другие до них вовне отыскать ответ не смогли. Гении убеждены в существовании ответа и в том, что он непременно будет най-

ден в их собственном внутреннем мире. Именно эта убежденность в собственной творческой состоятельности помогает им идти в творческих поисках до конца, опираясь на свои силы.

Гений умеет опереться на собственную победоносность.

Секрет гениальности заключен в объединении искусства задавать острые вопросы и убежденности творца в собственной правоте, проявляющейся в глубоком доверии к своему разуму. «Ключ» предоставляет каждому возможность овладеть секретом гениев — разбудить в себе способность к продуктивному вопрошанию и проникнуться глубочайшим доверием к собственным творческим возможностям. **Гениодинамика** — искусство самосозидания гениев.

Интерес как ведущая интеллектуальная эмоция

Само по себе изучение нового нейрохимически приятно, так как гармонизация напряженными вопросами мозговых клеточных ансамблей приводит к продуцированию нейротрансмиттеров — особых веществ, вызывающих глубоко приятное переживание неги и облегчения. Само по себе переживание интереса во всех его многообразных проявлениях — от примитивного рефлекса «Что такое?» до удовлетворенности сделанным мировым научным открытием — неизменно связано с сильными позитивными эмоциями и потому целительно для организма человека, переживающего состояние искренней творческой заинтересованности.

Трудность состоит в том, что наряду со свободой исследования мира у многих с раннего детства подавлена эмоция интереса. Как и всякое адаптивно ценное состояние, переживание интереса необходимо поддерживать, тренировать, укреплять, развивать и осваивать. Сделать же это можно лишь при регулярном оживлении состояния интенсивной увлеченности, т.е. при непрерывном познании нового и удовлетворении интереса к самым различным объектам.

Отсутствие собеседников приводит к забыванию речи.

Отсутствие интереса к миру выключает из Вселенной.

Развивается лишь непрестанно упражняемое состояние.

Сильно развитая эмоция интереса отличает всех интеллектуально развитых людей. Сама по себе эмоция интереса глубоко мотивирует людей на достижение искомого результата. Вот почему все то, что нас интересует, ради предполагаемого переживания удовлетворения интеллектуального любопытства, подвигает людей на то, чтобы читать книги ночью под одеялом или тратить последние деньги на путешествие в неисследованные районы планеты.

Развивать эмоции интереса можно лишь на создании условий свободного изучения всего нравящегося — всего того, что рассматривается как интересующее. Без интереса творчество не может быть эффективным, так как недостаточно активируются оба полушария мозга, неизменно участвующие в процессе поиска наилучшего.

Привитие интереса к преподаваемому предмету — главная задача обучения. Если сильно желание в кратчайшее время овладеть искусством управления своей жизнью, необходимо старательно сосредотачиваться на всем интересном, что только оказывается в пределах чувствительности органов чувств. Само по себе развитие интереса — приятная и полезная вещь, вполне заслуживающая того, чтобы ею заниматься вполне целенаправленно и планомерно.

Бессмысленность неприятных переживаний

Распространенность негативных переживаний вовсе не означает их природной естественности. Неприятные эмоции не лишены эволюционного смысла как реакции на неблагоприятные изменения ситуации. Однако они вовсе не должны занимать значительную долю времени человеческой жизни.

Дурные переживания животных мимолетны и эфемерны. Ситуация исправлена — и настроение вновь гармонично и положительно. Человек же привычно восстанавливает картины ужасов прошлого и проецирует их разрастание в пессимистически воспринимаемое будущее, благодаря чему глубоко и привычно погружается в болезненные переживания, застревает в них целиком и надолго.

Депрессивных животных не бывает. Затравленные страхом мыши встречаются только в лабораториях. Снедаемые ревнос-

тью и охваченные жадой мести особи выводятся за рамки существования логикой самой эволюции.

Негативные эмоции разрастаются при нехватке позитивных.

Всегда найдется повод заместить злобу радованием.

Дурные переживания — банальные вредные привычки.

Тот же разум, неорганизованные автоматизмы которого генерируют хронические негативные эмоции, способен помочь желающим купаться в счастье навсегда избавиться от роковой власти неприятных переживаний. Роковая власть дурных эмоций обязательно должна быть преодолена с помощью «Ключа», искусное применение которого помогает легко и просто разряжать энергии дурных переживаний и осознанно настраиваться на созидание позитивного будущего благодаря конструктивному осуществлению собственных желаний.

Зачем человеку самопонимание?

Всякому человеку естественно хочется знать, с кем ему предстоит иметь дело. В этом отношении он сам не составляет исключения. Мало кто будет спорить, что менее всего каждому из нас известно именно о нас самих. Дело здесь не в отсутствии интереса к самим себе. Проблема заключается как раз в обратном: мы сами для себя настолько важны, что к отбору информации о себе относимся крайне пристрастно, а потому она редко оказывается соответствующей истине. Если же к этому добавить общее неверие людей в собственные силы и привычное для общества воспроизводство глупости, поддерживаемое всеобщим принятием правоты репрессивного управления, вот и выходит, что самих себя мы в итоге знаем хуже, чем кого бы то ни было, хотя и отрицаем это изо всех сил.

Самопонимание синонимично адаптивности.

Незнание собственных глубин слишком многим опасно.

Прежде всего необходимо познакомиться с самим собой.

Итак, почему многое в нас самих от нас же сокрыто, понятно — слишком важен предмет интереса и слишком опасны последствия разоблачения собственных иллюзий о себе самом. Однако любому человеку крайне неприятна собственная бес-

сознательность, тем более, что нередко именно она оказывается главной причиной неудач, ошибок и катастроф.

Каждый человек в каждый миг собственной жизни стоит на границе большего понимания себя самого. Всякое очередное зарождающееся понимание самого себя питается интересом к бессознательному. Но лишь радужный язык «Ключа» ведет к истинному самопониманию.

Самопонимание — это и власть над собой, и источник истинного самоуважения — прочного, устойчивого, обоснованного. Именно оно делает наше поведение более предсказуемым, более организованным, более целенаправленным и более творческим.

Личностное развитие является экзистенциальной внутренней потребностью целостной души. Но именно самопонимание оказывается тем полезным результатом, который является плодом реального личностного роста. Сознание, как и все живое во Вселенной, естественно стремится к развитию. Процесс собственного развития человек осуществляет как непрерывное переистолкование собственного психического, своих оценок и убеждений, собственных ориентаций и стратегий.

Самопонимание — для всех желанный плод. Тайны внутреннего мира манят более всего на свете, ибо ближе нас самих к нам же предмета не отыскать. Понять — значит, справиться и воспользоваться. Так что помимо удовлетворения глубинного интереса к собственным недрам, самопонимание дарит возможность более продуктивного использования человеком всех присущих ему дарований, количество и мощь которых трудно переоценить, столь они велики и столь бурно разрастаемы и развиваемы с каждой новой победой в развитии.

Идеальный психотерапевт

Похоже, что психотерапевт — фигура исторически временная, виртуальная, пробная, не состоявшаяся и на наших глазах уходящая в небытие. Развитие массовой психотерапии можно связать лишь с утратой традиций воспитания и разрушением института самовоспитания, характерными для перехода к Эпохе Водолея.

По мере развития инструментов самовоспитания и ауторегуляции достаточно скоро необходимость обращаться к психоте-

рапевту мало-помалу отпадет сама собой. Люди вновь станут вполне свободными от «руководящего» и «назидующего» влияния совершенно посторонних лиц, от профессионализма и порядочности которых они вынужденно зависимы. То же, по видимому, но чуть медленнее, будет происходить и с медиками, и с юристами, и с педагогами. Все эти функции будут осуществляться самим человеком при экспертно-консультационной поддержке специалистов и активном использовании высокопродуктивных программных продуктов, вбирающих в себя опыт многих сотен выдающихся человековедов-профессионалов.

Личностная зрелость синонимична личностной автономии.

Человек обязан быть компетентен в вопросах саморазвития.

Постараемся разобраться, какие функции сегодня вынужден выполнять успешный психотерапевт. Он обучает обратившихся к нему за помощью искусству успешного самоспасения, т.е. выступает не столько в роли врачующего спасителя, сколько в роли педагога, обучающего мастерству искусного развития.

Психотерапевт — это, прежде всего, творческий психопедagog, заряжающий своих подопечных жадой повседневного самотворчества и передающий основные навыки осознанного управления собственным развитием. Психотерапевт стремится всеми силами укрепить глубинное доверие пациента собственным силам и обучить эффективным приемам успешной реализации присущих каждому способностей, дарований и потенциалов.

Умение заботиться о себе — осевой фактор адаптации!

Человек — не пластилин, но пробивающийся к Солнцу росток!

Истинно гармоничное развитие движимо изнутри!

Этически состоявшийся психотерапевт никогда не лезет к пациенту в душу со своими проблемами. Напротив, он сам в себе достаточно счастлив, чтобы собственным благополучием вызывать доверие своим знаниям и умениям. Профессиональный психотерапевт прекрасно знаком со всем тем, что касается особенностей текущего состояния клиента, однако в личных целях эти знания не использует. Он тактичен, доброжелателен, широко образован, усерден и исключительно умен, причем не только рационально, но и художественно и интуитивно.

Если придирчиво рассмотреть все составляющие образа идеального психотерапевта, то получится, что в пределе быть идеальным психотерапевтом может лишь сам человек для самого же себя. терапевтировать самого себя и увлекательно, и ответственно, и эффективно. Однако стать психотерапевтом и овладеть искусством управляемой трансформации собственной психики не так уж просто. Вот тут-то и приходит на помощь «Ключ». Именно усердное овладение возможностями анимационного психоконструктора поможет желающим научиться работать с собственными содержаниями, привычками и наклонностями, подобно идеальному психотерапевту. «Ключ» — это инструмент успешной аутопсихотерапии..

Сколько видов радости нам известно?

Современная репрессивная культура даже не предполагает, что радостей может быть множество. Точнее, источников радости, как считается, действительно может быть превеликое множество, а вот радость как испытываемое переживание всегда почему-то одна и та же. В то же время мастера восточной мистической психологии (буддийской, суфийской, йогической) предметно исследуют и рассматривают как самостоятельные многие десятки видов радостей, отличающиеся друг от друга так же радикально, как, к примеру, грусть отличается от уныния или самоозлобления. Просто наша культура не ориентирована на содействие развитию переживаний радости. Даже сам термин «наслаждение» всегда встречается со странным подозрением, будто в удовольствии возможно нечто преступное.

Различаются оттенки того, что имеет наибольшее значение.

Жители Севера различают десятки оттенков снега.

Внимание к радованию углубляет различие наслаждений.

Каждое состояние радости обладает для человек своей особенной неповторимой ценностью. Радости подобны драгоценным самоцветам, вплетаемым в венец нашего земного существования. Радости — это различные опыты свободы, различные формы наслаждения, различные образы счастья. Причем, как и всякие другие переживания, радости обладают «способностью к размножению». Стоит поделиться своим чувствованием с ближним, как совокупное число радостей во Вселенной приум-

ножается. При этом никто ничего не утрачивает, а все только приобретают. Таков типичный пример **ненулевой игры** — когда всем становится хорошо без обязательности того, чтобы кому-нибудь должно было бы стать плохо.

Современная цивилизация не знает учения о радости, потому что иллюзорное предположение о конечности и ограниченности жизнедающих ресурсов сформировало некий фоновый пессимизм, который не позволял предаваться исследованию радостей как главных состояний человеческого бытия. По мере же предстоящего развития нерепрессивной культуры в будущем станет очевидным, что именно умение радоваться является главным ресурсом человечества, причем ресурсом принципиально неисчерпаемым, оказывающимся волшебным ключом ко всем другим ресурсам жизни.

В состоянии радования человек, сам того не подозревая, естественно открывается прямому творческому влиянию живой Вселенной, которая интенсивно животворит его творческие таланты и делает способным разрешать любые житейские, научные и политические проблемы. И первейшей из радостей, стремительно распахивающей нас для восприятия созидательных энергий Мироздания, оказывается радость быть самим собой, т.е. осознанно управлять развитием собственной жизни на основании лишь одних только своих решений.

Ключ к изменению собственной жизни

Все в нашей жизни зависит либо только от нас самих, либо от переплетения всевозможных совершенно случайных факторов. Либо мы сами стоим у руля корабля собственной судьбы, либо нас мотает всеми ветрами в какую попало сторону, бездумно и без конца.

Если мы выбираем в качестве творческой стратегии собственной жизни сознательное самоуправление своим развитием, мы должны признать, что от того, как мы запрограммируем самих себя на те или иные общения, действия или восприятия, таковыми они все и окажутся. Фактически, какой мы свою жизнь нарисуем и воплотим, какой ее и будем созерцать да вкушать. Не больше, но и не меньше.

*Либо мы становимся художниками собственной жизни,
либо нас выдавливают на палитру словно из тюбика.*

Психика в нас самих функционирует как организованная совокупность определенных психопрограмм, реализующих достижение различных целей и результатов в соответствии с иерархией взаимно соотносящихся стратегий нашего собственного развития. Все без исключения программы в нашей собственной психике свободно доступны управляемому сознательному редактированию.

*Мы всегда можем переделать то,
что выходит в тираж жизни.*

*Только халтурщик соглашается издавать сырые тексты.
Редактирование — метафора творческой психокультуры.*

Общая схема преобразования собственных психопрограмм предельно проста и едина для любых сознательных трансформаций жизни:

- обнаружение неудовлетворительного программного фрагмента;
- выявление причин его неэффективности;
- изменение и приведение к необходимому виду;
- проверка эффективности полученного фрагмента;
- корректировка для достижения требуемой эффективности;
- объединение с целостным психическим контекстом.

Арттехнологическое программное средство «Ключ» по сути дела является внешним компьютерным инструментом проведения редактирования человеком его собственных психограмм. Мало иметь инструмент — нужно еще мастерски овладеть всеми его возможностями, которых немало, да и многие из них до сих пор не до конца исследованы и даже не выявлены.

Навыки самоуправления и саморедактирования достаточно просты. Но выполнять их следует тщательно и мастерски. Иначе получаемые неудовлетворяющие результаты будут приписаны недостаткам самого психоредактора, в то время как причиной неэффективности явится некомпетентность самого управляющего субъекта. Овладение умением проводить целенаправленное саморедактирование психограмм в будущем будет таким же необходимым навыком, каковым сегодня является гра-

мотность и умение пользоваться телефоном. Оценка результатов эффективности самоизменений проводится исключительно по внешним результатам развития собственной компетентности.

Методика **саморедактирования** предельно проста и практична, но подходить к изменению самого себя следует непредубежденно, открыто и искренно, осознанно придерживаясь принципов **нерепрессивности** и **экологизма**.

Содержание **саморедактирования** прозрачно ясно: изменяя отдельные фрагменты, мы раз за разом приходим к изменению целого. Так, редактор, пересматривая и изменяя одну за другой отдельные реплики героев драматургического произведения, в итоге может повлиять на сюжетную линию и общий смысл всего произведения.

Обучение искусству владения «Ключом», разумеется, является необходимым во всей системе образования будущего, а использование «Ключа» в повседневном **аутоменеджменте** явится первейшим условием признания человека потенциально подходящим к занятию высоких руководящих и ответственных должностей.

Чем живое отличается от неживого?

Известный человекоед Грегори Бейтсон так определял разницу между живым и неживым: «Если пнуть мяч, он полетит вперед вполне предсказуемым образом. Но если пнуть собаку, трудно предугадать, как именно она себя поведет».

Живое полно собственной внутренней энергии, которую оно набирает из окружающей среды и которая подчиняется лишь внутренним силам самоорганизации, а потому используется лишь в собственных интересах живого. Живой организм активно противостоит разрушающим воздействиям внешней среды за счет того, что проявляет чудесную способность самонастраиваться, самозащищаться и самосоздаваться. Именно за счет способности к выстраиванию приемлемых для него стратегий поведения живой организм оказывается способен адаптироваться к окружению и развиваться в изменяющихся внешних условиях.

*Живое в любой ситуации стремится к самосохранению.
Жизненная сила проявляется в способности к самоорганизации.*

*Выживает то, что оказывается способным
к самовыстраиванию.*

Для всякого живого организма характерно стремление к саморазвитию, которое невозможно без непрерывного творчества состояния и активного созидания отношений с объектами окружения, которые по тем или иным причинам оказываются чем-то важным и в чем-то значимым для живой системы.

Для того, чтобы во всей полноте легко и свободно приводить в действие неисчерпаемый потенциал сил самоорганизации, присущих своему организму, следует относиться к ним с предельным доверием и полным сознанием того, что могущество этих сил позволило успешно выживать и развиваться на протяжении многих миллионов лет мириадам живых существ. Сами по себе непрерывное поддержание активного иммунитета против многих заболеваний и успешное поддержание равновесия внутренней среды при хаотичной перемене параметров состояния внешней среды — действительные чудеса живой природы. Именно эти таинственные силы самоорганизации и активизируются человеком, занимающимся освоением саморегуляции с помощью «Ключа».

Если живому организму не мешать, он взращивает благодаря собственным усилиям все то, что необходимо для его успешного существования. Поэтому осознанно двигаясь курсом наиболее полного удовлетворения пожеланий собственного организма, мы способствуем его оптимальному развитию и наращиванию внутренних сил творческой самоорганизации. Такое конструктивное отношение к занятиям с «Ключом» открывает доступ к естественному спонтанному развитию всех желаемых качеств, состояний и способностей, в котором и заключается полнота человеческого счастья.

*Жить так, как захочется, становясь таким,
каким хочется стать и быть.*

Умение обучаться как ключ к успеху

Любая цель достижима, если суметь правильно организовать имеющиеся средства и нужные инструменты, грамотно осуществить действия и правильно использовать складывающиеся обстоятельства.

В распоряжении творческого человека находятся ресурсы всего мира — следует просто заметить их существование, получить к ним доступ и правильно ими распорядиться. Все это и составляет искусство управления потенциальными возможностями.

Личная эффективность — итог успешного самоизучения.

Многих возможностей люди попросту не замечают, о многих способах достижения целей не знают, а необходимыми умениями не владеют. Даже имея в своем распоряжении прекрасные инструменты и чудесные материалы, многие не умеют с их помощью достичь желанных целей. Поэтому так важно уметь обучаться — распознаванию возможностей, пониманию потенциалов, диагностике обстоятельств, приемам работы, ориентации во множестве вещей, правилам поведения, законам природы и общественным установлениям.

Способностью к освоению нового и совершенствованию уже имеющегося, именуемая способностью обучаться, прямо зависит от умения обращаться с творческими силами собственного разума. Не умеющий управлять своим интеллектом человек не может учиться в полную силу, значит, не в силах стать максимально эффективным и достигать именно того, к чему он сам произвольно стремится.

Забота о себе — признак действительной культурности.

Обучаясь управлению памятью и контролю за вниманием, тренируя чувствительность и развивая интуицию, совершенствуя мышление и овладевая искусством принятия решений, мы получаем в свое распоряжение богатейшие возможности собственного мозга — чудесного средоточия творческого разума. Управление интенсивно обучающимся мозгом, легко достижимое с помощью «Ключа», позволяет разрешить любые проблемы и достичь всех желанных целей, так как обращение со средствами, материалами и инструментами становится эффективным, свободным и творческим.

Почему иногда не хочется учиться?

Человек интенсивно поглощает то, что для него полезно и питательно. Ему свойственно хотеть вкусного, особенно когда

он голоден. Обучение особенно эффективно, когда изучающий ведом интересом к изучаемому. Чем «вкуснее» «приготовлена» учебная информация (форма изложения, подача, иллюстрация), тем интенсивнее, успешнее и «с большим аппетитом» она поглощается и усваивается. Главное заключено в интересе, проявляемом к знанию, в нуждаемости в конкретном знании, в потребности им обладать для использования и применения.

Подобно кормлению, обучение должно быть питательным, своевременным и вкусным.

Человек с удовольствием изучает то, что красиво оформлено и ясно изложено, что помогает ему успешно разрешать его собственные проблемы, то есть действительно ему необходимо.

Наш мозг подобен инструменту, который нужно определенным образом настраивать, прежде чем его можно будет эффективно применять. Если порой чувства оказываются неуровновешенными, а сам предмет изучения восторга не вызывает, если интерес к нему невелик, но все же от изучения никак отказаться нельзя, — «Ключ» поможет легко и быстро настроить мозг на успешное изучение материала и глубоко усвоить предмет.

Успешное воспроизведение требуемого настроения делает его открытым произвольному доступу.

Чтобы убедиться в богатых возможностях «Ключа», попробуйте в «Word» расположить стихотворение, которое необходимо выучить наизусть, на красочном фоне с нравящейся двухцветной заливкой. Оно будет заучено быстро и с удовольствием, а потому запомнится прочно и надолго. «Ключ» предоставит гораздо большие возможности для управления мозгом, основываясь на том же принципе — «Комфортное сопровождение увеличивает эффективность действия».

Разумно ли себя заставлять?

Стену приходится проламывать тем, кто не в состоянии подобрать ключи к запирающей выход двери. Насилие оказывается неизбежным там, где интеллект оказывается неспособным разрешить создавшееся затруднение оптимальным образом. Война начинается там, где взаимодействующие стороны не су-

мели использовать имеющиеся в их распоряжении дипломатические инструменты и не смогли спокойно договориться о компромиссном удовлетворении обоюдных интересов.

*Источником любого насилия неизменно
оказывается невежество.*

*Подавление укоренено в болезненной
некомпетентности.*

Ненасилие всегда мудро и улыбчиво.

Самопринуждение столь же противно естеству жизни, как и всякое другое насилие. Разумеется, в принуждении, как и во всяком насилии, различаются формы и степени. В зависимости от масштаба собственной бестактности и психологической некомпетентности можно просто случайно позабыть о приходе гостей, а можно вытолкать их вназад.

Там, где умеют интеллектуально разрешать естественно складывающиеся противоречия и творчески находить оптимальные решения создающихся проблем, в насилии попросту исчезает всякая надобность.

*Противоестественность насилия заключена в его
невежественности, поспешности и ограниченности.*

«Ключ» позволяет дипломатично договариваться с собственным мозгом таким образом, что достигнутые согласования открывают возможность совершенно ненасильственного управления собственным организмом и его реакциями в самых широких пределах. Возможность самоуправления позволяет столь качественно организовать предстоящее поведение, что никакого насилия над средой в достижении поставленной цели просто не требуется в силу высокой творческой эффективности мудро принимаемых решений.

Ограничены ли врожденные таланты?

Любому понятно, что в большинстве случаев люди сами создают множество ограничивающих и затрудняющих развитие условий, отягощая и самих себя, и окружающих, и собственных детей множеством предрассудков, ложных стереотипов и дурных привычек. Поэтому благоприятное развитие человеческого потенциала удастся не так уж часто, но вовсе не по причине

недостатка врожденной одаренности или некоей информационной слабости генов, с которыми связано формирование талантности.

Бесталанность является плодом невежества и подавления.

Любое живое существо гармонично талантливо.

*Путь к процветанию — научиться не подавлять
развитие даров.*

К собственному телу люди проявляют не такое уж глубокое уважение, как то может показаться при наблюдении за их страхами и похвальбами. Телу отказывают в самом праве на развитие в соответствии с наилучшими пожеланиями, привычно связывая с мнимой «неподатливостью» тела и пресловутую «инерцию» психики, которая якобы тоже плохо поддается развивающим импульсам и формирующим усилиям. И то, и другие убеждения являются результатами привычных самооправданий, элементарной лени и непонимания действительных возможностей собственного организма.

Многочисленные эксперименты ученых и убедительные примеры опытных руководителей собственных тел доказывают, что пластичность и тела, и психики столь велика, что практически в формировании собственного организма и в совершенствовании собственного душевного здоровья человек может достичь любых желаемых результатов. Это же касается и развития человеческих способностей, потенциал которых всегда во много раз превышает привычные представления людей о собственной мнимой «ограниченности».

О подлинном масштабе своего действительного потенциала фактически не знает никто, так как большая часть потенциалов в большинстве случаев привычно остается невостребованной. Специфика же способностей состоит в том, что многие из них начинают развиваться и раскрываться в полной мере лишь тогда, когда развиты другие, предшествующие им качества, на силу которых они могут «опираться».

Подобно тому, как последовательно раскрываются лепестки расцветающего бутона, пока не будут реализованы первоочередные задатки, следующие за ними попросту не получают шанса на развитие. Учитывая тот вызывающий сожаление факт, что собственным развитием мало кто системно и целенаправ-

ленно занимается, получается, что большинство из нас рождается и умирает, так и не узнав о величии собственного потенциала, скрывавшегося на протяжении всей жизни в недрах нашего родного организма.

Умножающееся нарастание развивающихся способностей, мощь которых может достигать поистине трудно представимых размеров, связано еще и с тем, что человеческий организм является открытой окружающей системой. Поэтому при определенном усилии можно получить в собственное распоряжение любые требуемые силы и возможности, которые будут необходимы в дальнейшем для трансформации самого окружения в соответствии с собственными предпочтениями.

Именно эта открытость человека как живой системы обусловила саму возможность исторического развития культуры и технические достижения. Сам по себе первобытный человек ничем не отличался от своих животных собратьев. Его оружием были те же клыки и когти, разве что более слабые, чем у волков и тигров. Однако разум, потенциально способный к извлечению ресурсов из окружающей среды за счет созидательной работы интеллекта привел к подчинению значительной части окружающего мира, что само по себе свидетельствует о его потенциальном могуществе.

Примерно то же наблюдается и в отношении организма самого человека — он может воспринимать влияния среды вполне целенаправленно и направлять их на реализацию желаемых целей, тем самым привлекая внешние силы для построения собственных изменений и трансформации окружения.

В человеке выстраивается все то, что им желается.

Наши потенциалы всегда масштабнее наших пожеланий.

*Просто нужно научиться смелее мечтать
о своем развитии.*

Согласно современным научным данным, даже у признанных гениев возможности мозга востребованы лишь на малую долю. Того самого мозга, где встречаются телесное и психическое, индивидуальное и общемировое, настоящее с прошлым и будущим.

Именно осознанно оказывая целенаправленное влияние на собственный мозг, человек воистину способен достигать лю-

ных эффектов развития, которые вне его личных творческих усилий, сами по себе, естественно, проявиться не могут хотя бы и силу элементарной невостребованности и неосведомленности.

Вот почему так важно учиться искусству самомобилизации и осваивать осознанное самопрограммирование, с помощью которого можно управлять своим организмом и совершенствовать свою психику — важнейшее орудие развития отношений с окружением. Вот почему только сам человек несет всю полноту ответственности за достижение личного счастья, которого вряд ли можно достичь без раскрытия значительной части своих способностей, дарующих переживание собственной целостности и **возможности**.

Распространение арттехнологии «Ключ» открывает и перед нами, и перед нашими потомками **Новую Эволюционную Перспективу**. Открывается эра изучения актуального могущества внутренних даров. Творческая сила каждого будет зависеть, прежде всего, от его собственного разумения и личных усилий. Но «Ключ» гарантирует саму возможность осуществления индивидуального проекта под названием «Чудо осознанного развития».

Что ограничивает творческое развитие человека?

Как то ни печально, но кроме самого человека — никто и ничто. Человек как экзистенциально **возможностное** существо есть воплощенный потенциал, стремящийся к самореализации во всей возможной полноте. Вкус жизни идентичен свежему аромату побед над собственной инертностью и собственными иллюзиями. Все в нас изо дня в день свидетельствует о нашей **самопричинности**. Все вопиет о присущей каждому из нас возможности превзойти любую собственную ограниченность и достигнуть того, чего только пожелаем. Но самопревосхождение рассматривается нами если не как нарушение законов Мироздания, то, как минимум, занятие неприятное и небезопасное.

*Желая самотворчества, люди опасаются
самоответственности.*

Человек обладает фантастически глубоким потенциалом одаренности. Только неверие в самого себя, только боязнь пе-

ред полнотой собственных сил останавливает нас в продвижении к большему, возвышенному и светлому. Жизнь, творчество и развитие синонимичны, однако мало кто способен слышать в самом себе непрестанно звучащий зов к преодолению стеснений и раскрытию глубинных потенциалов возможностей.

Внешние преграды — лишь поводы для восхождения. Собственные ошибки — лишь уроки для оттачивания безошибочной стратегии достижения. Внешние нападения конкурентов и недругов — лишь тренировочные ситуации для развития в себе новых качеств и больших умений. Альпинист на равнине ничем не отличается от пастуха или земледельца. Но в горах его потенциал реализуется с очевидностью, что было попросту невозможно на равнине.

Для каждого из нас важнейшим вопросом жизни является рассмотрение пределов собственных возможностей и совершенные попытки преодолеть собственные границы. Счастлив научившийся расти над собой, богат тот, кто понимает собственную потенциальность и готов к ее использованию даже в самых затруднительных условиях. Так что если нужно разобраться с тем, кто действительно мешает нам развиваться, то следует просто подойти к зеркалу.

Чем ограничены возможности человека?

- его собственным недоверием своим же силам;
- привычно поспешной капитуляцией перед вполне рядовыми задачами;
- нежеланием свободно отказаться от неуместных стереотипов;
- ленью и неумением потрудиться над требуемым самоизменением;
- непониманием собственной самопричинности;
- страхом перед неопределенностью результатов необходимых перемен;
- непониманием действительного масштаба имеющихся творческих ресурсов;
- конформным подражанием привычной для всех иллюзорной бесталанностью;

- боязнью освоить новый облик в новой роли;
- отсутствием радикальной смелости начать новую свободную творческую жизнь;
- нежелание отказаться от неэффективного застывшего образа самого себя;
- нежелание понять собственную ответственность за свою жизнь;
- никак не желаем признаться, что все то, что нам не нравится в нашей жизни, зависит не от других, но прежде всего и именно от нас самих.

Просто мы сами стоим у себя на пути, патологически упрямо позволяя себе обвинять окружающих и «объективные» условия в том, что мы сами не решаемся принять на себя ответственность за свое же собственное существование.

Какими ресурсами обладает каждый из нас?

1. Пока не реорганизованный и несгармонизированный внутренний опыт.
2. Пока застопоренные в развитии обычные способности.
3. Привычное конформное недоверие масштабу собственных возможностей ограничивает любое развитие даже при обращении к нему, но сохранении сомнений.
4. Временное отсутствие интенсивно функционирующих сообществ совместно развивающихся последователей идеи этического аутоцентризма.
5. Временно заблокированные **сверхспособности**, до сих пор рассматриваемые как исключительные и чуть ли не патологические.
6. Неумение большинства людей, не обладающих навыками саморазвития, извлекать необходимую энергию непосредственно из окружающей среды (даже простое освоение упражнений ЦиГун удесятяряет творческие возможности).
7. Неумение склонять окружающих к взаимовыгодному сотрудничеству.
8. Отсутствие умения в любой ситуации изобрести оптимальное решение любого вопроса.

9. Неумение отыскать необходимые сведения.
10. непонимание организма как автономного чипа целостной психосферы и неумение использовать возможности организма человека как принципиально открытой системы.

Что мешает нам использовать наш собственный потенциал?

Просто мы воспитаны так, что наша собственная гениальность никогда не воспринимается нами всерьез как реальный факт нашего бытия. Для нас наша глубинная спектральная ода-ренность — миф, сказка, легенда, иллюзия, фантом. Нас по-просту приучили не уважать самих себя. Однако, несмотря на всю кажущуюся солидность и весомость в мире плоских социальных игр, не обладая уважением к себе, мы неизменно оста-емся легковесными, если не сказать пустыми.

*Фундаментом творческого роста является уважение к себе.
Энергией саморазвития оказывается доверие
своему потенциалу.*

Почему-то самым дорогим мы считаем каменные драгоценности, а не волшебную возможность сотворить из самих себя того, кого мы захотим увидеть и использовать.

*Истинной целью поиска может быть
только совершенство — профессионализм, состоятельность,
компетентность, достоинство и полнота.*

Каждый привычно считает себя изначально обездоленным, обделенным внутренними сокровищами. Но именно это умо-настроение способствует и привычному принижению им дру-гих, и успешной передаче опыта личного бессилия своим дру-зьям и потомкам.

Если заставить каждого из нас старательно повспоминать все наши удивительные удачи, успехи и счастливые «случайно-сти», «неожиданные» проявления ловкости и «чудеса» интел-лектуальной продуктивности, то вскоре мы убедимся в фанта-стическом богатстве нашей действительной возможности.

*Мы умеем все, точнее почти все —
мы умеем все, что мы захотим, мы можем достичь всего
из того, что действительно нами пожелается.*

Работа с «Ключом» позволяет раздвинуть пределы доверия самим себе и реализовать те неоспоримые законные подтверждения своей одаренности, которые убедят в полноте внутренней состоятельности даже самых невосприимчивых.

Если вообще достижимо счастье, то оно может быть основано лишь на любви к себе и доверии к себе. Отсюда проистекают доверие и любовь к людям. «Ключ» — замечательный инструмент укрепления творческой воли и углубления понимания собственных одаренностей и чудесных сил. Он необходим всем без исключения — ведь так много на планете закрытых дверей, которые таят чудесные перспективы.

Почему люди не доверяют самим себе?

Основным императивом, старательно передаваемым из поколения в поколение, является недоверие творческой спонтанности человеческой природы, проявляющейся в желаниях, и недоверие собственной одаренности. Потому-то повсеместно и разворачивается то, что именуется «воспроизводством глупости». Вместо того, чтобы поддерживать друг друга в развитии собственных сил и талантов, люди старательно убеждают один другого в том, что они повально бесталанны, изначально слабы и исходно злонамеренны.

Именно недоверие собственным силам определяет то, что большинство в продолжение целой жизни не отваживаются на попытки апробации сил, которые одни только и могли бы их убедить в полноте собственных возможностей. Люди опасаются неопределенности предстоящих изменений, пусть даже речь идет о расширении их возможностей и изменениях к лучшему. Людей приучили держаться достигнутого статус кво, который даже если их не удовлетворяет, все же привычно воспринимается как меньшее из возможных зол.

Человечество болеет недоверием к собственной красоте.

Никто не учит своих детей и не учится сам рисковать имеющимся ради достижения большего. Азартность в саморазвитии не приветствуется. Отсутствует культура продуманного риска. Тем более нет даже представления о целенаправленном развитии высших познавательных способностей, именуемых интуицией, которые одни могли бы предоставить точное знание распределения многих вероятностей и рисков.

Люди приучили друг друга говорить, что лучшее — враг хорошего, не понимая, что таков смертный приговор любой возможности саморазвития. Они без зазрения совести, забывая об элементарном чувстве самосохранения, отказываются от развития и удач, думая, что без всего этого жизнь как-нибудь сама может привести их к некоему желанному совершенству. Привычная конформность не позволяет им высовываться, а значит, обрекает на вечное пребывание в тенетах пыльных привычек и неудовлетворяющих стереотипов.

*Мы столь многое теряем в привычной повседневности,
что имеет смысл рискнуть в смелом развитии,
потому что особенно нечего терять.*

На протяжении всей репрессивной истории создатели рабов, прежде всего, ориентировались на воспитание у своих подопечных недоверия самим себе. Любая атака на самоуважение рано или поздно заканчивается невротическим заикливанием в развитии, после перерастающей в остановку, а затем и в заблуждение. Комплекс «серой мышки» поначалу может казаться безобидным, спокойным и даже привлекательным своей безответственностью. Но не следует забывать, что рано или поздно придется иметь дело с кошкой.

Глава вторая «ТВОРЧЕСКОЕ МОГУЩЕСТВО МОЗГА»

Человек как самоуправляемый компьютер

Все живое обладает удивительной способностью к самоорганизации. Но человек неизмеримо выше любого другого живо-

го существа в том, что он способен саморегулироваться осознанно, произвольно, по собственному желанию и в соответствии с сознательно формулируемыми предпочтениями, ожиданиями и целями. Управляемая разумом самоорганизация оказывается высокоэффективным процессом лишь в том случае, если сам человеческий разум вполне гармоничен, управляем и здоров. Отсюда — насущная потребность каждого из тех, кто стремится жить осознанно и счастливо, в освоении искусства самоуправления.

*Освоение самоуправления подобно вступлению
в права наследства.*

Неиспользуемое богатство остается нереальным.

*Менеджмент внутренних даров делает нас
хозяевами самих себя.*

Раз весь организм регулируется мозгом, тонко, точно и своевременно реагирующим на изменения окружающей действительности, то овладение психосоматической саморегуляцией связано с освоением способности управлять состояниями собственного мозга.

Образно мозг может быть представлен как высокопродуктивный компьютер, в котором неустанно трудятся многие миллиарды нервных клеток, связанных между собой сотнями тысяч всевозможных программ, аналогичных тем, что функционируют в компьютерах. За каждый процесс, управляемый мозгом, в том числе и за процессы, разворачивающиеся в пределах самого мозга, отвечает определенная совокупность программ, взаимодействующих друг с другом и друг от друга зависящих.

Как и в обычном компьютере, эффективность и быстродействие работы мозгового гиперпроцессора зависит от взаимной сбалансированности нейроанатомического «аппаратного обеспечения» и совместимости **психопрограмм**. Если психика человека сгармонизирована и целостна, т.е. развита и здорова, то эффективность работы мозгового психокomпьютера оказывается максимальной; значит, оптимальными будут и управляемая мозгом внешняя деятельность, и здоровье самого организма. Если же внутримозговые программы примутся конфликтовать друг с другом и начнут одна другой противоречить, деятельность мозга заметно ухудшится, в результате чего неизбежно пострадают и управляемые мозгом функции и системы.

Перегруженный, перенапряженный, несбалансированный мозговой компьютер, как и самый обыкновенный вычислительный комплекс, начинает сбоить, зависать, барахлить, делать неверные выводы и производить неправильные вычисления. Это может оказаться очень опасным. Ведь мозг управляет всем тем, что составляет качество и содержание жизни самого человека. Серьезный стресс, приводящий к «зависанию» тех или иных **психопрограмм**, может приводить к катастрофически опасным ошибкам во внешней работе или способствовать развитию психосоматических заболеваний, скажем, сердечно-сосудистых или онкологических.

*Паника нейронных комплексов ведет
к дезорганизации здоровья.
Неумение управлять
собственным мозгом ведет к несчастью.*

Если мозг поражен вирусом страха или бациллами неумных амбиций, он нуждается в безотлагательном оздоровлении. Если обычный пассивный отдых можно сравнить с простой перезагрузкой операциональной системы, то активную творческую саморегуляцию правильнее уподобить умению самостоятельно переписывать не устраивающие пользователя программы.

*Мастер жизни сам создает
собственные инструменты.*

Учитывая то, что никто не в силах задержать обновление развивающегося мира, вследствие чего наше окружение непрерывно изменяется и каждый раз требует радикального обновления наших мозговых психопрограмм, наиболее успешным в жизни неизменно будет оказываться тот, кто научится перепрограммировать себя самого. Так как осознанные самоизменения требуются от каждого из нас регулярно, уж лучше не пускать этот процесс на самотек и заранее научиться управлять развитием собственного мозгового программного обеспечения.

С помощью «Ключа» можно в кратчайшие сроки овладеть такого рода заботой о самом себе — основе любой творческой, профессиональной и житейской эффективности. Это прекрасно — осознавать себя целиком и полностью ответственным за качество собственного существования!

Как связаны душа и тело?

Оставим изучение самих механизмов этих таинственных связей ученым. Нам же следует запомнить раз и навсегда, что душа и тело разделены лишь на словах, на деле же оказываясь взаимозависимыми непрерывно и абсолютно. Как нельзя разделить в нас верх и низ, как не подлежат разъятию левая и правая половины тела, так и тело с душою представляют лишь различные аспекты единого человеческого существа. Потому-то телесное здоровье недостижимо без здоровья душевного, а психическое благополучие самым непосредственным образом связано с гармонией телесного самочувствия.

Телесное оказывается загадочной основой психического, а душевное является вершинным уровнем организации живого организма. Психическая саморегуляция без осознанного управления телесным состоянием недостижима. Две стороны одной медали, два имени единого процесса, различные описания целостного существования — таковы отношения психического и физического.

Овладение саморегуляцией полно волнующих открытий.

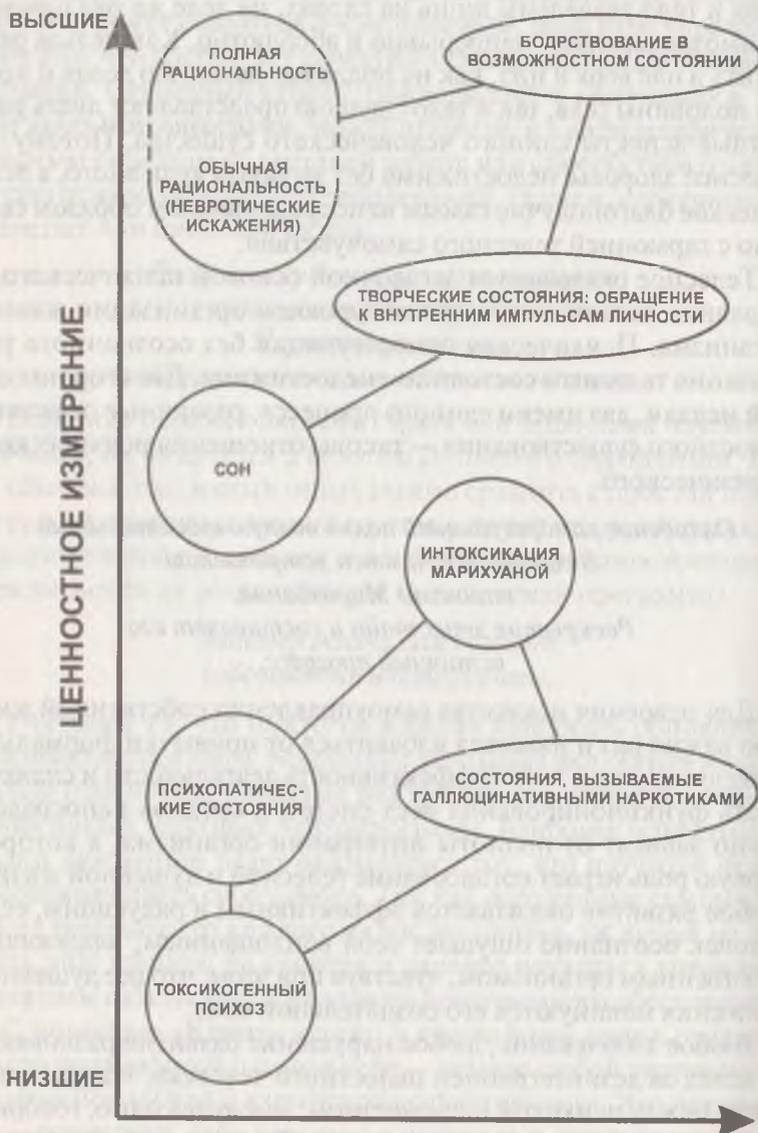
*В самом себе человек встречается
с тайнами Мироздания.*

*Раскрытие этих тайн и составляет его
истинный прогресс.*

Для освоения искусства самоуправления собственной жизнью важно раз и навсегда избавиться от привычки формально разделять душу и тело. Эффективность деятельности и слаженность функционирования всех систем и органов непосредственно зависят от полноты интеграции организма, в которой первую роль играет согласование телесной и душевной жизни. Любое развитие оказывается эффективным и радующим, если человек осознанно ощущает себя воплощенным, владеющим собственным организмом, чувствуя при этом, что все душевные движения повинуются его сознательной воле.

Любое заболевание, любое нарушение развития развиваются вслед за дезинтеграцией целостного человека. Нарушаются связи между психикой и организмом: мыслится одно, говорится второе, а делается и вовсе третье. Такое положение вещей оказывается болезнетворным, так как рассогласованность неу-

ОРТОДОКСАЛЬНАЯ ЗАПАДНАЯ ШКАЛА ОЦЕНОК РАЗЛИЧНЫХ СОСТОЯНИЙ СОЗНАНИЯ



ИНТЕГРАЛ УНИВЕРСУМА



клонно нарастает, отдельные элементы и подсистемы все более разделяются и конфликтуют друг с другом.

Выход из ситуации один — неустанно стремиться к переживанию собственной целостности, регулярно выявлять внутренние проблемы и своевременно разрешать их, помнить о принципиальном единстве телесного и душевного и поддерживать их согласованность и днем, и ночью.

*Здоровье синонимично целостности,
согласованности и единству!*

Все наши душевные проблемы неизменно проявляются в телесных симптомах, а все напряжения организма неизменно отзываются на настроении и строе мыслей. Даже черты характера запечатлеваются на лице человека и проявляются в различном соотношении отдельных частей его организма. Все мы различаемся и своими телами, и своими душами. Все мы особенны и уникальны, индивидуальны и неповторимы. Однако во всех нас действуют одни и те же законы, главным из которых является нерасторжимое сущностное единство душевного и телесного как сопряженных уровней организации живого. И чем глубже мы осознаем этот факт, тем результативнее окажется наша собственная работа по выстраиванию гармоничной целостности собственного существа.

«Ключ» является орудием творческой психосоматической реинтеграции, ведущей к здоровью, счастью и успеху. Вне целостности нет полноты самоощущения, а вне интегрированности душевного и телесного не может быть истинной эффективности. Так что «Ключ» по праву называется Инструментом Самоактуализации.

Организм как корпорация

Всем известно, как прекрасно работает хорошо отлаженный механизм. Столь же эффективно и согласованно функционирует хорошо выстроенная фирма, управление которой было тщательно отлажено до мелочей и деталей. Если все отделы и подразделения корпорации прекрасно соответствуют друг другу и работают под единым руководством в согласованном темпе, на самом верху иерархической пирамиды с управлением не возникает никаких особенных затруднений.

Сложность руководства сгармонизированной и самоорганизуемой командой сотрудников невелика. Поэтому время от времени менеджер, заботящийся о поддержании порядка, оказывается относительно свободен для того, чтобы уделять достаточное время собственному развитию и поиску новых направлений совершенствования общего дела. Сами собой за него трудятся Кодекс организации, неписаные системы Правил и саморегулирующаяся Иерархия целей и задач, поддерживаемые работой множества руководителей среднего звена, подчиненных единому генеральному менеджеру.

Разумеется, как бы слаженно ни работали подчиненные и сколь бы распорядительны ни были младшие менеджеры, все же время от времени необходимо включаться в управление и корректировать развитие фирмы, особенно в случае возникновения непредвиденных ситуаций на рынке или внутри творческого коллектива. Сознание как главный менеджер корпорации организма как раз и ответственно за своевременное выправление деформированных ситуаций и выравнивание положения дел в случае его неожиданного нарушения.

*Сознание включается в управление жизнью
время от времени,
подобно рулевому, устраняющему
отклонения от заданного курса.*

Без бережной заботы и мудрого руководства сознания развивающемуся организму — этой волшебной корпорации живых клеток — никак не обойтись. Ведь окружение меняется на каждом шагу. Поэтому время от времени нужно пересматривать рабочие задания и контролировать результаты совместной деятельности. От регулярного отслеживания эффективности производства и продуктивности развития и четкости стратегического планирования зависит само выживание организма как единой живой системы.

Отдать нужный приказ, разъяснить новые задачи «младшим руководителям» (психопрограммам) и проверять своевременность и точность исполнения руководящих распоряжений — в этом как раз и заключается управляющая функция сознания в микрокосмосе, именуемом человек.

Конечно, в серьезных кризисных ситуациях напряженность управления возрастает. В отсутствие же регулярного отслежи-

вания и контроля за происходящим деятельность «фирмы» и вовсе начинает разваливаться, так как перестает действовать управляющее сознание — этот центральный интегрирующий источник поддержания целостности всего организма.

Для успешного освоения искусства саморазвития очень важно воспринимать самого себя как множественное сообщество, составленное из сложно взаимодействующих клеток, органов, психопрограмм и функциональных систем, которые для своего объединения нуждаются в централизованном сознательном руководстве.

Недостатки управления неизменно чреватые катастрофическими последствиями для всей системы.

Понятно, что время от времени в корпорации собственного организма полезно устраивать праздники и награждения. Таими вдохновляющими мероприятиями как раз и являются регулярно проводимые сеансы работы с «Ключом». Клетки мозга получают потоки ощущений, воспринимаемые ими как радующие и благоприятные. Эту радость они охотно передают дальше, во все клетки организма, тем самым согласовывая их работу и насыщая новыми порциями живительной силы.

Как организм участвует в обучении мозга?

Тело и психика никогда не действуют отдельно друг от друга, так как являются различными аспектами проявления единого человеческого организма. Чуткие реагирования тела на сновидения непременно сказываются и на структуре мозговых электрических колебаний, и на микродвижениях мышц, и на динамике состояния сердечно-сосудистой системы. Любые изменения в состоянии внутренней среды организма и отдельных органов и систем всегда могут быть интуитивно прочувствованы самим человеком и невольно проявляются в виде тех или иных изменений психической деятельности, восприятий и мышления.

Все происходящее в нашем воображении, неизменно отражается в т.н. идеомоторных движениях. Всем известен эксперимент, производимый с «магическим маятником», который нередко используется в гадательных ритуалах и опытах по угады-

ванию местонахождения искомого предмета. Основным механизмом связи тонких движений души и колебаний маятника оказываются почти незаметные идеомоторные движения, отражающие тончайшие нюансы внутренней психической жизни и помогающие воочию наблюдать за внешними проявлениями тех психических переживаний, которые сами по себе осознаются с большим трудом.

На всякий внешний или внутренний сигнал, будь то акт окружающей динамики или событие глубинной жизни, человеческий организм реагирует как целое — согласованно и синхронно. Особенно ярко это проявляется в действиях мастеров своего дела. Как неразделимы порой оказываются скрипач и скрипка, пианист и фортепиано, страстно выступающий оратор и вдохновенно слушающая его аудитория!

*Мастерство синонимично
согласованности и целостности.*

Душа и тело взаимосвязаны неразрывно и в принципе не могут быть разделены. Любая кажущаяся их рассогласованность есть признак общей дезинтеграции, заключающейся в нарушении целостности функционирования систем организма.

Упражнения для тела всегда оказываются полезны для мозга, а психические тренировки приносят конструктивные результаты и в плане телесного благополучия. С этим связана высокая эффективность особого рода «воображаемых» (фантазийных, идеомоторных) тренировок бойцов, танцоров и спортсменов. Представление согласованных движений в собственном сознании самым серьезным образом способствует формированию верных образцов движений тела за счет мышечных микродвижений, неизменно сопровождающих любое «просто воображаемое» действие.

Многие восточные мастера психотехники утверждают, что биоактивные точки, совместно образующие системы биоэнергомериديанов, используемые в иглоукалывании для лечения многих заболеваний, входят в состав так называемого «периферического мозга», который неразрывно связан с головным мозгом и является его помощником и партнером в осуществлении мыслительных операций и регуляционной работы. Недаром знаменитый танцор Мариус Лиела так неожиданно описывал

вдохновение, охватывавшее его во время искрометного танца: «Тело мыслит, а душа танцует».

Психическое и телесное взаимосвязаны настолько естественно и прочно, что развитие любого из этих полюсов нашей собственной природы мы можем с успехом использовать для развития всего целостного существа. Отсюда — настоящая необходимость сочетать психотехническую работу с «Ключом» с овладением нравящимися телесными гимнастическими упражнениями, которые позволят психике усваивать новые программы всем телом, а телу — открыто заявлять о беспокоящих его проблемах в интуитивном анализе собственного состояния.

Истинно ясное сознание проявляется лишь при глубоком расслаблении организма. Достижимое же в пиковые моменты самопрограммирования с помощью «Ключа» возможностное состояние неизменно сопровождается особой телесной бдительностью — алертным состоянием, в котором совершенно расслабленное тело оказывается целиком и полностью готовым мгновенно перейти к активной целенаправленной деятельности.

Неизведанные силы развитого мозга

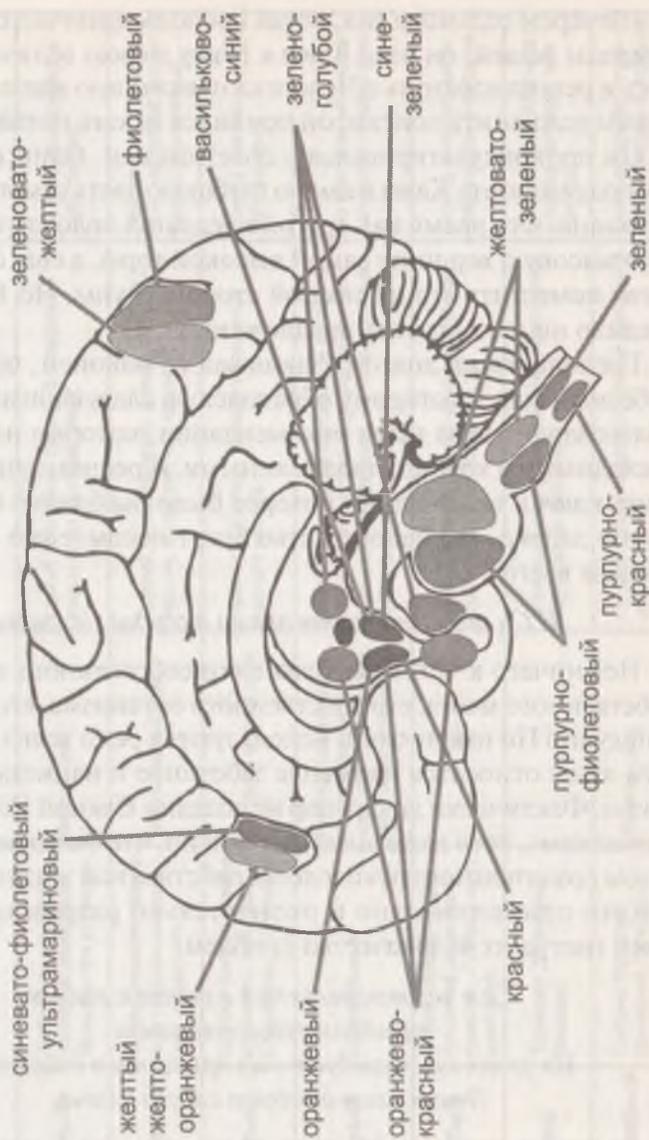
Мало кто был в состоянии хотя бы представить себе силу расщепленного атома, пока не прозвучал первый ядерный взрыв, и человечество не вздрогнуло от ощущения космической силы, к каковой получило доступ неожиданно для самого себя.

Представляется весьма возможным, что древний девиз «Все мое ношу с собой» получит в свете распространения **арттехнологии** совершенно новое, неожиданное толкование. Недаром во все века знатоки человеческой природы единодушно утверждали: в человеческом организме, управляемом сознательной волей, сокрыты все энергии и возможности Вселенной, нужно только отыскать к ним ключ и открыть сужденные сокровища.

*Микрокосм организма реально подобен
макрокосмосу Мироздания.*

В книге Сьюзен Найт «НЛП-решения» приведена прекрасная притча, указывающая на беспредельность сужденных человеку внутренних сокровищ:

МОЗГ И ЦВЕТОВОСПРИЯТИЕ



«Вечером седьмого дня, когда Господь закончил сотворение природы вещей, он взял **Ключ к Миру** в свою величественную руку и решил вдохнуть в Человека навязчивую идею найти его. Чтобы усложнить поиски, он принялся искать потайное место.

Он проконсультировался с советниками. Один предложил Господу спрятать **Ключ** в самую глубокую часть самого глубокого океана, в то время как другой предлагал положить его на самую высокую вершину самой высокой горы, а еще один предлагал поместить его на темной стороне Луны. Но Господа не убедило ни одно из этих предложений.

Господь очень долго раздумывал и, наконец, собрал свой небесный суд, к которому обратился со следующими словами: «Благодарю Вас за ваши рекомендации, которые нахожу превосходными и хорошо продуманными. Я решил, однако, поместить **ключ** в такое место, которое было бы близко и одновременно далеко, где человечество будет несомненно искать его меньше всего».

И Он поместил ключ прямо в сердце Человека.

Нет ничего к человеку ближе его собственного сердца, его собственного мозга, его собственного организма, его собственной души. Но именно они используются реже всего. Именно к ним люди относятся наименее заботливо и наименее ответственно. Фактически до сих пор не создано Единой Науки Саморегулирования, хотя даже школьнику ясно, что овладение мастерством сознательного руководства собственной жизнью для всех землян принципиально и окончательно разрешило бы весь сонм гнетущих человечество проблем.

Сам человек является ключом к любым загадкам существования.

Но этот ключ следует еще привести в действие.

Этот ключ требует своего ключа.

Время от времени Мастера Сознательной Саморегуляции демонстрируют любопытствующим и ученым подлинные чудеса владения возможностями организма. Однако мало кто связывает все эти умения, развитые опытными Хозяевами Самих Себя, с собственным опытом.

ТАКТИЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ ЦВЕТА

Цвет	Движение	Поверхность	Температура	Притягивание
Красный	Значительно сопротивление движению пальцев при осознании.	Вязкий цвет.	Самый теплый на ощупь. В воздухе на расстоянии горячий. Жжет.	Сильно притягивает к себе ладонь.
Оранжевый	Сопротивление движению пальцев меньше, чем у красного.	Шероховатый цвет.	Теплый, но не горячий. В воздухе греет ладонь, но не так, как красный.	Притягивает к себе ладонь, но менее интенсивно, чем красный.
Желтый	Слабое сопротивление движению пальцев. Ощущение скольжения.	Легкий и мягкий цвет.	Чуть-чуть теплый. Иногда на границе тепла и холода.	Слегка притягивает к себе ладонь.
Зеленый	Нейтральный.	Неопределенный по осязательным признакам цвет. Не гладкий, но и не шероховатый.	По температуре не холодный и не теплый. На расстоянии тоже ощущается как нейтральный. Раздражает, но четких ощущений тепла или холода нет.	Не притягивает и не отталкивает ладонь руки.
Голубой	Счень слабое сопротивление движению пальцев. Пальцы идут свободно.	—	Чуть-чуть прохладный на ощупь. На расстоянии тоже прохладный.	Слегка отталкивает от себя ладонь в воздухе.
Синий	Тормозит движение пальцев.	—	Холодный на ощупь цвет. На расстоянии ощущается холодным.	Отталкивает ладонь в воздухе сильнее, чем голубой.
Фиолетовый	Сильно тормозит движение пальцев.	Липкий цвет.	На расстоянии морозит, самый холодный цвет.	Сильнее других отталкивает ладонь в воздухе.

*Доступное для некоторых
принципиально возможно для всех!*

Искусство самоуправления обязательно станет центральной дисциплиной будущих образовательных учреждений. В ее основе будет лежать научно выверенная технология обучения реализации глубинных возможностей человеческого организма. Свободное творчество самовлияния в ближайшем будущем продемонстрирует людям действительные потенциалы возможностей мозга, богатству которых удивятся даже самые смелые и романтически настроенные сторонники интенсивного раскрытия человеческих ресурсов.

Только в XX веке ученые прикоснулись к тайнам функционирования и строения человеческого мозга. Только в конце XX века возникли технические возможности для создания развивающих арттехнологий. Только XXI век откроет перед людьми масштабы их подлинного творческого могущества, фактически всегда находившегося у них под рукой, но не рассматривавшийся как предмет серьезного обучения.

Самое интересное в вопросе о действительных тайнах и глубинных потенциалах мозга заключается в том, что вопрос этот лежит не в области внешних лабораторных исследований, но является сугубо практическим и внутренним для каждого из нас. Открывается новая эпоха развития человечества — эпоха приведения в действие доселе дремавших способностей человека, которые каждый будет раскрывать в самом себе по своему же собственному свободному усмотрению.

Насколько талантлив каждый?

Каждый человек издревле признавался откровением Вселенной. Генная наследственная информация в каждом из нас по признанию большинства ученых баснословно богата. Однако мало кто из нас осознанно занимается реализацией заложенных в нем самом творческих возможностей развития. Многочисленные исследования доказывают с ошеломляющей достоверностью: человек колоссально талантлив, но большей частью об этом даже не догадывается.

*Каждый из нас является кладезем творческих ресурсов.
Но мы упорно продолжаем безуспешно искать их вовне.*

Как же определить свое истинное предназначение? Как ни странно, проще простого. Нужно только понять, чем именно тебе самому более всего хочется заниматься? Какое занятие вызывает наибольшее воодушевление при представлении его процесса? Какая область творчества привлекает более всего? Разумеется, такие мотивы, как возможность обретения популярности, овладения властью или достижения огромного богатства должны рассматриваться как сугубо вторичные. Главное заключается в удовольствии, получаемом от самого занятия, — удовольствии, которое заведомо перекрывает любые утруждения и заботы, связанные с освоением нравящейся профессии и реализацией определенных умений и склонностей.

Радость творчества — величайшее из удовольствий.

Это могут отрицать лишь не испытывшие ее.

Любой опыт творческого успеха абсолютно убедителен.

Обычно всякий человек в детстве полон энергии, которая только и ожидает складывания возможностей для того, чтобы направиться на развитие глубинных качеств характера и освоение привлекающей внешней деятельности. Однако значительная часть этой драгоценной внутренней силы уходит на вынужденное приспособление к чрезмерным требованиям окружающих, особенно родителей и педагогов. Чем больше сил и внимания тратит человек на притирку к внешнему окружению, тем меньше у него остается желания активно творчески развивать навыки мастерства и качества характера.

Примером может служить массовое обесталантивание молодых людей, призванных вынужденно (против собственной воли) служить в армии. Отсутствие свободы и постоянная угроза насилия, хронические опасения и нелюбовь к делаемому и выполняемому делают их разум совершенно зашоренным. Из-за этого юноши практически «просыпают на ходу» те два года, которые должны были быть посвящены его интенсивному развитию и раскрытию внутренних даров.

Любое самоподавление и самосдерживание, самоцензура и самоосуждение, которые являются всего лишь вредными дурными привычками, вызванными внешним насилием и несправедливой критикой, приводят к снижению энергетики личного творческого потенциала, так как творчество в сути своей си-

нонимично свободе и готовности рискнуть рождением новизны.

*Информация которая усваивается
с радостью и удовольствием,
автоматически превращается в творческий ресурс.
Любое безрадостное обучение порождает
преграды на пути развития.*

Следует учесть также, что процент раскрываемых талантов невелик еще и потому, что развиваются лишь используемые способности. Многие люди от рождения обладают склонностью к уходу за растениями или талантом к созерцанию и наблюдению. Однако мало где можно полноценно применить эти таланты в современной жизни — в жизни, погруженной в спешку и задавленной железобетонными конструкциями городских кварталов.

Развитие таланта неизбежно ведет к проторению новых нервных путей в головном мозге, к резонансному переплетению согласованно функционирующих клеточных ансамблей, которые научаются синхронно взаимодействовать в самых различных режимах генерации импульсов, сочетаясь друг с другом во все новых комбинациях. При подавлении или самоцензуре такое развитие внутримозговых взаимосвязей существенно затрудняется, так как ради собственной безопасности человек склонен двигаться лишь уже проторенными другими тропами и не искать на свою голову приключений.

Поэтому новые возможности его мозга остаются неостребованными, т.е. попросту мнимыми, виртуальными, фиктивными. К тому же развитие новых нейронных ансамблей и стабилизация их продуктивной деятельности связана с активизацией мозга приятными впечатлениями и радующими переживаниями. Последних же явно недостает в современной жизни, в которой неуклонно возрастает количество угроз и рисков безо всякой надежды на избавление от них.

Известно, что целенаправленное питание мозга приятными ощущениями и ассоциативная активизация радующих комфортных воспоминаний ведет к облегчению образования новых нейронных путей в мозгу, что в свою очередь приводит к образованию необычных творческих нейронных ансамблей. Однако приятного в нашей жизни так удручающе мало, что но-

визне просто недостает сил раскрыться в пространстве нашего мозга. Вот и получается, что мы, подобно сказочному скупцу, уныло сидим на несметных сокровищах, оказываясь не в силах использовать хотя бы их малую часть даже в своих собственных интересах.

Эта ситуация может быть разрешена либо за счет какого-то потрясающего внешнего чуда, либо за счет компетентного применения «Ключа», который как раз и позволяет преодолеть все препятствия на пути к продуктивному развитию своих потенциалов. Сомневаться в собственной творческой состоятельности не останется ни малейших причин. Каждый вправе узнать о баснословных богатствах собственного мозга и получить возможность использовать его с помощью арттехнологии «Ключа».

Как увеличить кпд собственного мозга?

Единственной причиной наблюдаемой неэффективности функционирования мозга можно признать лишь одну — хаос внутреннего опыта, несогласованность различных представлений и впечатлений, неорганизованность воспоминаний и переживаний. Смысловые диссонансы и оценочные рассогласования, классификационные неточности и мнимые (ошибочные по существу, но психически совершенно реальные!) нестыковки порождают вибрационные разобщения нейронных комплексов и разупорядочивают согласованно и синхронно функционирующий мозговой субстрат.

*Ресурсы подобны рабочим инструментам:
будучи свалены в кучу,
они никогда не находятся в нужный момент.*

Ученые выяснили, что в процессе работы клетки непрестанно не только обмениваются различными веществами и электрическими зарядами, но и взаимодействуют друг с другом посредством потоков света и вибраций звучаний. Интеграция нейронов в процессе напряженной работы мозга осуществляется на различных уровнях благодаря функционированию различных механизмов связи. Из них согласование на уровне внутреннего цвета и внутренней музыки является одним из важнейших.

Подобно дирижеру симфонического оркестра, который останавливает исполнение музыки всеми, если чутко улавливает фальшь хотя бы одного музыканта, так и мозг выключает из согласованной системной работы те участки нейронной ткани, которые «звучат» в диссонанс остальным, выпадая из интегрированной картины целостной работы.

Для достижения более полной согласованности нейронных ансамблей и связанных с ними психических содержаний, слагающих внутренний опыт, необходимо наладить своевременное поступление в организм вполне определенных потоков сенсорных сигналов, которые субъективно воспринимаются человеком как нравящиеся, т.е. **предпочитаются** всем другим. Это позволяет направленно синхронизировать слаженную работу всех отделов и областей мозга, тем самым успешно разрешая рассогласования за счет увеличивающейся благодаря гармонизации внутренней энергии.

*Упорядочивание внутреннего мира
лежит на совести того,
кто считает себя психологически культурным.*

Благодаря организованной поддержке определенных сенсорных впечатлений, мозг начинает работать согласованно. Исчезают диссонансы, трение и пробуксовка, в результате чего одновременно повышается интенсивность работы и возрастает внутренняя творческая энергия. Как раз эти энергетические излишки и перенаправляются саморегулирующимся мозгом на реорганизацию внутреннего опыта и устранение самых напряженных и мешающих совместной работе нейронов расхождений в структурах памяти опыта.

Поначалу работа с «**Ключом**» осваивается в режиме гармонизации, позволяющем устранить наиболее явные внутренние дисбалансы и интегрировать мозг таким образом, что его работа становится более эффективной, экономической и результативной.

Затем начинается этап целевых тренировок, когда внимание занимающегося захватывается самой возможностью избирательного редактирования различных **психопрограмм** собственного мозга, и он приступает к напряженной работе по системному упорядочиванию собственного опыта.

Наконец, по достижении глубокой согласованности всех отделов мозга, происходит рождение увлеченного творца, для которого само по себе разрешение задач и рабочее усердие являются главным удовольствием. Чем выше оказывается к.п.д. мозга, тем эффективнее становится деятель, тем интенсивнее стремится он к разрешению проблем, тем больше интегрируется, дифференцируется, упорядочивается, расцветивается и развивается жизнь в его окружении в связи с его собственным ростом.

Творчески саморазвивающийся человек становится источником интенсивного развития окружающей жизни.

Конечно, поиски все более серьезных задач, достойных называться глубокими проблемами, которые потребуют интенсивной работы проснувшегося к жизни мозга, вовсе не сводятся к возрастанию пустых количеств, аналогичному пресловутому «валу». Просто качественно изменяется масштаб целевых стратегий и степень согласованности интегральных творческих задач.

Если прежде человек еле-еле мог заработать себе на жизнь или сдержать раздражение в присутствии вышестоящих, то по мере освоения управления своей мозговой динамикой он берется за крупные социальные задачи, а после и вовсе принимается за разрешение т.н. загадок бытия, начиная от поисков секрета бессмертия и заканчивая изобретением вечного двигателя.

Дело тут вовсе не в непомерном возрастании гордости и амбиций. Просто когда творческая мощь мозга возрастает на порядки, более всего хочется потягаться с действительно сложными задачами, хочется достичь высот в профессиональном мастерстве и оставить что-то очень важное, большое и хорошее людям. В конце концов, возможности и потенциалы можно апробировать и развить лишь в процессе их практического освоения, т.е. в ходе решения вполне реальных, насущных, конкретных задач. Внешняя практика оказывается главным критерием внутренней истины о самом себе.

Значительно увеличивший к.п.д. собственного мозга человек уже не останавливается на достигнутом. Он не останавливается и в наращивании темпов профессионального созидания.

ния, и в совершенствовании собственной жизни. Процесс его развития продолжается семимильными темпами. Он научается получать удовольствие от самого процесса гармоничного усовершенствования бытия. Такой человек становится сам в себе «вечным двигателем», благодаря работе которого озаряются людские сердца и всем становится теплее общаться и интереснее жить.

Овладевший «Ключом» человек умеет мотивировать себя самостоятельно: он сам за себя решает, что он хочет делать и куда ему дальше следует направиться. Он умеет целенаправленно формировать образ предполагаемых перемен и произвольно концентрируется на определяемых им самим целях таким образом, что они достигаются непременно, причем при самом благоприятном стечении обстоятельств. Просто в ответ на интенсифицированные излучения его мозга окружающие обстоятельства, подчиняясь таинственным законам живого Мироздания, начинают самоорганизовываться вокруг того, кто явился центром кристаллизации новой сферы гармонии, порядка и красоты в мире.

Организм как поток привычного

Клетки нашего организма непрестанно делятся, продолжают, размножаются, одним словом, ни секунды не стоят на месте, как то иногда нам могло бы показаться. Клетки нашего организма обновляются столь часто и столь полно, что того, кто вполне осведомлен о силе и масштабе процессов клеточных и метаболических перемен, беспрестанно протекающих в нашем организме, порой невольно охватывает трепетное восхищение тем, что каким-то удивительным образом организм умудряется сохраняться целое.

Мы одни и те же из года в год, из десятилетие в десятилетие, в то время как все без исключения клетки нашего тела уже не раз и не два заменились на совершенно новые, предоставив, таким образом, нам возможность чуть ли не ежемесячно фактически заново родиться.

Организм — это устойчивый самообновляющийся поток.

Живое подобно пламени и водному потоку.

*Жизнеспособность пропорциональна
устойчивости изменяющегося.*

На всех уровнях организации нашей идентичности неизменным остается одно правило: привычки и стереотипы — наша программная структура. Мы сильны инертностью систем регуляции. Мы прочны повторяющимся характером одних и тех же биохимических реакций. Мы самосохраняемся за счет того, что привычное целое поддержать намного проще и энергетически выгоднее, чем совершать процесс системного перехода к некоему неизвестному новому состоянию.

Однако такова лишь одна сторона медали процесса развития. Другая ее сторона заключается в том, что наше окружение неумолимо развивается как целое, и если мы хотим в своем развитии поспевать за всем миром, нам надлежит освоить Науку Осознанных Превращений с тем, чтобы быть в состоянии всегда измениться в нужном направлении по своему желанию.

Именно своей стабильностью, стационарностью, устойчивостью ценен для нас наш собственный организм. И это в то время, когда все без исключения биосистемы непрестанно пребывают в состоянии неустойчивого неравновесия, т.е. по сути дела никогда не бывают совершенно стабильны!

Просто тот поток, которым является и наше собственное тело, и наша психика, должен быть организованным, устойчивым, гармоничным. Только от нашего самопрятия, от заботы о себе и от уважения к собственным потенциалам в конечном счете зависит то, что именуется интегральным здоровьем и душевным спокойствием.

Организм практически всегда сам успешно справляется с любыми вторжениями, агрессиями и дисбалансами, то и дело возникающими по мере продвижения по беспокойному пространству окружающей жизни. Но мы сами так часто вмешиваемся в процессы саморегуляции со своими незрелыми эмоциональными реакциями и столь часто сомневаемся в собственных силах, фактически программируя себя на неудачу, что, по сути дела, оказываемся первейшими возмутителями спокойствия в стремительных водах собственного трепетного потока.

Застывший организм мертв по определению. Живой организм представляется стройным потоком, организованность которого, в конечном счете, поддерживается именно душевной

гармонией и красотой самовосприятия. Следует осознанно и терпеливо привыкать к тому, что в нас самих все непрестанно течет и переменяется, а, следовательно, никаких препятствий нашим собственным пожеланиям со стороны нас самих быть не может. Мы вправе и в силах все в себе изменять и делать свое тело и свой разум именно такими, какими мы сами по своему произволению захотим их сотворить.

Вспоминаются строки из «Чайки по имени Джонатан Ливингстон» об управлении полетами на высоких скоростях. На малой скорости необходимо усердно рулить крыльями. Но на высоких скоростях малейшее колебание перышка может обрушить стремительно летящую птицу в крутое пике.

Сомнения в себе допустимы как повод к исправлению и перемене неэффективных фрагментов. Но для поддержания устойчивости себя как потока каждый должен сохранять незыблемую уверенность в самом себе и понимать, что первоприродной мудрости нашего организма более чем достаточно для того, чтобы противостоять любым напастям и лишениям, если только мы сами не умудряемся безответственно взгромоздиться у самих себя на пути.

Загадочное могущество сил самоорганизации

Всякий наблюдательный человек понимает, что всего богатства возможностей живого разумом не охватить. Любое проявление жизни, от полета мотылька до регенерации утраченных органов ящерицы, может быть по праву названо сказочным. Живое остается до конца не познанным даже в том случае, если ученые смогли рационально расшифровать некоторые механизмы осуществления этих чудес. Сколько бы ни узнал человек о законах молекулярной биологии, принципах генетики и правилах нейрофизиологии, он не перестает удивляться восхитительному чуду творчества, дивиться волшебству самоисцеления и поражаться таинству могущества защитных сил организма.

*Силы самоорганизации действуют непрерывно,
но приносят зрелые плоды лишь тогда,
когда им предоставляют полную свободу.*

В основе всех чудес живого покоится глубинная работа таинственных сил самоорганизации. В этих силах нет ничего мистического — сущее само упорядочивается по законам гармонии и красоты, повинаясь неумолимой власти математических закономерностей. Однако впечатление их действие производит не менее яркое, чем, скажем, появление мага из воздуха или создание небесного дворца.

Самоорганизация прекрасных снежинок — этих замысловатых и неповторяющихся узоров кристалликов льда — лишь бледное подобие синтетических сил самоорганизации живого, непрестанно поддерживающих существование биосистем. На силы эти мы всегда можем надеяться, так как их возможности поистине безграничны, хотя в настоящее время они изучены и освоены лишь в малой степени.

До сих пор не изведаны пределы возможностей осознанной саморегуляции, которые присущи каждому из нас. Они не раскрываются в полной мере лишь в отсутствие регулярной практики управления собственными созидательными силами. Примеры многих подвижников и чудотворцев доказывают, что возможности осознанно управляемого человеческого организма поистине неисчерпаемы. Просто следует приступить к их последовательному освоению и методично добиваться поставленных целей в ходе самовлияния.

Даже такая фантастическая возможность, как регенерация органов и частей тела теоретически вполне доступна человеку и есть все основания считать, что на настоящий момент она просто еще не освоена людьми. Информационных ресурсов для воссоздания утраченных тканей в нас самих всегда оказывается предостаточно для успешного проведения «ремонтно-восстановительных работ».

В каждой клетке тела наш собственный уникальный генетический материал всегда присутствует целиком и полностью. При определенных условиях в любое время может быть «распечатан», активирован и применен для строительства новых тканей и органов. Просто следует разумно привести в действие механизмы самоорганизации тела, для чего необходимо освоить мастерство саморегуляции. Ведь в конечном счете вершинной инстанцией управления организмом все же является наш

мозг, в котором центральную управляющую функцию выполняет наше сознание.

Главными условиями благоприятной деятельности мозга являются оптимизм и уверенность. При переживании этих настроений нейрохимия оказывается такой, что все возможности мозга приводятся в состояние повышенной готовности и могут быть использованы по малейшему произволению сознания. Все восстанавлимо и вновь воссоздаваемо в нас самих при гарантии поддержания оптимальных условий работы мозга, т.е. при глубоком искреннем доверии собственным силам и убежденности в биологическом всемогуществе организма, осознанно управляемого сознательным произволением.

Генетическая голограмма — этот вечный фотоснимок нас самих! — неизменно надежно сохраняется в каждой из живых клеток нашего организма, и в нем ежесекундно отпечатывается весь наш текущий опыт, все наши мысли и переживания. Опытный мастер саморегуляции имеет возможность напрямую обратиться к потенциалу этих голограмм — и по своему желанию созидать необходимые состояния и структуры тела.

*Организм развитого человека является
абсолютно восстанавливаемой системой,
управляемой натренированным сознанием.*

Большинству из нас сегодня все это кажется фантастически-мечтаниями. Однако если регулярно из года в год ради совершенствования собственной жизни и непрерывного переживания полноты восприятия мира и себя заниматься развитием собственных способностей, то со временем один за другим раскрываются все доселе неведомые потенциалы сил самоорганизации, будучи приведены в действие с помощью «Ключа» и осознанно управляемые самим человеком по его произволению.

Живое перестраивается кооперативно

В целостном организме все связано со всем очень сложным, но целесообразно организованным порядком. В теле и в психике нет изолированных частей — все реагирует совместно, синхронно и согласованно.

Для того, чтобы внести желаемые изменения в общую структуру функционирования организма, необходимо в определенный момент времени сфокусироваться на четко очерченной функции, задаче или проблеме. Произвести необходимые трансформации — и дожидаться, когда вслед за изменившейся частью симфонически согласованно изменится и весь целостный организм, в контексте которого эта изменившаяся часть связана множеством уз с другими областями, отделами и частями. Лишь после этого имеет смысл приступить к следующему изменению — когда выяснены последствия и результат предыдущих самовлияний.

Ритм саморазвития прост:

*сознательная самокоррекция — перестройка целого —
изучение последствий самовлияния —
формирование нового самовлияния — ...*

Самоуправление всегда должно осуществляться

- *квантованно,*
- *периодически,*
- *фокусно,*
- *предметно и*
- *конкретно.*

Состояния трансформации выделенной темы и самоорганизации целостного организма должны быть разделены во времени и сменять друг друга, подобно вдоху и выдоху. Сверхсложное целое организма оптимально самообустраивается в соответствии с законами самоорганизации. Но вмешиваться в этот процесс с нашим ограниченным линейным мышлением и узко концептуальным пониманием происходящего было бы неразумно, так как личная интеллектуальная несостоятельность только помешала бы осуществляться священным процессам таинственной самоорганизации живого.

Для того, чтобы все эти закономерные гармонические перестройки целостного организма проходили успешно и эффективно, необходимо поддерживать перестраивающиеся системы организма всем необходимым. Так как речь идет о психопрограммировании и о перестройке тончайших нейронных ансамблей мозга, то необходимым, прежде всего, оказывается предоставление предпочитаемых потоков ощущений и «пищи

впечатлений», которые запрашиваются мозгом. Это переживание приятного содействует успешной перестройке внутримозговых процессов и увеличивает степень интегрированности нейронных комплексов, что, в свою очередь, является залогом успеха дальнейшего саморазвития человека.

Что-то вразумительное понять в происходящих глубинных нейрохимических и психофизиологических перестройках мы вряд ли сможем: число тонких внутримозговых связей столь велико, а их сложность столь немыслима, что лучше не пытаться грубым орудием сухого рассудка вмешиваться в этот загадочный и хрупкий процесс. Помочь же этим внутренним самоупорядочиваниям, особенно интенсифицирующимся после очередного кризиса или усердного труда, мы не только в состоянии, но даже эволюционно обязаны.

Благодаря переживанию приятных впечатлений организм тонко настраивается на средовой контекст и старается реагировать в соответствии с особенностями организации конкретного окружения. Чувствительные сенсорно-реактивные зоны радужки, области ладони, точки органно-функциональной активности на стопе и биоэнергомеридианы на коже тела, сенсорные зоны на языке и области повышенной чувствительности скальпе — самыми различными путями организм получает информацию обо всем том, что происходит вокруг него.

Главными каналами связи со средой остаются органы чувств. Поэтому если мы предоставляем сами себе то, что нами интуитивно предпочитается, мы можем быть совершенно уверены в том, что наши внутренние реорганизации пройдут успешно. В результате таких естественных системных трансформаций своего психосоматического естества мы обязательно станем сильнее, мудрее и проницательнее, чем были, т.е. совершим еще один важный шаг по пути собственного развития к желанному счастью.

Вот так, не насилуя себя **самоприказами**, но посильно содействуя процессам внутренней самоорганизации и помогая организму тонко настраиваться на гармонию связей со средой, мы помогаем сами себе повышать иммунитет, взращиваем адаптивность, а значит всегда будем готовы столкнуться с любой новой проблемой, оставаясь во всеоружии. Ведь наши внутренние процессы именно благодаря нашей мудрой поддержке

и разумной заботы о себе будут разворачиваться наилучшим из возможных образом, тем самым гарантируя нам полный успех всех будущих развитий, преобразований и трансформаций.

Прямое влияние на собственный мозг

Большинство из нас знают, сколь мощным может оказаться действие всевозможных излучений и сильнодействующих психотропных препаратов на наш собственный мозг. Однако сила этих разрушительных, подчиняющих, стимулирующих или наркотизирующих влияний при ближайшем рассмотрении оказывается не самой большой. Самым сильным признается прямое регулярное влияние на мозг, осуществляемое через естественные каналы органов чувств и с помощью специально выстраиваемых слов человеческой речи. Сочетанная сила ощущений и смыслов неодолима, особенно в тех случаях, когда она формируется самим человеком для управления собой, т.е. представлены в виде эффективных самоприказов.

*Мозг наиболее послушен тем влияниям,
которыми он питается.*

Переживания и слова — генеральные секретные коды мозга.

Как и всякая другая живая система, мозг стремится к конструктивному изменению, ориентируясь на большее приспособление к окружению, каковым оно является в момент адаптации и каковым оно вероятно может стать, как то представляется мозгу с его развитой способностью к прогнозированию будущего на основе опыта прошлого. При этом для того, чтобы быть в курсе всего происходящего вовне, мозг в буквальном смысле слова «лезет наружу».

Все сенсорные каналы опираются на функционирование особых чувствительных клеток — рецепторов, эволюционно родственных нейронам. Особенно близки клеткам головного мозга светочувствительные нейроны сетчатки глаза. Нейроанатомам известно, что клеточный комплекс, обеспечивающий регистрацию изображений, получаемых на сетчатке, по сути дела является своеобразным выростом мозговой ткани, таким форпостом мозговых клеточных ансамблей. Поэтому зрительные ощущения оказываются по своей сути прямыми реакциями мозга на внешние перемены. Посредством зрения мозг не-

посредственно контактирует с окружающей средой в то время, как внешне он кажется плотно замкнутым в черепной коробке.

Зрение и мышление синонимичны!

Самым прямым, непосредственным, проникающим воздействием на собственный мозг, которое более всего контролируется осознанной волей и управляется нашими произвольными, является творческий подбор наиболее приятных зрительных стимулов, в котором человек ориентируется на интроспективно получаемые сведения о собственном впечатлении и о достигаемом в результате восприятия оттенка состояния и настроения.

Подбирая необходимый для самовоздействия наиболее предпочтительный организм цвет, человек должен очень чутко прислушиваться к самому себе, к собственным глубинным ощущениям. Дело в том, что на воспринимаемый цвет немедленно реагируют центральные регуляционные структуры ствола мозга, которые, в свою очередь, комплексно изменяют нейрохимическое состояние мозга и определяемый им эмоциональный статус.

Чем точнее человек подберет именно те цвета, которые ему субъективно нравятся, тем более эффективным окажется конструируемое им самовоздействие. Разумеется, эффективность такой процедуры постепенно развивается и последовательно оттачивается по мере ее практического освоения. Разве нас кто-нибудь когда-нибудь целенаправленно обучал разбираться в том, что нам самим действительно нравится — безотносительно к требованиям окружающих или нормативным условиям ожидаемого другими поведения? Разве нас учили тонко экспертировать собственные состояния, разбираясь в том, чего мы сами на самом-то деле действительно хотим?

Вот и приходится с помощью «Ключа» усердно тренировать этот оказавшийся очень важным навык выявления собственных предпочтений, все более успешно сличая получаемое в результате цветовосприятия внутреннее состояние с нами же желаемым переживанием. Чем точнее мы подберем действительно нравящийся нам оттенок, тем скорее и увереннее сможем перейти в желаемое нами состояние с тем, чтобы пребывать и функционировать в нем.

Оказывается, мудрость сил самоорганизации, управляющих интегральным развитием нашего организма, столь велика, что сам мозг всегда настроен на избирательное восприятие цветов определенных оттенков. Можно сказать по-другому: для осуществления необходимых для нашего организма перемен в мозговых структурах, которые ведут к большей адаптации и комфорту, необходимо переживание, вызываемое восприятием вполне определенных цветовых оттенков, благодаря чему нейронные процессы осуществляются эффективнее и плодотворнее.

Чувствительность к предпочитаемому цвету не изменяется — пороги восприятия различных цветов вне зависимости от их предпочтения организмом остаются одними и теми же. Однако снижается некий порог приятия, порог комфорта, порог радования, в результате чего организм буквально начинает разыскивать требуемый для поддержания его нейрональной динамики оттенок, вплоть до стремления окружить себя предметами вполне определенной цветовой гаммы.

Понятно, что цветных интерьеров на все возрастающие адаптационные запросы мозга не напасешься. Вот и пришло время создать «Ключ» для того, чтобы сам человек оказывался в состоянии без особых усилий сотворить самому себе требуемое «сенсорное блюдо» с тем, чтобы употребить его по мере возникновения в нем особой надобности. Тем самым человек помогает собственному организму произвести требуемую перестройку, результатами которой он сможет воспользоваться в интересах расширения собственной жизненности и увеличения полноты радования жизнью.

В конце 70-х годов XX века в Чехии были проведены удивительные эксперименты, толкование результатов которых до сих пор остается за рамками привычной академической корректности. Испытуемых вводили в специально подготовленные цветные комнаты (красную, синюю, зеленую и желтую), благодаря воздействию которых «интегральные электрофизиологические портреты» совокупных изменений, наблюдавшихся в самых различных физиологических системах, в целом соответствовали цвету комнаты.

Для красной комнаты была характерна одна фигура комплексной реакции организма, а для синей — совершенно иная,

отличная от красной, но вполне узнаваемо специфичная. Удивительно, что, даже плотно завязав глаза испытуемым, экспериментаторы продолжали получать примерно те же специфичные результаты реагирования для различных цветных комнат. Даже при плотно завязанных глазах испытуемые продолжали телом «видеть» цвет комнаты.

Но каково же было удивление физиологов, когда все те же специфические комплексные реакции они получили и при введении испытуемых в затемненные цветовые комнаты, в которых даже зрительно, при открытых глазах человек не был в состоянии рассмотреть, в какой цвет окрашены стены и предметы! Не подлежит сомнению тот факт, что цвет в живых организмах играет какие-то особенные архиважные роли, раз живые системы умеют столь изощренно и специфично реагировать на характер своего цветового окружения.

Живой организм потому так разборчив в выборе цвета, что попросту непрерывно питается им.

Прямое самовлияние на собственный мозг заключается в том, что с помощью освоенных процедур самотестирования и подбора требуемых оттенков мы сами организуем энергетическую поддержку разворачивающихся в нашем мозгу нейрофизиологических и биохимических процессов. Мы и знать не знаем, каковы сами по себе эти процессы и что именно в нас самих происходит. Однако, всецело доверяя глубинной мудрости собственного тела и уповая на способность нашей собственной психики к самовосстановлению, мы вправе надеяться, что самоорганизация нашего организма пойдет именно по тому пути, который в конечном счете будет оптимально приемлем и для нас самих.

*Центральное мастерство искусства
осознанного саморазвития —
поддерживать идущий процесс самоорганизации
и не препятствовать его протеканию.*

Резонансная «подкачка» мозговых осцилляторов сенсорными потоками требуемой частоты напоминает процесс энергетической накачки лазера. Вообще, мозг человека и квантовые генераторы имеют столь много общего, что выдающийся нейрофизиолог Карл Прибрам всерьез предположил, что именно ла-

зерная физика в будущем поможет постичь тайны сохранения информации в мозгу и принципы самоорганизации нейронных процессов.

Поддержание спонтанно разворачивающихся внутренних перемен целенаправленно организованными внешними сенсорными потоками основано на принципе резонанса, известном каждому из школьного курса физики. Вспомните о батальоне солдат, марширование которых на мосту закончилось разрушением последнего. Каждый новый удар сотен ног совпадал с собственной частотой колебаний самого моста, в результате чего амплитуда его раскачиваний всякий такт чуть-чуть увеличивалась, пока это не привело к механическому разрушению.

Когда сегодняшние солдаты заходят на мост, подается уставная команда: «Идти не в ногу». Так вот в случае применения «Ключа» целесообразно действовать как раз обратным образом. Нашей задачей является усиление протекающих организменных процессов внешним структурно-энергетическим питанием. Поэтому регулярность, частота и длительность сеансов психокультурной работы с собственным мозгом при посредстве «Ключа» имеют такое решающее значение для всей развивающейся практики самовлияния.

Влияние, поддерживающее развитие конструктивных мозговых процессов, должно осуществляться достаточно регулярно и быть достаточно продолжительным. Ничто не разворачивается мгновенно, а потому для создания полезных результатов необходимо определенное время. Однако если нам удастся овладеть навыками содействия собственной самоорганизации, это поможет нам разрешить целый ряд сложнейших проблем, над которыми ученые безуспешно бьются немало лет и без особого результата.

Речь идет об эффективной технологии уверенного достижения полноты здоровья, о методике успешного развития способностей к обучению, о качественном расширении спектра собственных радований и об интенсивном раскрытии глубинных способностей. И это далеко не полный перечень всех тех выигрышей и плюсов, с которыми связано активное содействие протеканию процессов самоорганизации в нашем собственном организме, осуществляемое с помощью «Ключа».

*«Ключ» раскрывает в каждом из нас любые врата и двери.
Он исполняет любое осознанное пожелание.
Нужно лишь обучиться его применять.*

Наш мозг прекрасно «осведомлен» о тех переменах и перенастройках, которые ему надлежит предпринять в связи с изменившимися (или обещающими измениться) условиями окружения и деятельности. Однако далеко не всегда ему достает сил для совершения таких аутотрансформаций, которые, как и любая другая совершаемая работа, требуют определенных затрат энергии.

Если же мы регулярно обращаемся к «Ключу», используя его для резонансной перенастройки волновых структур мозга, осуществляя путем естественной сенсорной избирательной самостимуляции, мы фактически осваиваем Новый Режим Жизни — жизнь в условиях гармоничного, полноценного, свободного и своевременного протекания всех жизненно необходимых процессов самоорганизации.

Всем нам еще предстоит узнать, что это будет за жизнь. Однако те продолжительные и достаточно многочисленные опыты, которые пережиты последователями даосской йоги и мастерами суфийских созерцательных практик, намекают на то, что речь идет о качественно более высоком состоянии человеческого существа. Осознанно пребывать в этом восхитительно свободном творческом состоянии до сих пор имели возможность лишь уединившиеся в Гималаях единицы или отдельные мистики, в силу массы случайных совпадений и случайностей обретшие могучее озарение. Теперь же это состояние может стать обычным для любого, что пожелает потрудиться над его осознанным достижением, поддержанием и развитием.

Энергетические витамины

Всем известно, как страдают живые организмы при недостатке солнечного света или полноценного питания. Их организмы жизненно нуждаются в привычном поступлении необходимых веществ и энергии. Поэтому в отсутствие здорового питания жизнедеятельность закономерно нарушается, и если дело не завершится смертью, то, как минимум, — тяжелым заболеванием, ограничивающим возможности. Получается, что

как бы сложно и гармонично ни был устроен организм, все же о нем необходимо старательно заботиться, иначе он попросту заболевает и умирает.

Своевременная забота об организме очень важна. Однако не следует забывать и о том, что человеческая психика также нуждается в соответствующем ее запросам и потребностям питании. Без предоставления этого питания ее развитие может быть серьезно нарушено. Разумный мозг без поступления здоровой пищи впечатлений и полноценного состава разнообразных переживаний непременно хиреет, слабеет и заболевает. Его сила угасает, а скрытые в глубинах творческие способности не могут проявиться.

Чистый воздух, прекрасные пейзажи, интересные встречи, роскошные театральные постановки и родные ландшафты — все это составляет питание мозга. Без красоты и смысла человеческий мозг ослабевает и заболевает. Значит, его нужно регулярно и в достаточной мере подпитывать новым, гармоничным и содержательным — подпитывать непрестанно, заботливо и ответственно. Таково одно из центральных условий поддержания и сохранения полноты душевного здоровья.

Как телесная, так и психическая пища должна быть вкусной, полезной и доброкачественной. Даже лечение в прошлом символически связывалось с кормлением, с трапезой, каковой оно по сути дела и являлось. Любое исцеление наступает в результате параллельного осуществления двух процессов — очищения от излишнего и восполнения недостатка в необходимом.

Нет нужды в хитроумно устроенных диагностикумах, позволяющих определить, что именно нужно организму и чего именно требует для своего благополучия душа. По себе мы знаем, как легко порой исполнить наши пожелания: если засиделся — хочется размяться, если устал — приятно отдохнуть. Так и организм сам прекрасно знает, что именно, когда и сколько ему нужно. Он сам свидетельствует об этом переживанием приятности, благодаря которому он предпочитает одну пищу другой.

Добрые слова, глубокие мысли, светлые чувства, красивые поступки и родные голоса — вот что питает наши души и радует наш мозг. Если регулярно, следуя замечательной здоровой привычке, обращаться к «Ключу» и напитывать собственный организм гармоничными звучаниями музыки и красочными

мультипликациями целебной анимации, то можно быть твердо уверенными в том, что нашему мозгу всегда будет хватать той пищи, которую мы предоставляем ему по его же собственному произволению. Такие энергетические витамины непременно сделают нашу жизнь и радостной, и здоровой, и прекрасно развивающейся т.е. радужно полноценной и счастливой.

Трапеза для мозга

Известно, что недостаток витаминов в продуктах питания со временем приводит к развитию авитаминоза — болезни, связанной с нехваткой биологически активных веществ, которые принимают самое активное участие в жизнедеятельности организма. Помимо жиров, белков и углеводов, живой организм нуждается в особых спектрах биоактивных веществ, среди которых множество микроэлементов, витаминов и других разнообразных сложных химических соединений.

Мозг, как наиболее хрупкая и нежная ткань организма, обильно снабжается кислородом, приносимым нескончаемыми потоками крови, и питательными веществами, поступающими прямо из кровяной плазмы. Однако ничуть не меньше, чем в биоактивных веществах, для поддержания здоровой работоспособности и обеспечения продуктивного развития мозг нуждается в обильной нервной импульсации. Питающие мозг нервные импульсы идут как от внутренних органов и рецепторов, заключенных в тканях самого организма, так и от внешних органов чувств.

Как раз последнего человеку обычно и недостает, причем недостает в значительно большей степени, чем витаминов или микроэлементов.

Потоки ощущений, организованные по гармоническим канонам красоты, вливаются в воспринимающий их мозг, упорядочивая в нем движение нервных импульсов и нивелируя все излишние «шумовые» возбуждения.

В регулярном вливании извне потоков красоты нуждаются все без исключения активно работающие зоны мозга. Без притока впечатлений, без каскада гармоничных восприятий мозг устает, слабеет и оказывается не в состоянии эффективно функционировать. Системное гармоничное влияние на органы чувств целесообразно организованными потоками цветовых и

ЦВЕТА И ЗВУКИ



звуковых сигналов позитивно отражается на настроении, что в свою очередь улучшает нейрогуморальную регуляцию органов и тканей всего организма.

Получается, что без достаточного количества восприятий прекрасного, без своевременно воспринимаемых потоков красоты, без питания радужными чувствами и гармоничными переживаниями мозг не может выполнять свои главные функции — творить новое, управлять организмом и обеспечивать успешное приспособление к окружающей жизни.

*Жизнедеятельность мозга организована
по законам красоты.*

Мозг непрестанно жаждет питающих его разнообразия, энергий и задач. Ему нравится работать, ему нравится трудиться, ему нравится пульсировать вместе с биением мысли и пульсацией переживаний. В этом — залог его здоровья. Именно такое питание ощущениями гарантирует здоровое и согласованное развитие всех областей мозга и надежную регуляцию систем организма, отвечающих за высокий уровень иммунитета и гармонично протекающее развитие.

*Чувства во всем подобны голубям:
предоставление им свободы еще не снимает с нас
ответственности за их своевременное кормление.*

С помощью «Ключа» любой желающий поддержать функционирование собственного мозга может создать гармонизирующие потоки сигналов, которые сгенерируют радующие мозг переживания и поддержат все позитивные нейродинамические процессы. Таким образом, радуя мозг, мы наверняка способствуем поддержанию гармонии и здорового равновесия в собственном организме, который всецело нашим мозгом и управляется.

Не забывая вовремя «покормить» свой мозг нужными приятными впечатлениями, мы непосредственно укрепляем собственное здоровье, создавая наилучшие условия для реализации желанных для нас важных целей, наиболее ценных состояний и жизненных задач.

Молекулы настроений

Многочисленные эксперименты однозначно подтвердили гипотезу о достаточно точном соответствии различных настроений и переживаний определенным спектрам психохимических веществ, продуцируемых мозгом в ответ на те или иные эмоциональные состояния и, в свою очередь, их усиливающих. Иначе говоря, все наши внутренние субъективные состояния имеют некий объективный химический эквивалент, подобно тому, как телефонный разговор посторонним наблюдателем может быть воспринят как процесс преобразования звуковых

ЭМОЦИИ И ЦВЕТА

АНТАГОНИЗМ ШАФРАНОВЫЙ	ПРИЯТИЕ БЛЕДНЫЙ ЛИМОННО-ЖЕЛТЫЙ
ГНЕВ ТЕМНО-ВИШНЕВЫЙ	СТРЕМЛЕНИЕ ОРАНЖЕВЫЙ
ОБИДА КРАСНО-РОЗОВЫЙ	ИНТЕРЕС РОЗОВЫЙ
ВРАЖДЕБНОСТЬ КОРИЧНЕВО-КРАСНЫЙ	ЭНТУЗИАЗМ ТЕМНО-БОРДОВЫЙ
СТРАХ ПОТЕРИ ИНДИГО	УВЕРЕННОСТЬ ЛАЗУРНО-ГОЛУБОЙ
ГОРЕ И ВИНА ЧЕРНЫЙ	РАВЕНСТВО БЕЛЫЙ
БЕЗРАЗЛИЧИЕ ЛИЛОВЫЙ	НАСТРОЕННОСТЬ ТЕМНО-БАГРОВЫЙ
РАЗОБЩЕННОСТЬ МЯТНАЯ ЗЕЛЕНЬ	ЕДИНСТВО ЗЕЛЕНЬ ТРАВЫ
НЕТ ВЫБОРА СЕРЕБРО	ВЫБОР ЗОЛОТО

вибраций в электромагнитные волны, несущиеся по телефонным проводам и после вновь преобразующиеся в звуки голоса.

Многое указывает на то, что соответствие между субъективным и физико-химическим компонентами переживаний достаточно полное и весьма однозначное. Получается, что мы можем изменять химию собственного тела, возбуждая в себе (с помощью приемов саморегуляции) те или иные переживания, а можем направленно вызывать те или иные настроения, осознанно изменяя состав внутренней среды за счет определенных химических **самовлияний**.

Кому не известно возбуждающее действие утренней чашечки крепкого кофе или успокаивающее влияние валерианового чая. Вот и получается, что в наших руках всегда находятся два мощных рычага управления собственным организмом — 1) возможность создания определенных физиологических изменений в организме за счет развития переживаний путем представлений и воображения и 2) формирование необходимых эмоциональных состояний за счет придания телу определенных поз и мимических фигур, характерных для этих переживаний, которые, в свою очередь, приводят к выработке соответствующих настроений.

Получается, что и глубинно действующие синтетические лекарства, и даже методические изошренное иглоукалывание оказываются далеко не самыми тонкими и изящными средствами влияния на организм человека. Самая тонкая и экологически безопасная настройка организма на здоровье происходит благодаря особой культуре движений и уходу за телом в сочетании с развитой способностью к произвольной эмоциональной гимнастике, проще говоря, к осознанной актерской игре.

Изучая самого себя в процессе ознакомления с различными состояниями собственного организма, мы вырабатываем своего рода **ключи** к внутренним состояниям, которыми после легко можем использовать в случае необходимости для направленного приведения себя в нужное состояние.

Речь идет о самом естественном пути — пути прямого, непосредственного влияния сознания на тело. Определенные мысли приводят к порождению тех или иных эмоций, которые, в свою очередь, оказывают управляющее воздействие на клетки и органы.

Мысль и чувство изначально связаны друг с другом: неэмоциональных мыслей не существует, как и любая эмоция не может быть беспредметной. Поэтому от качества нашего мышления, от целительности наших представлений, от жизнедеятельности наших глубинных установок, ожиданий и устремлений зависит все то, что будет происходить с нашим организмом, т.е. с нами самими.

«Ключ» ускоряет процесс обучения искусству самонастраивания мозга в унисон вибрационным особенностям телесного организма. При помощи «Ключа» можно и эффективнее, и легче, и быстрее научиться согласованно настраивать мозг и тело в соответствии со стоящими перед личностью задачами и целями. Получается, что «Ключ» является усилителем творческой способности к самовлиянию, без которой сознательно управлять своей жизнью очень и очень непросто. Вот и выходит, что «Ключ» — это воистину ключ к себе, который может быть использован каждым человеком индивидуально, но безусловно важен для всех людей планеты.

Психохимия как ключ к настроению

Любые эмоциональные состояния, субъективно интегрирующие организм в единое реагирующее целое, генерализуются в физиологических состояниях и внутренних переживаниях через продукцию нейропептидов, управляющих жизнедеятельностью клеток, органов и тканей тела.

Так как человек на все без исключения реагирует эмоционально, хотя бы потому, что в окружении и в собственном состоянии для него все имеет тот или иной выживательный и ценностный смысл, то нейрохимической эмоциогенной продукцией сопровождается реагирование на любой элемент жизни человека. Пища, движения, впечатления, воспоминания, образы, ароматы, раздражения и звучания — все это непременно воспринимается более или менее эмоционально, в зависимости от степени текущего соответствия значения элемента наличному состоянию развивающегося организма.

Используя ассоциативные ключи, связывающие воедино различные элементы субъективного опыта, можно сформировать, натренировать и развить навык произвольного включения самых различных эмоциональных состояний. Таким образом,

человек со временем приучается усиливать характерную для него нейрохимическую генерацию через своего рода «сенсорные рычаги».

Главное, что необходимо для развития навыков управления нейрохимической продукцией собственного организма — это научиться верить в потенциал собственных сил, неустанно наращивать навыки сосредоточения и обладать полной уверенностью в окончательном успехе полезнейших тренировок, дающих универсальный **ключ** к управлению любыми состояниями собственного организма.

Тренируемые навыки, благодаря частому и регулярному их повторению, должны восприниматься как знакомые, привычные, освоенные, понятные и приятные. Лучшим путем освоения навыков саморегуляции через управление нейрохимической продукцией является сочетание упражнений, составляющих систему подготовки актеров К.С.Станиславского, с приемами с использованием **«Ключа»**.

Нужно научиться произвольно представлять себе желаемые состояния, легко вызывать картины воображения, связанные с создаваемыми состояниями, по собственному желанию углубляться во все тонкости их переживания, ежедневно усиливать и углублять их с каждым новым возвращением в это состояние. Чем-то такие тренировки напоминают процесс развития спортивных навыков. Только работа с **артпроцессором** очень и очень приятна. Ведь **«Ключ»** предоставляет возможность генерации **предпочитаемых** потоков, т.е. входением в **возможностное состояние**.

Главные состояния, которые нужны нам в жизни, должны быть тщательно исследованы, глубоко отработаны и развиты до предела. Именно подготовленность и освоенность таких состояний определяет произвольно реализуемую эффективность, именуемую успехом.

Даже если для репетирования главных состояний потребуются посещать многомесячные курсы психодрамы или посвящать десятки часов в месяц психогимнастике с **«Ключом»**, вся эта драгоценная игра наверняка будет стоить свеч!

Человек, полностью вооруженный необходимыми для него эффективными интегральными творческими состояниями, иногда именуемыми «глубинные ресурсы», получает от жизни

именно то, что ему нужно — то, что рассматривается им как приятное и ценное.

Волшебные гормоны обучения

Нервные импульсы, вызываемые в мозговой ткани сигналами внешней среды, приводят к выработке специфических биоактивных веществ в организме. Многие из этих веществ изучены давно и подробно, а некоторые до сих пор окружены ореолом таинственности, в частности потому, что связаны с удивительными психосоматическими эффектами. Так случилось, к примеру, с эндорфинами, которые одними учеными именуются гормонами радости, а другими — реактивами обучения.

Люди давно заметили, что некоторые эмоциональные состояния человека, связанные с особенно приятными переживаниями, делают человека не просто спокойным, радостным и удовлетворенным, но и иногда вдут к снижению чувствительности к боли и развитию особого оптимистического восприятия жизни. Нейрохимические исследования показали, что в глубоких структурах мозга в ответ на радостный смех или сексуальное наслаждение, в результате прослушивания любимой музыки или после сеанса иглоукалывания вырабатываются особые вещества, по структуре и биологическому действию напоминающие морфин.

Переживание радости, связанное с выделением в кровеносное русло этих веществ, столь же интенсивно, как и удовольствие, получаемое при введении в кровь морфина. Однако, в отличие от извне вводимого наркотического вещества, выделение эндорфинов организму вреда не наносит, структуры тела не разрушает и привыкания не вызывает. Как говорится, кайф тот же, зато вреда — никакого.

Помимо позитивного эмоционального эффекта характерным для эндорфинов оказался эффект конструктивного влияния на обучение. Одним из механизмов запоминания нового и освоения новых образов действия считается оживление биохимического обмена в новых нейрональных путях, по которым после обучения будет привычно пробегать нервный импульс. Обычно для запоминания нового требуется множество тренирующих повторений. Это необходимо для того, чтобы новое усвоилось, что нейробиологически выражается в оживлении био-

химии нейронов, прежде не использовавшихся в управлении данным поведением.

Если же процесс усвоения нового сопровождается интенсивным выделением эндорфинов, а значит и глубоко приятными эмоциональными переживаниями, то запоминание получается достаточно прочным даже с первого раза. Предположительно, эти «реактивы обучения» воздействуют на химизм нервных клеток таким образом, что вновь осваиваемый нейронный путь оказывается привычно легко активируемым чуть ли не с первого раза!

Нередко обучение сравнивается с протаптыванием тропинки в лесу. Чем чаще ходить по определенному маршруту, тем заметнее окажется тропинка и тем большее число людей устремится по ней, продолжая далее торить привычный путь. Такого же рода каскадный эффект, или эффект снежного кома, наблюдается и при многократном повторении выучиваемого материала, которое само по себе активирует биохимизм соответствующих клеток. Влияние эндорфинов помогает заучить необходимое сразу, без необходимости десятки, а то и сотни раз повторять одно и то же.

Получается, что само по себе хорошее настроение является мощным нейробиологическим фактором, интенсифицирующим процесс обучения и оптимизирующим запоминание и освоение нового без обращения к каким-либо медикаментозным стимуляторам и внешним приемам. Акселерация обучения происходит за счет одной только выработки внутренних нейробиологических веществ, субъективно воспринимаемой как интенсивно приятные переживания.

Известно, что пережитый травматический шок очень глубоко влияет на запоминание стрессующей ситуации — ситуации, которую человек предпочитает не воспроизводить в памяти, но, тем не менее, запоминает накрепко и навсегда. Так, к примеру, после однократного сильнейшего испуга быстро формируются многие стойкие фобии и глубокие навязчивости. Оказалось, что в этом случае нейробиологический механизм усиления способности мозга к запоминанию тот же, что и при приятных переживаниях — он связан с выработкой эндорфинов. Вот только возвращаться к зафиксированным с болью фактам и действиям человек не желает ни в коем случае, потому что это

воспроизведение травматических фактов оказывается для него патогенным и болезненным.

Эффективное обучение всегда усиливается переживаниями.

Однако мы сами вправе выбирать обучающие нас эмоции.

Что может быть приятнее обучения с удовольствием!

Воспоминания о заученном с удовольствием и воспринятом в радостном настроении не только происходят легко и свободно, но еще и одаривают человека неслыханно приятными переживаниями. Тем самым результаты такого «обучения в радости» оздоравливают человека, развивая его творческую изобретательность и повышая эффективность его поведения. Прочность запоминания связана с генерацией «внутренних морфинов», которые продуцируются в случае сильнейших переживаний — негативных или приятных. За нами остается право выбирать, какие переживания будут сопровождать наше обучение.

Понятно, что лежащий в основе **арттехнологии** принцип ответственности конструируемого потока ощущений **предпочитаемым** переживаниям как раз способствует созданию особо приятного эмоционального фона восприятия учебного материала, что обеспечивает усвоение новой информации едва ли не с первого, а нередко и с одного единственного предъявления. Оно и понятно — если некий новый материал ассоциируется в сознании человека с особо приятным переживанием, то его усвоение не встречает ни малейшего сопротивления, т.к. нейрохимически и психофизиологически оно рассматривается как абсолютно безопасное, абсолютно приемлемое, желательное и желанное.

Именно приятность восприятия **предпочитаемых** ощущений склоняет мозг к добровольному согласию на включение новой информации в структуру нового опыта. Если же усваиваемую **психопрограмму** (например, **самоприказ** об изменении отношения к конкретному человеку) составить грамотно и добросовестно, то и самопрограммирование пройдет быстро, легко и без сомнительных неожиданностей.

Психотехнология «**Ключа**» таким образом помогает любому желающему обучаться чему только вздумается, причем самым приятным и эффективным образом — осознанно приводя в

действие древнейший механизм генерации радующих мозговых гормонов.

Запоминание, явившееся результатом объединения комфорта, интереса и красоты, окажется самым прочным и самым приятным, а значит самым благоприятным образом будет влиять на дальнейшую организацию поведения, помогая человеку перенастраивать и гармонизировать собственную психику в процессе упорядочивания и обустройства собственной жизни.

Помоги собственному мозгу!

Главное занятие нашего мозга — непрерывное развитие способности к обучению. Наш мозг все время учится учиться. И если это у него получается правильно и продуктивно, то наша жизнь становится все ярче и сочнее. Если же мы забываем заботиться о собственном мозге, он запутывается, начинает ошибаться и выстраивать ложные модели реальности, действуя в рамках которых обязательно создает нам самим неразрешимые проблемы, с которыми после мы вынуждены с трудом и неприязнью разбираться.

Более всего наш мозг нуждается в регулярно поступающей пище разнообразных впечатлений. Наш мозг обожает всякого рода творческие задания, которые позволяют ему каждый раз действовать по-новому, тем самым осваивая новые стратегии решения задач и развивая новые области собственного функционального пространства.

Наш мозг паникует, когда мы сами соглашаемся капитулировать перед жизненными затруднениями. Сам-то он как раз нуждается в обилии творческих заданий, в качестве каковых рассматривает любую житейскую проблему. Но для того, чтобы эффективно разрешать все затруднения, наш мозг нуждается еще и в питании ощущениями, и в безусловном нашем доверии его созидательному могуществу. Если же мы сами не разрешаем себе справляться с трудностями и сомневаемся в собственных способностях, то мы сами и становимся на пути собственного развития, невольно запрещая своему мозгу быть эффективным, мощным и успешным.

*Наш мозг — боец, спортсмен, актер,
философ и изобретатель.*

*Лишая его возможности выбирать,
сомневаться и рисковать,
мы лишаем его возможности
поддерживать нашу жизнеспособность.*

Конечно, время от времени наш мозг должен благодарить нас за своевременно предоставленную возможность полноценного отдыха. Он любит минуты медитации, когда мы погружаемся в **возможностное состояние** благодаря созерцанию анимаций «Ключа». Но все же более всего нашему мозгу необходим поток интересных творческих заданий — лишь неустанно тренируясь, он развивается, а значит живет.

Мозг — не только орган регуляции, не только орган накопления опыта, не только орган регистрации впечатлений. Мозг — это, прежде всего, орган развития, и сам он может быть понят как интенсивно развивающееся функционально целое. Поэтому любое наше содействие собственному развитию идет на пользу мозгу, а значит благополучно отзывается и на деловых успехах, и на здоровье, и на переживаниях личного счастья. Любое же ограничение возможностей саморазвития неволит наш мозг и неизбежно нарушает его нормальную жизнедеятельность, подрывая и нашу жизнеспособность.

Только в непрерывном и постоянно усложняющемся упражнении мозг развивает присущие ему **способностные потенциалы** и возрастает в быстродействии, мощности и эффективности. Творческих заданий вокруг — хоть отбавляй! Ими естественно становятся все проблемы окружающей жизни, которых у каждого из нас полным-полно. Нужно только не запрещать мозгу трудиться, не оскорблять его недоверием, не унижать его сомнениями в его полной творческой состоятельности.

Известный физиологический закон гласит: «Невостребуемый орган, функция которого не нужна организму, неизбежно со временем атрофируется: тело не склонно даром питать те свои части, работа которых ему не нужна». Получается, что именно от нас самих зависит, помогаем мы сами себе в собственном развитии или стоим на пути совершенствования собственных возможностей и способностей.

Это так прекрасно — с помощью «Ключа» научиться искусству управления сами собой и выступать в роли мудрого работодателя собственного организма, в роли воспитателя собст-

венного мозга! Это так интересно, так приятно и увлекательно — быть успешным продюсером собственного гениального мозга!

Организм управляется мыслью

Наше механистическое представление о мире не позволяет рассматривать мысль в качестве действенного фактора существования. Мы забываем о том, что сама по себе мысль рождается в мозгу человека и сопряжена со вполне определенными психофизическими и нейрофизическими процессами, а значит, в некоем смысле вполне материальна.

Даже если не принимать во внимание многочисленные экспериментальные доказательства реальности дистантной силы мысленных посылок, связанных с ее психополевой природой и возможностью распространяться со скоростью света, то самые простые представления о мозговых процессах, сопровождающих активное мышление, должны убедить самых ярых скептиков в принципиальной полезности развития мышления как средства самоуправления собственным организмом. Но именно неверие в могущество яркой сосредоточенной мысли останавливает на пути освоения ее возможностей тех, кто желает оздоровления и развития.

Как сообщает журнал *New Scientist*, физиолог из Кливленда, штат Огайо (США), Ган Ю экспериментальным путем пришел к поразительному выводу: оказывается, лишь усилием мысли, не вставая с дивана, можно накачать бицепсы, как у Ван Дамма.

Это доказали эксперименты на 10 добровольцах в возрасте от 20 до 35 лет, которые должны были представлять в уме, как они с силой сгибают руку и напрягают бицепс. Во время сеансов, проходивших 5 раз в неделю, ученые фиксировали электрические импульсы в мозгу. По мнению ученых, частое возбуждение определенных его центров должно было сказаться на тоне мышц. Так оно и получилось. Спустя несколько недель после «мыслительных» упражнений «спортсмены» стали на 13,5% сильнее в отличие от контрольной группы, в которой не занимались воображаемой гимнастикой! И более того, сохранили хорошую физическую форму еще на 3 месяца после окончания «тренировок».

*По-настоящему захотеть — значит
уже наполовину сделать!*

Важно понять, что мысль, поддержанная питанием сенсорными потоками, моделируемыми с помощью компьютера, становится качественно действеннее и сильнее в своем влиянии и на окружающее пространство, и на происходящие в организме процессы. Тем более действенной становится мысль, регулярно и усердно упражняемая, т.е. неуклонно наращивающая силу и точность своего влияния на те структуры и процессы, целенаправленная трансформация которых интересует занимающегося.

Возможно, главным наследием седой древности (из всего того, что до сих пор не востребовано человечеством), является именно представление о действительной силе мысли. Убедиться в истинности этой максимы может каждый — ведь самостоятельно развивать управляющую мысль и приятно, и легко, и удобно при поддержке информационно-технологического чуда — **психопроцессора «Ключ»**.

Если действительными являются столь явные влияния визуализаций и проприоцептивных представлений на развитие мышечной массы и силы бицепсов, как то показано в экспериментах Ган Ю, то не менее эффективным окажется и **сублиминальное самоугуговаривание**. Оно целенаправленно порождает позитивный фоновый процесс круглосуточного развития желаемых тканей и наращивания определенных функций за счет периодического обновления силы **самоубеждения** с помощью **психоинсталляционной части «Ключа»**.

Как уговорить собственный мозг?

Что бы там ни думали неудачники и лентяи, мозг вовсе не туп и не глуп, не медлителен и не злонамерен. Мозг вовсе не глух к сознательным просьбам и пожеланиям нашей творческой воли. Просто он, как и все живое, не терпит насилия и не в состоянии успешно развиваться в отсутствие надлежащей заботы и ухода за ним.

Мозг каждого из нас, если он здоров и не поврежден, бесконечно чуток к любому движению наших сознательных мыслей и отзывчив на всякое малейшее колебание нашего настроения.

Наш мозг бесконечно понятлив и умел, дееспособен и одарен, стремителен и продуктивен. Он всегда готов откликнуться на любую просьбу и постараться исполнить ее наилучшим образом, если только мы сами не умудряемся встать на своем собственном пути.

*Мозг в точности подобен нам самим:
он любит нежность, заботу и внимание,
ценит благодарность и питается самым вкусным.*

Любая уважительно высказанная просьба, любое дружелюбно сформулированное пожелание мозг всегда готов исполнить немедленно и в полном объеме. Он любит, когда его питают новыми задачами, и обожает, когда о нем внимательно заботятся. Правда, как и всякое разумное живое целое, мозг способен выполнять лишь ясные, четкие и точно сформулированные приказы и пожелания, которые нам самим и следует научиться осознанно формулировать.

Наша внутренняя неразбериха, порождаемая неумением обращаться с процессами собственного психического мира, нередко оказывается столь велика, что мозг невольно оказывается в положении солдата, которому одновременно отдают приказания с десятков генералов, перекрикивающих друг друга противоречивыми требованиями.

Лишь основательно упорядочив собственные цели и разумно организовав очередность реализации своих желаний, мы вправе рассчитывать, что мозг станет выполнять их по нашей просьбе одно за другим, тем самым ведя нас к желанному успеху кратчайшей дорогой изощренного интеллектуального творчества и сгармонизированного эффективного труда.

Пока мы не наведем порядок в собственной психике и не научимся отдавать мозгу внятные и четко упорядоченные приказы, мы так и не узнаем своих собственных потенциальных возможностей. Понять, на что способен наш мозг, можно лишь в процессе неустанного сотрудничества с ним в четком соответствии с незыблемыми правилами всякого сотрудничества. Правила эти просты — безусловное дружелюбие, полная взаимная ответственность и четкость пожеланий и сообщений, адресуемых партнеру.

Только идя таким путем, мы можем убедиться, на сколько многое мы способны и какие грандиозные потенциалы долгими годами оставались в нас в полном забвении не востребуемыми. Таков потенциал последовательных продолжительных занятий с «Ключом» Занимающемуся предстоит осуществить последовательное вскрытие всех внутренних ресурсов и обеспечить системное развитие способностей в некие совершенные качества. Масштаб и глубину последних даже представить невозможно, находясь на сегодняшней стадии хаотизированного мышления, неуправляемых импульсов и неорганизованных пожеланий.

Освоение возможностей «Ключа» дарует нам самих себя — со всем присущим нам спектром колоссальных способностей и возможностей, которыми каждый из нас буквально переполнен с момента рождения.

Безопасно ли подпороговое самовлияние?

Мы все время опасаемся постороннего влияния на собственную психику, в то время как совершенно не занимаемся своими внутренними проблемами, а потому даже не представляем себе широты возможностей осознанного самоуправления. Мы не учитываем того, что наша собственная психика, как живая развивающаяся система, а вместе с нею и наш мозг, непрестанно стремятся к изменению, трансформации и совершенствованию.

Без осознанного самовлияния, способствующего собственному развитию и раскрытию новых возможностей адаптации, нам просто не обойтись. Тем более, что самовлиянием каждый из нас занимается непрестанно и самыми различными способами. Только вот характер этого воздействия чаще всего оказывается деструктивным — самообвинения, недоверие самому себе и негативная оценка перспектив собственного творчества.

*Надежное знание материала урока
защищает от ложных подсказок.*

*Незачем полагаться на мнение прохожих,
если сам знаешь свой путь.*

*Встречный ветер опасен лишь
для незакрепленного паруса.*

Главной гарантией полной безвредности самостоятельно организуемых **самовлияний** является именно их **самотворчество**. Мы их желаем, мы сами их конструируем, мы охотно принимаем именно то, что сами свободно рассматриваем как ценное и важное для собственного же блага. Как может быть опасно элементарное **самоугаваривание**, сопровождаемое **предпочитаемыми** потоками анимаций и звучаний? Зато именно то, что мы сами являемся авторами этих влияний, и делает их удивительно продуктивными и порой прямо-таки сказочно эффективными. Мы сами себя творим!

При ауторегуляционной работе с «Ключом» мы имеем дело с простыми эффективными **самоприказами**, которые сами же себе и отдаем, сами же и соглашаемся принимать их в прекрасно подходящем для глубокого восприятия **возможностном состоянии**.

Опасным может оказаться любое вторжение в нашу психику, идущее против нашего осознанного желания, сопровождающееся активным сопротивлением нашей же собственной воли. Самоуправление же, оказывающейся гармоничным синтезом собственных пожеланий и психотехники перепрограммирования мозга не может быть вредным по определению. Ведь состояние повышенной восприимчивости выстраивается на **предпочитаемых** сигналах, а речевое и визуально-тестовое влияние организуются именно нами же самими — в полном сознании и при полном понимании возможных последствий принимаемых изменений в самих себе.

Никаких принципиальных отличий явного воздействия от скрытого влияния нет. Просто во втором случае вмешательство не вызывает активного сопротивления тех областей и участков пространства психического, которые в силу своей стереотипной инертности не желают подстраиваться под целостные трансформации психики как единого целого. Вот тут-то и приходится прибегать не к силовому громогласному **самоприказу**, а к организуемому с помощью компьютера **самоугавариванию**, действующему под лозунгами «Вода камень точит» и «Не мытьем, так катаньем!» и беспрепятственно внедряющего **самовлияния** в бессознательную ткань нашей собственной психики.

Мы опасаемся незаметности скрытых влияний из-за того, что полагаем себя окруженными недоброжелателями, только и

ждущих как использовать нас в собственных нуждах. К тому же мы не приучены доверять мощи и мудрости собственной психики. Напротив, мы как раз ложно убеждены в обратном — в нашей болезненной заражаемости любой дурью, которой кому-либо вздумается засорить нашу голову. Мы не верим в возможности своего мозга еще и потому, что до сих пор не потрудились научиться их умело использовать.

Главное в скрытом **самовлиянии** — четко и точно определить, чего именно ты хочешь сам, каких изменений в себе желаешь и насколько легко и свободно готов принять все последствия, которые вполне могут оказаться как ожидавшимися, так и достаточно неожиданными.

Если человек желает гармонично реорганизовать собственную жизнь за счет целенаправленной перестройки собственной психики, он заранее должен быть готов к некоторому риску ввиду непредсказуемости некоторых из последствий такого рода **самоперемен**. Но в то же время он обязан быть уверенным в том, что любые нежелательные изменения остаются подвластными последующему **перередактированию**, если он сам после такового пожелает.

На то и существуют различного рода проверки результатов **самоизменения на экологичность**. Экологические несовпадения для психических перестроек — обычная вещь. Но ведь никакие изменения не бывают окончательными или прекращаемыми. Жизнь — это сплошное приключение перемен, которыми просто следует научиться управлять по своему желанию на примере конкретных **самоулучшений и саморедактирований**.

Как мозг справляется с проблемами?

Наш мозг представляет собой волшебное чудо красоты, сложности и эффективности. Он идеально исполняет любые приказы сознательной воли и трудится согласованно, стройно и четко, слаженно и стремительно. Операционное быстродействие мозговых структур фантастически велико. Мало кто осознает подлинные масштабы творческих потенциалов собственного мозга. Оказывается, наш мозг устроен так, что в состоянии предложить на любой вопрос множество самых разнообразных ответов, из которых нам самим можно выбирать тот, который более других соответствует нашим осознанным пожеланиям и

предпочтениям. Не так уж важно знать механизмы функционирования мозга, но крайне важно следить за корректной постановкой целей и четко отслеживать получаемые результаты, сличая их с исходными ориентирами деятельности.

Именно неуважение к безмерным творческим способностям мозга лежит в основании недоверия самим себе. Люди остаются запертыми в четырех стенах стереотипного рассмотрения возникающих проблем, которые в силу ограниченности их восприятий сами по себе кажутся им стереотипными и весьма простыми. Мало кто способен во всей полноте воспринимать богатство оттенков и нюансов особенностей каждой из складывающихся ситуаций. Поэтому мало кто может принимать разнообразные, неожиданные и высокоэффективные решения, которые всегда требуют предельно точной настройки на реальную ситуацию, а не следования привычным автоматизмам восприятия и действий.

Очень важно научиться доверять своему мозгу. Быстродействие переработки информации в нем столь велико, что большинство вариантов решений складываются почти мгновенно, и нам остается лишь осознать их присутствие в собственной психике. Однако порой мы так глубоко не доверяем самим себе, что продолжаем следовать нескольким неэффективным привычкам вместе того, чтобы воспользоваться богатством собственной изобретательности.

Наш мозг идеально приспособлен для решения всевозможных проблем — это мириады раз доказано в процессе эволюции человеческого рода. Следует развивать нашу собственную способность доверять предложениям и расчетам мозга. Это уважение к собственному потенциалу иногда выражается проявлением доверия собственной интуиции. В самой интуиции нет ничего мистического. Мозг невообразимо быстро просчитывает тысячи тысяч возможных вариантов решений и использует для всех этих расчетов гораздо больше информации восприятий, чем та, которую удается осознать нам самим.

Сознание — работодатель и контролер мозга.

Ни один директор не в силах оценить

работу всех сотрудников.

Без взаимного уважения сознания и мозга

творчество невозможно.

Наша задача — не раскручивать вручную маховики мозговых устройств, раздражаясь и нервничая в нетерпении, а благожелательно относиться к самим себе, дружелюбно рассматривать все предоставляемые интуицией варианты и предложения и ответственно просчитывать весь спектр последствий тех или иных выборов. Ведь именно на нас после принятия конкретного решения ляжет весь груз личной ответственности за избранный вариант развития событий. Так что за дееспособность мозга можно не беспокоиться — нужно развивать доверие к себе и приучаться нести ответственность за принимаемые решения.

Как раз этому можно научиться благодаря освоению **арттехнологии «Ключа»** — доверию собственной интуиции, сенсорному питанию собственного мозга и усердному продумыванию результатов конкретных решений. В процессе освоения приемов **саморегуляции** захватывающе интересно играть и общаться с собственным мозгом, непрестанно творящим, оценивающим и воспринимающим. В свете сенсорных потоков **«Ключа»** искусство жизни оказывается достаточно простым и интересным занятием. Просто нужно старательно ухаживать за собственным мозгом, осознанно доверять ему и радостно пользоваться всеми предоставляемыми им возможностями.

Генератор радости

Восточные религиозные психологи в своих трактатах определяют многие десятки видов радости, качественно отличающиеся друг от друга. Это и не удивительно — здоровье представлено гораздо большим широким спектром отличий и особенностей, чем заболевания, ограничивающие возможности живого организма и снижающие его жизнеспособность. Чем естественнее и возвышеннее переживание, тем разнообразнее и богаче оно представлено в спектральном пространстве человеческих эмоций. Это оказывается особенно справедливым для радости — высшего из человеческих наслаждений, субъективном синониме человеческого счастья.

Радость представляет собой драгоценный ключ к мобилизации скрытых ресурсов психики и организма. Как показывают результаты многочисленных лабораторных исследований, радостное состояние оказывается наиболее предпочтительным для интенсификации процесса усвоения нового и всех видов

творческой деятельности. Радующийся человек полон конструктивного оптимизма. Он живо ощущает находящийся в его полном распоряжении спектр богатейших творческих возможностей и готов использовать любую из них ради достижения желанной цели.

Многим свойственно привычно отказываться от поводов к переживанию радости, окружающих нас практически ежедневно. Ложные идеализации, ограничивающие воображение и мечтания человека серыми скучными иллюзиями каких-то несбыточно далеких достижений, не позволяют людям радоваться в их текущем здесь-и-теперь.

Предпочитается нравящееся полезное!

Человек словно ощущает себя не вправе переживать радость на каждом шагу собственной жизни. Тем самым он самого себя лишает замечательного источника светлой жизнеспособности, без которого жизнь оказывается более серой и унылой, менее красочной и полнокровной, чем могла и должны была бы быть. Для уяснения этой истины особенно поучительно наблюдение за детьми. Дети радуются чему попало и по любому поводу; они пребывают в радостном, удивляющемся и восхищенно творческом состоянии большую часть времени своего бодрствования.

Одна из естественнейших и биологически первичных радостей жизни — восприятие нравящихся красок и мелодий. Гармония образов и красота музыки непосредственно вызывают переживания острой радости, прямо влияя на глубинные мозговые структуры через каналы органов чувств. Причем радость вызывает восприятие именно того, что нравится, что **предпочитается** всему остальному и выбирается как наиболее приятное. Таким несложным путем с помощью «Ключа» можно ежедневно одаривать свой организм драгоценными потоками священной радости, которые будут животворить любые мысли и вдохновлять на все **предпочитаемые** занятия и необходимые дела.

К гимнастике радости, регулярно осуществляемой с помощью «Ключа», нужно относиться ответственно, не забывая насыщать свой организм радующей его пище восприятий. «Ключ» предоставляет возможность конструировать нравящиеся потоки ощущений самостоятельно. Он раскрывает немалое богатство

во возможностей построения желаемого образа перед теми, кто действительно хочет испытывать целебное чувство гармонии с миром и переживать особую космическую красоту в психосоматических глубинах своего организма.

Чем выгодна радость?

Одной из генеральных стратегий любой психологической работы, ориентированной на личностное развитие и психоэмоциональное исцеление клиента, является генерация радостных состояний самого различного вида. Оказывается, без управления переживаниями радости практической психологии практически нет. Более того, всякий человек в своей жизни стремится именно к переживанию радости, которой, как оказалось, существует множество видов и форм. Для чего же эта радость так нам необходима? Что она дает? Чем она привлекательна для всех?

Радость синонимична жизнеспособности.

Радование синонимично самому проживанию.

Радость синонимична жизни.

Переживание радости всегда связано с расширением возможностей, с всплеском жизнеспособности, с раскрытием внутренних ресурсов психики и организма, которые в обычном скучном и привычном состоянии остаются лишь потенциально присутствующими в нас. Именно радование вызывает на поверхность высокие силы, дремлющие в наших собственных глубинах. Благодаря радости мы оказываемся на многое способны и ко многому талантливы.

Переживание радости неизменно вызывает расцвет самочувствия и прекрасно влияет на повышение работоспособности, причем не механической, а именно творческой. Изобретательность радующегося человека не знает границ. Он становится игрив, как малое дитя, и столь же изобретателен и легок в общении. Самовосприятие делается более целостным, конструктивным и позитивным. Оценка ситуации становится оптимистической, что помогает преодолевать даже те препятствия, которые в обычном состоянии воспринимались как неодолимые и даже пугающие.

То несказанное удовольствие, с которым сопряжено переживание радости, вызывает в теле человека множество бурных психохимических реакций, результатами которой оказываются драгоценные вещества, положительно влияющие на повышение защитных сил организма и поддержание энергетического тонуса.

*Радование драгоценно тем,
что само по себе просто приятно.*

Связанное с радованием удовольствие биологически свидетельствует о том, что в своем развитии мы оказались на верном пути, что мы на многое способны и ко многому предназначены. Радующийся человек расцветает и усиливается, увеличивается и энергетизируется. Поэтому само по себе стремление к радости биологически законно и вполне естественно.

Правда, бывают виды радости весьма сомнительного толка, к примеру, радование ущербом противника или переживание кайфа под влиянием веществ, губительно влияющих на здоровье. Поэтому многие виды удовольствия в современной культуре на полном основании рассматриваются как недопустимые.

И все же радование не должно ассоциироваться с неловкостью и чувством вины. Радость природна и законна, просто различные виды и формы переживания радости отличаются друг от друга, и человек должен ориентироваться в этих различиях. Не приносящая вреда радость не просто восхищает и волнует — она оптимизирует работу организма и делает нас более творческими и более отважными. В конце концов, радующийся человек более всего приятен окружающим, если только он не забывает думать и об их благополучии и интересах.

Арттехнология «Ключ» позволяет переживать самые глубокие виды радости, которые не приводят к истощению энергетических запасников организма и отличаются редкостно позитивным влиянием на здоровье. Поэтому применение «Ключа» со временем непременно станет повсеместным. Ведь для развивающегося человека вполне нормально искать законные способы стимуляции переживания радований. Радованием является сама по себе полноценная жизнь!

Глава третья «СТРАТЕГИИ РАЗВИВАЮЩЕГО САМОВЛИЯНИЯ»

Почему многим не нравится изменяться?

Любая перемена является работой, а потому требует и времени, и сноровки, и затрат энергии. Конечно, результаты гармоничной перемены оказываются выигрышными, и в итоге изменений энергии оказывается больше, чем ее было в навал. Однако сам процесс трансформации оказывается энергопотребляющим. Поэтому не всякому человеку охота затрачивать силы на изменения, результаты которых он не вполне четко себе представляет.

К тому же переходное состояние само по себе небезопасно, так как временно снижается адаптивность организма к агрессивным влияниям окружения, да и результаты трансформации относительно неопределенны, особенно если изменение предпринимается наобум и без должной предварительной подготовки.

*Трансформация выгодна и полезна,
но не всегда безопасна.*

*Красота и приятность перемен
синонимичны их безвредности.*

Человек охотно занимается тем, что ему нравится.

Все эти реальные и мнимые проблемы успешно разрешает «Ключ», гарантирующий простой, безопасный и легкий переход из одного состояния в другое с минимальным риском и практически без энергозатрат. Эти сказочные преимущества **арттехнологии** связаны с реализацией принципов организации самого процесса перехода с помощью компьютерной психотехнологии. Последняя включает как четкое символическое программирование конечного результата и самого переходного маршрута, так и обязательное питание мозга дополнительными потоками энергии. Это позволяет мозговым структурам пребывать в высокоадаптивном состоянии даже в процессе самых глубоких и серьезных перемен.

*Мастерство пилота может быть сведено «на нет»
недостаточной предполетной подготовкой.*

Вообще любое изменение связано с определенным риском, размер которого зависит от исходного состояния организма, применяемых методов и используемых средств. Да и к новому состоянию после его достижения придется приучаться да привыкать, особенно если в процессе перемен получится не совсем то, что ожидалось и проектировалось.

Многим ошибочно кажется, что в жизни им удастся обойтись без перемен. Они отказываются от любых предложений измениться, в результате чего всегда плетутся в хвосте событий и вынужденно изменяются, лишь попадая в действительно неблагоприятные условия, при этом страдая и лишаясь многих приятных возможностей.

Лучшей гарантией безопасности и успешности перемен как раз является их осознанность, а значит и предваряющий, упреждающий характер. Важно научиться эффективно прогнозировать предполагаемое изменение ситуации и в точном соответствии с данными прогноза успевать своевременно измениться так, чтобы оказаться в нужное время в нужном месте в полной боеготовности.

Дурной миф о болезненности и опасности любых перемен прививается нам с раннего детства, когда нас приучают к ценности постоянства и важности полной предсказуемости, а значит и механической стереотипности. В результате такого многолетнего внушения мы начинаем и самих себя, и окружающий мир рассматривать как неизменные. Поэтому-то и сопротивляемся что есть сил любым ситуациям, подразумевающим необходимость изменения нас самих.

Вместо того, чтобы прививать нам активно творческое отношение к самим себе и развивающейся действительности, нас обучают сохранять стабильное положение в любой остановке, сопротивляться переменам и не принимать никаких предложений об изменении к рассмотрению. Это ложно именуется формулами вроде «быть верным самому себе» или «стойко придерживаться ранее занятых позиций».

Любой стратег без труда объяснит и продемонстрирует, что настойчивость хороша лишь как тактический ход. Стратегия же может считаться успешной лишь в том случае, если она пре-

дельно гибка и полностью отвечает особенностям изменяющейся обстановки. У нас же в жизни выходит совсем даже наоборот: мы гибки и неустойчивы в мелочах, но отказываемся измениться там, где настало время коренным образом менять основные образцы оценок и поведения.

Мы часто забываем о том, что неэффективность и неадаптивность, порождаемые неумением вовремя адекватно измениться, фактически тождественны слову «смерть». Умения изменяться нам явно недостает, иначе в нашей жизни давно бы уже стало значительно меньше страданий, конфликтов, несчастий, болезней и тревог.

Наступившая эпоха принесла с собой непрестанно дующие ветра постоянных перемен. Хорошо это или плохо, но отныне все, отказывающееся от изменений, будет вычеркиваться из списка жизни уже на глазах одного поколения. Мир человечества стал развиваться стремительно и одновременно во всех направлениях. Поэтому если нам небезразлично наше собственное будущее, если мы желаем достигнуть своих целей и испытать множество радостей и побед, то нам предстоит кропотливо осваивать высокое искусство гармоничных перемен.

Хорошо еще, что нам посчастливилось получить в свое распоряжение такое замечательное психоинструментальное средство, как «Ключ». Пора понять, что обучаться мастерству адекватных и своевременных перемен попросту выгодно, удобно и приятно. Развивающийся мир, несущий в будущее поток жизни не должны застревать и пробуксовывать на нас, неповоротливых и ленивых!

Жизнь синонимична переменам как потоку обновлений.

Конечно, мы должны четко знать, куда мы желаем стремиться и чего именно хотим достичь. Но все же без освоения искусства перемен — прежде всего психологических! — желаемых целей нам не достичь. В чем-то это мастерство самообновления сродни искусству хождения под парусом. Одного лишь отчетливого знания места прибытия для успешного плавания недостаточно. Следует еще научиться вовремя изменять курс, грамотно применяя все внезапно изменяющиеся ветра. Лишь те, кто умеет гибко лавировать в ветрах перемен, смогут уверенно достигнуть заветной цели, оказавшись там, где захотят.

Если повнимательнее присмотреться к нашей обыденной жизни, то многим из нас следует подучиться и мастерству осознанных изменений, и умению формулировать истинно желаемые цели. Мы должны запомнить раз и навсегда, что жизнь — это живой поток событий и трансформаций, а потому эффективными могут быть лишь непрерывные, нескончаемые изменения.

Кто-то из великих мыслителей даже заметил: «Нет ничего постоянного, кроме перемен». В освоении этого жизненно важного искусства главное — начать, приступить к опытному изучению стилей и приемов изменений. Этот процесс настолько синонимичен самой жизни, что он не может не понравиться!

Разумные и жизнелюбивые люди обязательно оценят поразительную захватывающую интересность процессов перемен, в которых никогда нельзя до конца просчитать, что именно получится в итоге, но в которые всегда интересно погружаться, полагаясь на собственные силы и интуицию и будучи уверенным, что даже самые сложные непредвиденные препятствия могут быть преодолены. Если достаточна уверенность в собственных силах и если уже получен фундаментальный опыт радования развивающим изменениям, то ничего увлекательнее, интереснее и радостнее перемен не найти!

Почему нельзя учиться в плохом настроении?

Когда у человека дурное настроение, когда его свобода стеснена, а желания не исполняются, он недоволен всем и всеми. При этом он тихо ненавидит и себя самого, и окружающих, и предмет своего изучения, и преподавателя, которые ему этот предмет втолковывают. Знания и умения, изучаемые из-под палки, в силу одной только необходимости, исходно ассоциируются с негативными переживаниями и связаны с чувствами безрадостности, внутренней пустоты и серой пыльной злости.

В негативном настроении процесс развития способностей, необходимый для усвоения нового, серьезно затрудняется. Самому человеку в дальнейшем для развития навыка и закрепления материала просто неприятно возвращаться к тому, что было заучено в дурном настроении. Ведь само по себе воспроизведение этого материала или действия по ассоциации немед-

ленно воспроизводит и плохое настроение. Кому же из нас хочется пребывать в печали, раздражении и дискомфорте?

Дурное настроение указывает на бесполезность происходящего.

Неприятное естественно сопряжено с неестественным.

Плохие переживания связаны с вредностями.

Усвоение нового в плохом настроении всегда оказывается неэффективным и приводит к напрасной растрате времени и сил. Закрепляется негативное отношение к процессу обучения как таковому, ко всему новому вообще. Усвоение нового, пусть даже формально необходимого, ассоциативно связывается с образами насилия и принуждения, с переживаниями страха и неудовольствия. Такие негативные переживания не могут не приносить вред здоровью, а силы, ведающие самосохранением организма, стараются не допустить воспроизведение материала, связанного с такими дурными переживаниями.

В итоге при регулярном обучении, сопровождающемся плохим настроением обучающегося и бестактным поведением обучающего, негативные переживания деформируют саму внутримозговую структуру организации личного опыта. Мало того, что обучение происходит чисто механически, неэффективно, нетворчески, так оно еще и здоровью вредит, и отвращение ко многому вызывает по самому широкому спектру ассоциаций. И мозг, и организм в целом что есть сил сопротивляются такому обучению. Поэтому все выученное старательно вытирается из памяти как только исчезает страх перед возможностью контроля усвоения.

Печально то, что обучение, по сути своей, составляет одну из главных человеческих радостей. Новое узнавать не только полезно, но и на удивление приятно, если сам предмет изучения интересен, а усвоение знаний происходит в эмоционально теплой, дружелюбной и безопасной обстановке. Мозг радуется обучению, но только тогда, когда царит прекрасное настроение и сам изучающий отчетливо понимает, что он усваивает и для чего оно ему нужно.

С помощью «Ключа» можно без труда настроить себя на эмоционально позитивное принятие любого предмета изучения, если рационально Вы понимаете, что усвоение этих знаний просто необходимо. Создавая же с помощью «Ключа» эмоциональ-

но благоприятный фон, Вы повышаете эффективность изучения и заодно способствуете укреплению здоровья и расширению собственного творческого потенциала.

Так «Ключ» помогает разрешить одну из центральных проблем информационного общества, чем в дальнейшем немало поспособствует интенсификации развития образования, которое будет приносить энергию здоровья и ярко радовать обучающихся. Это ведь сказочное мастерство — уметь осознанно управлять собственной способностью к обучению!

Чем бывают опасны стереотипы?

Когда мы действуем стереотипно, т.е. не успевая задуматься над происходящим, не успевая осознанно оценить все созданные условия и обстоятельства, не придавая значение всей совокупности многочисленных нюансов и тонкостей, отличающих текущую ситуацию от множества внешне похожих на нее, мы очень многим рискуем.

Мы не можем по достоинству оценить все то новое, что содержит сложившаяся ситуация, а значит, оказываемся неспособны накопить новый опыт за счет осознанного усвоения особенностей новизны и его отличий от уже известного. Мы отказываемся от целостной реакции на среду как целое, и реагируем механически, частично, фрагментарно, некоей ранее сформированной частью самих себя, не включая в эту реакцию собственное существо как целое.

Результатом этого может оказаться неожиданное расщепление организма на противоречиво взаимодействующие части, одна из которых механически привычно реагирует на знакомые сигналы, а вторая часть с нею, мягко говоря, не согласна, а потому вступает в противоречие.

Стереотипное реагирование лишает нас тонкости настройки на ситуацию и снижает столь необходимые для адаптации гибкость и чувствительность. Мы реагируем заученными последовательностями сменяющих одно другое состояний, не имея возможности что-то в этих последовательностях поменять для того, чтобы сделать их более эффективными и экономичными.

Механически опираясь на уже давно не существующий опыт прошлых успехов, мы лишаем себя выбора в конкретной ситу-

ации и реагируем с заранее известным результатом, в то время как новые условия сделали возможным другое поведение, которое окажется более выгодным и удобным, нежели ранее выученное нами. Жесткие стереотипы настолько привычны и удобны, что создается впечатление их принципиальной несменяемости и некоей неоспоримой достоверности, в то время как новые возможные варианты реагирования попросту не рассматриваются якобы из-за отсутствия самой необходимости в поиске новых форм поведения.

Стереотип всегда неполон, неточен, неконкретен.

Настоящее вызывает ответ из прошлого.

Стереотипное всегда неполноценно.

Старые стереотипы старательно поддерживаются организмом как выгодные экономичные формы ответа на вызовы окружения. Для этого они деформируют видение окружения «под самих себя» таким образом, что механически реагирующему человеку кажется, что нет ничего лучше его привычных ответов на знакомые факторы среды.

Такая ограниченность и самоуспокоенность рано или поздно приводит к нарастающему рассогласованию окружения и организма, ведь в жизни ничто не стоит на месте. Развивается все вокруг, — и только мы умудрились застыть в привычной механичности стереотипных реакций. Когда же, наконец, привычные клише уже окончательно лишаются смысла и начинают основательно пробуксовывать, мы оказываемся безоружными без форм адекватного реагирования перед лицом совершенно незнакомой, сильно изменившейся среды. Мы разучились учиться, и нам приходится нести немалые потери времени и сил для того, чтобы выстроить новые системы защиты и освоить новые последовательности адаптивного поведения.

Конечно, стереотипы и автоматизмы очень нужны нам, так как в однообразных ситуациях они выручают нас, помогая экономить силы и время и на оценку ситуации, и на выбор образца поведения. Однако нельзя пускать процесс развития комплексов адаптивных реакций на самотек. Стереотипы всегда лишь частично, относительно соответствуют внешним условиям. Они всегда хороши для многих сходных ситуаций, а значит идеально не подходят ни под одну из них.

Каждому следует почаще вспоминать об этой принципиальной ограниченности стереотипов — и регулярно обновлять привычки поведения, следя за тем, чтобы наши ответы на вызовы жизни были точными, свежими и эффективными, адекватными вызвавшим их изменившимся условиям существования.

Как услышать неслышимое?

Физиологам известно, что порог восприятия органами чувств сигналов гораздо ниже порога осознания их восприятия. Следовательно, огромная лавина информации из внешнего мира и сигналов, идущих к нам от органов нашего собственного тела, поступает в наш мозг совершенно не осознаваясь. Экспериментально доказано, что ощущения различных модальностей (качеств, видов, характеристик, параметров) воспринимаются примерно одинаково, с равной силой запечатлеваясь в нашей памяти. Громкие и тихие, цветастые и блеклые, стремительные и замедленные — все сигналы остаются в нашем мозгу, образуя структуру внутреннего опыта, системно формирующем все наши дальнейшие стили восприятия и образы поведения.

Интеграция столь широко формируемого чувственного опыта происходит почти целиком бессознательно, т.е. без нашего осознанного в том участия. В полном соответствии с законами самоорганизации, воспринятый и зафиксированный опыт упорядочивается и образует некую целостную структуру, продолжающую оказывать существенное влияние на все наши последующие восприятия, решения и действия. Так мы оказываемся невольными заложниками собственной высокой восприимчивости и становимся пленниками собственного чувственного опыта, который самоорганизуется помимо нашего осознаваемого участия.

В нас самих как раз нас самих не так уж много!

Интеграция столь широко формируемого чувственного опыта происходит также под порогом осознания, т.е. неконтролируемо со стороны сознания. Наш собственный опыт чаще всего складывается автоматически, спонтанно, вне нашего контроля и собственного разумения. Таким образом складыва-

ющиеся структуры опыта порождают вполне определенные установки, которые после влияют и на наши восприятия, и на наши действия.

Вот такая неожиданная получается картина нашего собственного развития. Мы оказываемся заложниками самопроизвольно возникающей системы мнений и оценок, восприятий и пожеланий, управлять которой из-за привычной иллюзии обладания полнотой самоконтроля не собираемся. Действительно, зачем же пытаться учиться управлять формированием того, что и без того уже «находится» под нашим осознанным контролем? Нужно ли пытаться проснуться человеку, который убежден в собственном бодрствовании, даже если таковое ему попросту снится?

Сформированный целостный внутренний опыт оказывает фильтрующее, формирующее и оценивающее влияние на всю нашу душевную жизнь. Так что реально мы детерминированы многим из того, о чем и представления не имеем!

Ужас нашего положения заключается в том, что фиксируется все воспринимаемое, а воспринимаются все без исключения окружающие сигналы и импульсы, находящиеся в пределах воспринимающей способности наших органов чувств — вне зависимости от осознания нами самого факта восприятия и фиксации. Мы и знать не знаем об этом процессе, будучи совершенно уверены в своей действительной полновластности над внутренним миром, на деле же являясь малосознающими и недееспособными исполнителями совокупной воли системы внутреннего опыта, складывающейся помимо нашего личного участия.

Нужно ли просыпаться тому, кто убежден в собственном бодрствовании, даже если оно является ли плодом его сновидения? Так многие из нас продолжают вполне комфортно пребывать в иллюзии полной контролируемости своей внутренней жизни, при этом не осознавая даже малой доли того, что происходит в их собственных психических пространствах.

Для многих путь к овладению методами управления собственным осознанным развитием начинается именно с острого осознания факта собственного психологического безвластия над своим же внутренним, а значит и внешним миром. Лишь поняв, в сколь малой степени мы управляем развитием своей

собственной жизни, человек принимает решение взять этот главный для него процесс под свой собственный контроль.

С помощью «Ключа» овладеть таким самоконтролем оказывается легко и просто. Но для начала важно понять, что он жизненно необходим — осознать, что до начала практического изучения искусства саморегуляции контроль над собой попросту отсутствовал!

Несмотря на то, что очень многое в нашей жизни мы воспринимаем и запоминаем (а после и используем) неосознанно, все же любой факт личной истории человек вправе и в силах вспомнить. Даже самые малозаметные ощущения, даже самые мимолетные переживания, как доказано в ходе нейропсихологических исследований, четко фиксируются в структурах памяти, а значит при надлежащем усердии могут быть извлечены и осознаны.

Одной из центральных задач освоения искусства самоуправления является изучение мастерства переформирования личного опыта, который складывался помимо нашего осознанного участия на протяжении многих лет. Он сам собой не усовершенствуется, не отомрет и не исчезнет, хотя бы потому, что от эффективности его функционирования зависит не только наш внешний социальный успех, но и сама жизнь нашего организма. Изменять себя следует осторожно и понемногу, по мере возникновения актуальных поводов и проблем.

Основным условием эффективности процесса самоовладения как возвращения себе власти над самим собой является безусловное доверие самому себе. Оно позволяет успешно обойти многие автоматические психозащиты, мешающие людям быть откровенными с самим собой, и помогает проявлять гибкость, податливость и пластичность.

Внутренний опыт человека оказывается вполне доступным для осознанного изменения лишь тогда, когда глубоко осознана необходимость осуществления такого рода внутренней революции и проявлено великое доверие возможностям собственного мозга, изначально способного выполнить любое наше сознательное пожелание.

*Наш внутренний опыт подобен библиотеке:
важны не только хорошие книги,
но и особый авторский порядок их расположения.*

Только основательно наведя порядок в собственной голове, что доступно уже через несколько месяцев после начала работы с «Ключом», человек оказывается в состоянии развивать новые виды восприятий, по привычке до сих пор называемые многими «сверхчувственными». Просто из-за внутренней неразберихи и глубинных конфликтных напряжений, которые формируются у большинства из нас уж в раннем детстве и укрепляются всем опытом нашей не вполне осознаваемой жизни, у многих недостает энергии для того, чтобы осознанно управлять развитием глубинных способностей, таких, как умение телепатически понимать содержание мышления окружающих или ясно видеть картины происходящего за многие тысячи километров без телекамер и видеомониторов.

С одной стороны, гряда неосознанно сформированного опыта представляет немалую проблему для любого из нас, кажущуюся особенно неподъемной в самом начале обращения к собственной сознательности. Но, с другой стороны, в распоряжении любого из людей находится такая грандиозная масса уникального опыта, что если с помощью «Ключа» грамотно и рачительно ею распорядиться, можно стать на порядок эффективнее буквально за считанные месяцы.

*Приводить в порядок собственный внутренний мир
не вполне привычно, но совсем нетрудно.*

Именно развивая собственную интуицию и старательно перестраивая все то, что было накоплено за долгие годы непрерывных запоминаний и восприятий, мы получаем доступ к фантастически богатому внутреннему ресурсу, до конца использовать который мало кто сумеет даже до конца жизни. Ведь речь идет о развитии искусства обучения у самого себя. При этом имеются в виду не столько тончайшие интуитивные восприятия уроков происходящего, сколько обширнейшие архивы личностного опыта, который до поры просто не был должным образом организован, а потому не мог использоваться осознанно, целенаправленно и эффективно.

Выигрыши и опасности бессознательности

Как прекрасно, что любое эволюционное приобретение нашего организма дает нам множество преимуществ и выигры-

шей. Как жаль, что каждый выигрыш может оказаться нашим проигрышем, если мы неверно распоряжаемся им и неправильно применяем те способности и потенциалы, которые дарованы нам природой. Особенно эта взаимосвязанность выгод и неудобств касается нашего собственного бессознательного.

Весьма удобно, что опасное до поры до времени нас не беспокоит. Оно не попадает в поле наших забот до тех пор, пока не переходит некую качественную черту, за которой уже настоятельно требует внимания к себе. Это позволяет нам не отвлекаться по разным мелочам от основных занятий.

Приятно, что многое внутри нас самих заранее готовится тайне, подспудно, а мы после имеем дело уже с готовыми результатами или, в крайнем случае, с полуфабрикатами.

Прекрасно, что многие реакции и варианты просчитываются нашим мозгом молниеносно, что позволяет мгновенно ориентироваться даже в самых сложных ситуациях, даже толком не успевая осознать, во что мы в очередной раз вляпались и как именно умудрились выпутаться из затруднения.

Замечательно, что наш неосознаваемый спонтанный контроль за поддержанием тысяч физиологических показателей организма в норме осуществляется круглосуточно и непрерывно, нисколько не перегружая наше сознание и лишь при возникновении серьезных сбоев давая нам знать о необходимости осознанной корректировки самочувствия.

Чудесно, что при необходимости в нашем распоряжении оказываются удивительные сверхспособности, о которых мы обычно и думать не думаем, но которые все же дремлют в недрах нашей психики и время от времени радуют нас поражающими воображение феноменами. Многие из этих чудес мы даже не в силах рационально объяснить, так что остается только восхищаться развитыми за миллионы лет эволюции возможностями нашего мозга.

И все бы было хорошо, если бы все эти преимущества не имели своих малопривлекательных, а то и откровенно опасных оборотных сторон. Досадно, что нанесенные кем-то случайно обиды в нас застревают, причем так прочно и глубоко, что порой продолжают нам причинять боль месяцами, а то и десятилетиями. Крайне неудобное чувство испытываешь от того, что нередко сам для себя остаешься закрытой книгой, не понимаешь кон-

фликтов собственных мотивов и не можешь однозначно определить, чего же именно ты сам хочешь в конкретной ситуации?

До боли обидно, что воспринимается нами все и на каждом шагу, так что наша психика сполна загружается мириадами впечатлений, которые после сами организуются где-то в наших собственных глубинах, о результатах чего мы после можем лишь догадываться.

Неуютно, что за самим собой необходимо регулярно ухаживать, иначе наше подсознание преподносит нам такие сюрпризы, что приходится серьезно сожалеть о проявленном невнимании к самому себе.

Наконец, опасно утрачивать осознанный самоконтроль над собственным развитием, в результате чего можно доразвиваться до состояний, которые, в общем-то, тебе самому и не были нужны, но как-то сами собой получились.

*Бессознательная динамика неизменно
оказывается обоюдоострой.*

Вот и выходит, что наша собственная бессознательность, проявляемая во многих аспектах жизни, является и драгоценным даром, и причиной многих серьезных беспокойств. Поэтому и обращаться с чудом собственной психики необходимо бережно и заботливо, своевременно предотвращая возникновение опасных проблем и во всей полноте используя де волшебные способности и преимущества, которыми нас обильно одарила природа.

Вот и получается, что без мастерского овладения «**Ключом**» в будущее действительно нельзя будет пройти. При этом масштаб творческих достижений будет пропорционален умению использовать возможности **арттехнологии** для управления своим саморазвитием.

Без стереотипов никак не обойтись!

Любые стереотипы создаются организмом для того, чтобы каждый раз, попав в ситуацию, в чем-то сходную с уже случавшейся, заново не анализировать все условия, аотреагировать так, как это когда-то уже было сделано и принесло свои положительные результаты. Таким образом экономится много вре-

мени и сил, которые пригодятся для решения других, более насущных и сложных задач адаптации и развития.

Чаще всего ожидания стереотипно реагирующего организма сбываются. Действительно, множество простых решений вполне эффективны и при принятии их в автоматическом режиме, без необходимости подключения сознания к изучению ситуации и формулированию ответа на нее.

Сами ситуации, встречаемые нами на каждом шагу, вполне просты и стереотипны, так что адаптационная роль автоматизмов реагирования и поведенческих привычек весьма значительна. Конечно, всякая новая ситуация, сколь бы ни была она похожа на другие, все же несет в себе множество небывалых ранее возможностей и предоставляет большое количество качественно новой информации. Однако запасы энергии у живого существа весьма ограничены, а потому они распределяются очень экономно и рационально, что и приводит к формированию многоуровневой системы взаимозависимых стереотипов.

*Автоматизмы реагирования —
экономическая стратегия организма.*

От автоматизмов отказываться трудно даже очень разумным людям, так как поступать по привычке уж очень выгодно и удобно. Каждый старается приспособиться к миру своим особенным образом и стремится использовать уже однажды зарекомендовавшие себя схемы поведения, надеясь, что и в этот раз они дадут положительный эффект, не ведя при этом к излишнему расходованию сил и времени.

*Стереотипы — это скелет психики:
их жесткость обеспечивает прочность конструкции,
но она же ограничивает возможности роста.*

Люди склонны изменять привычные стереотипы лишь при недвусмысленном понимании их полной неэффективности. Когда возникает затрудняющая ситуация, а применяемые клише не срабатывают и результат приспособления не достигается, тогда и наступает время задуматься над необходимостью смены образа реагирования. Привычное, конечно, понятнее и ближе неосвоенных новых форм поведения. Но от привычек приходится отказываться, если верность им начинает стеснять свободу развития организма.

Многие стереотипы не осознаются до тех пор, пока не станут проблемой, т.е. пока их приспособительная эффективность не окажется слишком низкой и не потребуются переконструирование схемы реагирования на определенные внешние условия таким образом, чтобы действия организма все же стали приносить желаемый адаптационный эффект.

Полезность «Ключа» заключается как раз в том, что **арттехнология** позволяет получить прямой доступ к структуре кодирования стереотипа, что помогает без излишних потерь времени и чрезмерных усилий переформировать его так, чтобы он вновь стал эффективным. Неуспешно срабатывающий автоматизм осознается в качестве внезапно обостряющейся проблемы, затруднения, препятствия.

«Ключ» позволяет проанализировать сложившуюся внутреннюю ситуацию, выявить причину неэффективности и детально трансформировать различные элементы автоматизма таким образом, чтобы сформировать новую эффективную адаптационную реакцию. Этой новой стереотипной реакцией можно пользоваться опять же бессознательно, положась на то, что более или менее продолжительное время она будет срабатывать достаточно эффективно и приносить желаемый эффект.

*Когда стереотип становится проблемой,
его жизненно целенаправленно изменить.*

«Ключ» расширяет спектр возможных выборов оптимального поведения и помогает каждому запрограммировать новые привычки таким образом, чтобы о них не приходилось сожалеть и беспокоиться.

Управляемое развитие бессознательного

Люди во все века находились под гнетом тех или иных ограничивающих убеждений, которые стояли на пути многих научных изысканий и практических поисков лучшей жизни.

Вспомнить хотя бы пресловутое «Камней на небе нет и быть не может», запрещавшее даже заговаривать в стенах Французской Академии Наук о метеоритах. Чего только стоят запреты на рассмотрение изобретений вечного двигателя, хотя хорошо件нятно, что в условиях непрерывного движения всего и вся нужно только правильно расположить «ветряную мельницу» в

пространстве для того, чтобы черпать из бездонного кладезя космической энергии сколько душе угодно.

Особенно тягостными и устойчивыми оказались предрас-судки, связанные с оценками перспектив развития человека. Еще в начале XX века серьезные ученые всерьез рассматрива-ли в качестве научной следующую проблему: не опасно ли для здоровья пассажиров передвижение в автомобиле со скоростью более 14 км/час? В середине XX века ученые медики были убеждены в принципиальной недопустимости проведения опе-раций на открытом сердце, а «Гиперболоид инженера Гарина» казался даже маститым физикам середины XX века несбыточ-ной мечтой, неосуществимой фантазией.

Особенно прискорбные представления были связаны с по-ниманием пределов свободы человека. Если Античность не-преклонно свидетельствовала в пользу реальности такого фено-мена как Рок или Провидение, то Средневековье однозначно утверждало пределы познания и свободы устами цензоров ин-квизиции. Даже после пробуждения широкого интереса к бес-сознательной психике человека буквально до последнего вре-мени, а именно до открытий Милтона Эриксона, подавляю-щее большинство ученых, не говоря уже о погрязших в опасных суевериях обывателях, сравнивало стихию бессознательного с мрачной непознаваемой бездной и фактически демонизирова-ло само основание человеческой психики. Привычно счита-лось, что своенравие бессознательного, подобно странным иг-рам древних богов, то творчески, то разрушительно проявляет-ся в жизни человека, и нет никакой возможности доступа к полному контролю над ним.

Все это, к счастью, оказалось не более чем ложными суеве-риями. Бессознательное, как и всякая иная живая система, точ-нее, одна из подсистем живого организма, стремится к макси-мально гармоничному состоянию, а потому ориентировано на содействие любым усилиям человека, направляющим его к со-вершенствованию, оздоровлению и украшению.

*Бессознательное всегда охотно подчиняется
продуманным, терпеливым
и последовательным самовлияниям.
Организм послушен целенаправленным
усилиям саморазвития.*

Бессознательное, как то ни странно слышать поэтам мистического рока, оказалось в целом вполне «благонамеренным», и уж во всяком случае не таким уж «необуздываемым» и «неподвластным сознательному самоконтролю», как то могло показаться современникам Фрейда. Просто в начале XX века бытовало колонизаторское стремление насадить повсюду собственный порядок исключительно прямыми репрессиями, силой и давлением, что в случае живых систем неизбежно приводило сторонников насилия к поражению.

Вдумчивому психотерапевту и талантливому дрессировщику известно, что если хорошенько изучить объект воздействия, относиться к нему с должным уважением и внимательно анализировать его реакции на вмешательства, рассматривая их как своего рода сообщения, адресованные интервенту, то оказывалось возможным сколь угодно далекое, глубокое и продуктивное воздействие на бессознательное. Очень важно, чтобы влияние это совершалось не из пустого любопытства, но с совершенно ясными терапевтическими, образовательными или развивающими целями.

«Ключ» позволяет получить фактически полный контроль над управлением развитием собственного бессознательного за счет овладения процедурой **саморедактирования** тех участков **психопрограммного** комплекса, несовершенство которых вызывает к жизни те или иные актуальные проблемы.

В бессознательном на материале собственных проблем можно творчески изменять, улучшать и совершенствовать практически все, так как вслед за очередной редакторской правкой кооперативно гармонируется интегральное бессознательное, предоставляя умелому **саморедактору** очередную возможность улучшить самого себя. Вслед за каждым шагом **саморедактирования** бессознательное спешит совокупно перестроиться с тем, чтобы вполне соответствовать вновь избранному стилю дальнейшего развития целостной жизни.

Осознанное как доступное для управления

Свет, как метафора осознания, символизирует возможность открытия скрытого и предоставления доступа к тому, что до этого пребывало в темноте неосознаваемости, а значит и недо-

ступности для управления. Сама по себе произвольность как реализация возможности свободного выбора синонимична сознательности как праву избирать из нескольких состояний, настроений или поступков то единственное, которое понравилось или признано необходимым.

Именно осознанность дает возможность принимать решение на основе подробного пристального изучения материалов анализа текущей задачи. Неосознанное свершается само, происходит самопроизвольно, никогда не делается, но именно случается, достаточно спонтанно и непредсказуемо, одним словом — вне зависимости от личной воли. Любой спонтанный выбор происходит под статистическим давлением множества механически действующих факторов. Осознанный же выбор совершается свободно, т.е. без вынужденной необходимости поддаваться давлению большинства аргументов в пользу конкретного решения.

Свободное — значит, добро-вольное.

Сознательное — значит, ответ-ственное.

Произ-вольное — значит, выбор-очное.

Осознаваемое всегда находится в световом фокусе внимания, т.е. в зоне свободного доступа, повышенной видимости, лучшей освещенности. Управлять — значит быть свободным в принятии решений, ответственным за последствия, а значит, и полагаться только на свои собственные разумения и понимания.

*Осознанность и произвольность
означают одно — полноту свободы.*

Осознавать в собственной психике можно, что угодно. Но более всего целесообразно редактировать именно те фрагменты внутреннего мира, которые становятся актуально доступны в виде нарастающих напряжений и возникающих проблем. Это ценно и важно — научиться произвольно решать именно те задачи, которые в настоящее время сами просятся к решению. В таком опыте шаг за шагом, благодаря кооперативным перестройкам целостной психики, развиваются все другие области сознания, многие из которых по причине их чрезвычайно высокой актуальности или особой хрупкости не могут становиться доступными для прямого **саморедактирования**.

Таков путь к овладению мастерством самопричинения — развивать удивительный дар — дар осознанно изменять то в себе, что сам рассматриваешь как заслуживающее улучшающих трансформаций.

Усилитель творческой воли

Каждый из нас в любой момент собственной жизни переполнен всевозможными желаниями. Казалось бы, что еще нужно людям: есть желания, старайся их выполнять, и пребывай в удовлетворении потребностей радостным и счастливым. Ан нет, оказывается, нашим желаниям всегда недостает энергетизма, рассматриваемого как заинтересованность, упорство, настойчивость, воля, твердость характера. Этот энергетизм необходим для того, чтобы, преодолевая инертную природу множества человеческих привычек, сдвинуть с места машину организма и перейти от продвижения накатанными тропами к новым, не освоенным пока еще путям, ведущим к желанным состояниям.

В глубине души каждого из нас сохранились живыми семена творческого отношения к действительности. Однако внешние репрессивные условия со временем приучили нас использовать менее эффективные, зато более надежные подходы к решению жизненных задач, которые язык прямо-таки не поворачивается именовать творческими. Но все равно тяга к творчеству велика и сохраняется до последнего вздоха, ибо творчество и жизнь принципиально синонимичны.

Воля есть проявление некоей глубинной динамики психики как системы, ориентированной на действия, поддерживающие, усиливающие и развивающие адаптивность — эту интегральную способность организма к выживанию, проявляющуюся в возможности продолжения рода и сохранении способности к конструктивному развитию.

В радиотехнике известен целый класс устройств, называемых усилителями. Структура сформированного сигнала завершена и приемлема. Однако для того, чтобы с ним можно было работать, его следует усилить, подключив к его процессу дополнительные энергии. Конфигурационно и динамически информационная структура сигнала останется прежней. В то же время его силовая составляющая значительно (порой на многие

порядки!) возрастает, расширяя тем самым возможности воздействия.

Классический пример — акустические системы, используемые в концертных выступлениях. Мало кто из присутствующих на стадионном концерте рок-звезд мог хотя бы что-нибудь расслышать из исполняемого артистами, если бы не могучие электронные усилители, которые способны делать их по силе сравнимыми с ревом реактивных двигателей, при этом сохраняя индивидуальные особенности звуков.

Вообще все техническое устройства могут быть рассмотрены как своего рода усилители. Телескоп усиливает способность человеческого глаза смотреть вдаль. Микроскоп усиливает способность рассматривать мелкие предметы. Домкрат позволяет поднять автомобиль, а подъемный кран помогает нагрузить сухогруз.

По сути своей *все* технические устройства являются *усилителями* или *преобразователями*. До сих пор не были изобретены только усилители желаний, которые могли бы компенсировать желающим частичную недостаточность воли, не позволяющую многим раскрутить маховик внутренних преобразований с тем, чтобы отправиться по просторам собственной жизни вполне вооруженными умением направленно создавать желаемую реальность.

«Ключ» как раз и является таким Усилителем Творческой Воли — своего рода Машины Желаний, если угодно, Волшебная Палочка.

Секрет любых достижений сокрыт в искусстве пожелания!

Известна максима о взаимодействии целителя, исцеляемого и болезни: если врачующий объединится с пациентом, они вместе легко победят болезнь; если же действия врача будут противны настроениям и поступкам клиента, болезнь останется непобедимой.

Известно, что наибольшего успеха в преобразованиях достигает тот, кто стремится действовать в точном соответствии самой природе изменяемых им вещей и процессов. Согласие с природой желаний — в этом заключается секрет успешного самовлияния. Объединение генератора **возможностного состояния**, каковым является «Ключ», с конкретным желанием позво-

ляет преодолеть барьер действия и достичь поставленных целей, не насилуя волю человека, но как бы исподволь подталкивая мозг к нужным изменениям.

Обычно инерция преодолевается усилием репрессивной воли, фактически принуждающей организм отказаться от привычной пассивности и приступить к освоению новых состояний и действий. При использовании же «Ключа» самовлияние осуществляется принципиально ненасильственно, а потому не может вызывать никаких неприятных переживаний. Так что удается «и с дерева упасть, и не ушибиться».

Исполнение желания и требуемая мобилизация энергии осуществляются без привлечения волевого самопринуждения, а только за счет генерации предпочитаемых сенсорных потоков, которых склоняют мозг к охотному исполнению пожеланий человека.

Получается, что «Ключ» действует аналогично механическому рычагу или химическому катализатору. Он помогает реализовать задуманное, просто способствует реализации желаемого нейрофизиологического программного процесса в глубинах мозга самого желающего, от себя ничего в осуществляемое не добавляя, а то и вовсе не вмешиваясь в протекание действия. Потому-то одно из рабочих наименований **арттехнологии** так и звучит: «программное средство для катализования реакций целенаправленного **самопреобразования**».

Подобно тому, как гидроусилитель рулевого управления позволяет даже робкой девчужке справляться с управлением многотонным грузовиком, так и «Ключ» позволяет успешно руководствоваться естественной творческой волей, тихий голос которой совершенно правомерен, но редко оказывается слышимым среди воплей окружающих невротиков и непрекращающихся экстремальных напряжений.

Если творческий импульс пожелания достаточно силен сам по себе, тогда все желаемое совершается само и без особых усилий, без аврального вмешательства воли человека. Когда же изменение совершается не на основании изнутри идущего потребностного импульса, а на основании одного лишь осознанного решения, отражающего некие глубинные психические процессы, оно нуждается в воле, а значит и в ее усилителе — «Ключе».

В самом общем смысле недостаток воли у большинства современников связан с патогенным отрывом от оживляющих влияний естественной природной среды. Нами перестала замечаться ущербность энергетического окружения современных городов и связанное с нею общее ослабление здоровья. Нам попросту недостает энергии для того, чтобы хотеть и желать. Лишь военные да спортсмены, в самой системе воспитания которых заложены уроки воли, оказываются впереди остальных в жизненном соревновании. Душевное же здоровье немыслимо без достаточной силы волеий, призванных претворять желаемое в реальные действия и поступки.

Усилитель творческой воли позволяет реализовывать рационально избираемые жизненные цели и приводить в действие процессы, осуществление которых рассматривается человеком как желательные для расцвета его собственных потенциалов. В то же время успех в реализации творческого **самопреобразования** со временем таким образом насыщает человека свежей энергией, приносимой удовлетворениями и радостью достижений, что «Ключ» в обычных ситуациях оказывается необходимым все меньше.

После обретения определенных начальных навыков **арттехнология** начинает использоваться более тонко и глубоко для преобразования нюансов жизни и тонкого вмешательства в более глубокие слои организации личного существования.

На разных этапах личностного роста «Ключ» выступает в разных ролях и в разных качествах. Но при этом он всегда является усилителем творческих пожеланий и оказывается средством свободного передвижения каждого в пространствах возможного для него.

Это что-то ранее небывалое, что-то совершенно новое в истории человечества: техническое устройство, облегчающее исполнение задуманного, причем не только в отношении внешнего мира, но, прежде всего, в отношении самого себя.

Самой ценное в «Ключе» заключается в том, что его использование вовсе не приводит к атрофии волевой способности. Напротив, по мере овладения живым контекстом собственной жизни человек запасает все больше энергии для того, чтобы воспитать собственную волю. Но это не лишает его возмож-

ность продолжить использование «Ключа» в других применениях, которых очень и очень много.

Воля ошибочно понимается как малоприятное внутреннее усилие. Воля скорее должна быть осознана как настоящая надобность, которая складывается помимо сознания, но оказывается столь сильной и неумолимо настойчивой, что ее приходится учитывать при планировании и совершении действий, даже если это нам не слишком нравится.

Цивилизация изнежила нас настолько, что тонкий голос истинной воли многими уже не различается. Зато извращения современных ценностей и вкусов оказались столь велики, что порой мы неистово гоняемся за тем, что нам самим, в общем-то, и не очень-то нужно. Естественная воля основана на законных глубинных тяготениях. Но болезненная воля коренится в непреодоленных внутренних конфликтах, подталкивающих нас на совершение того, что нам самим совершенно не нужно.

«Ключ» позволяет многократно усиливать именно те законные желания украсить, облагородить, гармонизировать, оздоровить и расцветить нашу собственную жизнь, которые только и должны поддерживаться желающими свободно развиваться.

С каждым успешным продвижением ко все большей гармонии творческая воля оказывается все сильнее и действеннее. Поэтому уже через несколько месяцев занятий с **арттехнологией** каждый в личном опыте ощущает, насколько проще и легче ему стало. Просто не нужно забывать о том, что для такого обучения (особенно на первых его этапах) все необходимо приятный, удобный и красивый «Ключ».

Глубинная мудрость человеческой психики

Исторический опыт человечества сохранил колоссальное количество феноменальных подтверждений чудесных способностей человеческой психики. Поражающие воображение достижения даосских мастеров и индийских факиров, арабских суфиев и народных целителей, придворных магов и святых людей демонстрируют нам поистине неисчерпаемые ресурсы человеческого разума и организма.

Ученые свидетельствуют, что организмы людей в целом не слишком сильно отличаются один от другого. Это означает

принципиальную доступность практически для всех и каждого всего того, что смог сотворить и продемонстрировать один одаренный человек. Возрастающие с каждым годом достижения олимпийских чемпионов в самых разных видах спорта недвусмысленно доказывают это.

Человеку доступно очень многое из того, что прежде казалось недостижимо сложным, а на самом деле явилось вполне осуществимым. Многие психологически одаренные люди чуть ли не каждый месяц радуют нас новыми достижениями в развитии памяти, быстрого счета, скорости восприятий и интенсивности мгновенной психической обработки информации.

Современные человековеды приняли на вооружение метод моделирования гениальности, разработанный в рамках нейролингвистического программирования — одного из бурно развивающихся направлений прикладной психологии. То, что доступно одному, благодаря осуществлению особого рода моделирования оказывается доступным для многих. Просто большинству из нас обычно недостает безусловно необходимой уверенности в собственных силах, известного времени на развитие глубинных талантов и банального каждодневного трудолюбия.

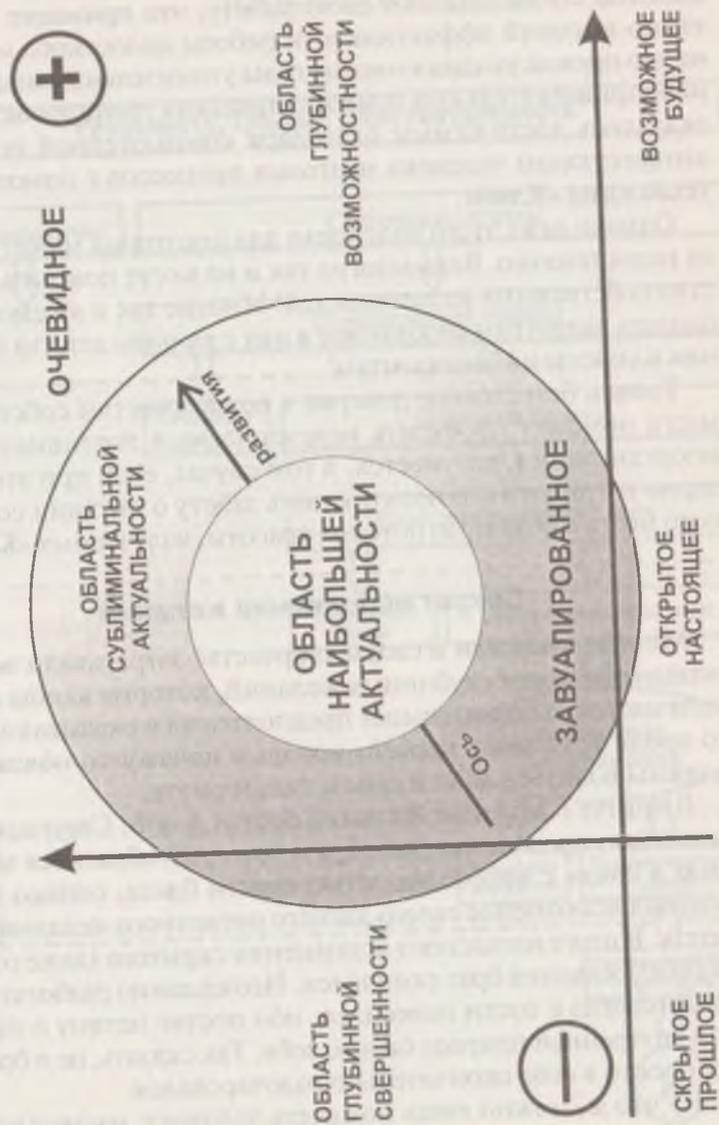
В основе всех удивительных психологических способностей, демонстрируемых феноменально одаренными людьми, развившими в себе эти удивительные дары, лежит одна и та же волшебная сила — могучий потенциал сил самоорганизации. Сегодня психофизиологи выяснили, что глубинный творческий потенциал, присущий всем без исключения физиологически здоровым людям, непосредственно связан с деятельностью правого полушария мозга, и раскрывается лишь тогда, когда деятельность всех основных мозговых структур оказывается синхронизированной.

Психика гораздо масштабнее сознания.

*Путь к управлению бессознательным пролегает
через врата осознанной произвольности.*

Именно целостное согласование работы различных отделов мозга открывает заветную дверь к нашим глубинным внутренним сокровищам. Достичь требуемого для проявлений чудесных способностей согласования в наше время стало намного легче, чем даже десятилетия назад. «Ключ к будущему» позволя-

ПСИХОСТРУКТУРА ВИЗУАЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА



ет сопрягать возможности компьютерной техники и естественные мозговые процессы, в результате чего все участки мозга взаимно согласовывают свою работу, что приводит к неслышанно высокой эффективности работы целостного мозга. То, на что прежде уходили многие годы утомительных медитаций и малопривлекательных психотехнических тренировок, сегодня оказалось достижимым благодаря компьютерной поддержке интересующих человека мозговых процессов с помощью **арт-технологии «Ключ»**.

Однако даже этого подспорья для некоторых может оказаться недостаточно. Ведь многие так и не могут поверить в богатство собственных возможностей! Многие так и не смогли преодолеть запрограммированное в них с раннего детства неуважение к собственным талантам!

Только безусловное доверие к возможностям собственного мозга поможет пробудить неисчерпаемый потенциал сил самоорганизации, разумеется, в том случае, если при этом регулярно и старательно практиковать заботу о питании собственного мозга с помощью потоков красоты, излучаемых **«Ключом»**.

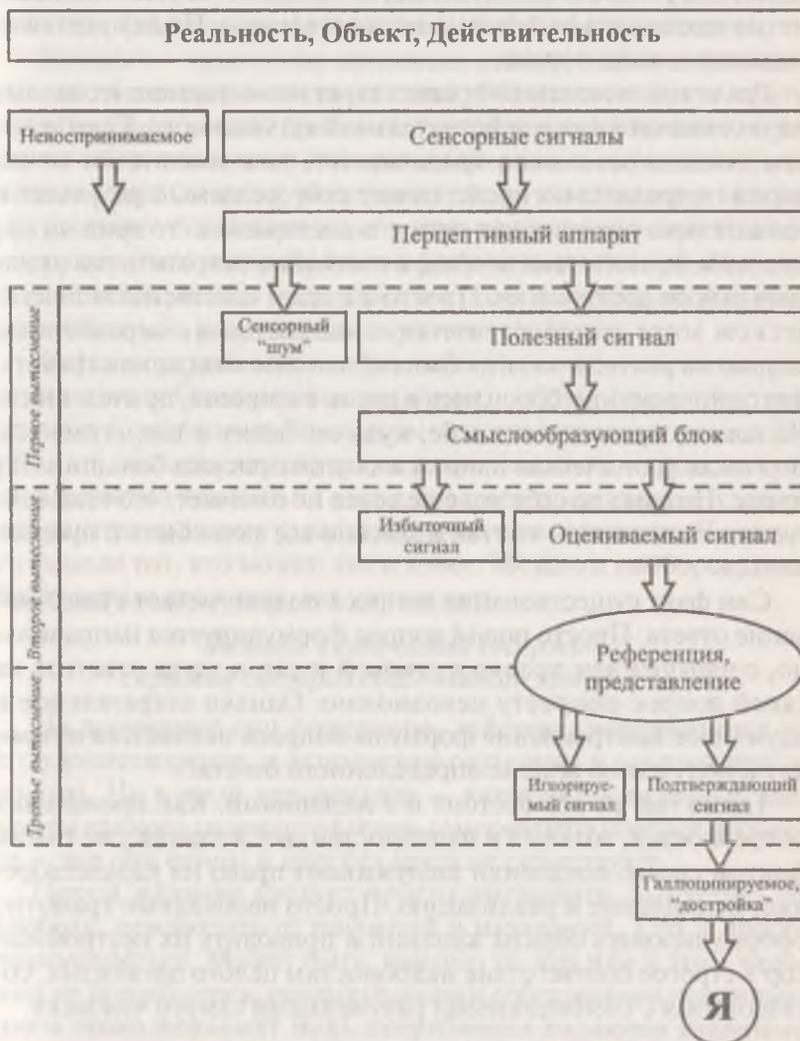
Секрет исполнения желаний

Многие писатели в своем творчестве затрагивали вопрос о непознаваемости глубинных желаний, которые якобы в корне отличаются от сознательных предпочтений и оказываются чем-то вроде тех самых черт, которые почему-то обязательно должны водиться даже в самом тихом омуте.

В притче о Машине Желаний братья А. и Б. Стругацкие вывели образ проводника Дикобраза, который обратился за помощью в связи с необходимостью спасти брата, однако в ответ получил исполнение своего давнего потаенного желания разбогатеть. В итоге негласного исполнения скрытого (даже от самого себя!) желания брат скончался. Неожиданно разбогатевший же Дикобраз с тоски повесился, ибо постиг истину о подлинной внутренней природе самого себя. Так сказать, не в брате дело, просто в себе окончательно разочаровался.

Ну что ж, можно лишь пожалеть человека, настолько запутавшегося в собственных внутренних голосах, что даже оказавшегося не в состоянии определить, что именно для него истинно важно, а что — второстепенно, а потому может быть ли-

МОДЕЛЬ ПЕРЦЕПТИВНОГО АППАРАТА ЧЕЛОВЕКА



бо удовлетворено позже, либо вовсе отложено в сторону как малозначительное.

Конечно, выражать свои пожелания следует осторожно. Ведь осознанное (и, тем более, высказанное) желание уже обретает некую таинственную силу и само по себе склонно незаметно продвигаться к своему осуществлению. Но дело тут оказывается совсем в ином.

Реализации желаний препятствует непонимание их взаимного соподчинения и действительной актуальности. Если человек очень четко и ясно представляет, чего именно он хочет, вполне определенно представляет себе желаемый результат и сознательно проектирует пути его достижения, то вряд ли какие-либо препятствия вообще в состоянии отвлечь его от назначенного достижения. Просто в нашем собственном психическом мире порой царит такая «вокзальная» неразбериха, словно на рынке в час пик была объявлена воздушная тревога. Все одновременно бросились в разные стороны, причем никто толком не представляет себе, куда он бежит и где находится. Вот такая хроническая паника желаний присуща большинству из нас. Но само по себе это еще вовсе не означает, что такая ситуация естественна, что так и должно все далее быть и продолжаться.

Сам факт существования вопроса подразумевает существование ответа. Просто порой вопрос формулируется неправильно, с нарушением правил языковой игры, и тогда ответить на такой вопрос попросту невозможно. Однако старательное и вдумчивое выстраивание формулы вопроса неизменно приводит к получению вполне определенного ответа.

Точно так же все обстоит и с желаниями. Как проявления потребностей, хотений и надобностей, все желания уже самим фактом своего появления заслуживают право на удовлетворение, исполнение и реализацию. Просто необходимо грамотно сформулировать образы желаний и приводить их нестройный хор в строгое соответствие надобностям целого организма, согласовывая с сознательными разумениями самого человека.

*Законное чередование пожеланий и их реализации —
самая суть протекания интегрального
жизненного процесса.*

Сюжеты, связывающие разрешение таинственных загадок, задаваемых могущественными существами, и исполнения сокровенных желаний героями неслучайно присутствуют в самых различных мифах и легендах, сказках и сказаниях. Чем большего желает человек, тем значительнее его внутренний потенциал, фактически и проявляющий себя в виде желаний.

Желания — состояния активные, действующие, стремящиеся, достигающие и настаивающие. Желания не могут ждать. Желания не исчезают просто так, к примеру если на них попросту не обратили внимания, проигнорировав необходимость их исполнения. Они погружаются из области осознанного в сферу туманного бессознательного, и по загадочным сокрытым коридорам пытаются пробраться в фокус поведенческой активности человека, чтобы пусть даже так (хотя и не вполне законно) реализоваться, разрешившись удовлетворением.

Желания развиваются и продвигаются сами — им лишь нужно помочь собственным осознанием, собственным приятием их самих, разрешением на возможность удовлетворения. Не обижать, не загонять внутрь, в недра психики, — туда, откуда они радостно явились на свет для своего проживания, увлекаясь навстречу своему удовлетворению и исполнению. В каком-то смысле тот, кто может, тот и хочет. Можно и наоборот, тоже будет верно: кто хочет, тот уже может.

*Желание в себе самом содержит
скрытые сценарий собственного завершения.*

На временной оси пожелание, действие, направленное на его удовлетворение, и исполнение разделены и следуют друг за другом. Но в иной перспективе — как взаимосвязанные элементы единого целенаправленно самореализующегося процесса — все они едины и друг без друга не существуют.

Порой желание следует просто выслушать, выпустить на свободу, освободить от поучений и назиданий, а то и просто присмотреться. Может быть, именно то, что нам в этом желании не понравилось, связано с нашим собственным непониманием этого желания? Ведь потребности являются главными двигателями развития самой жизни!

Жизнь продвигается замысловатыми тропами от пожелания к удовлетворению, и далее — к новым и новым желаниям, бе-

зустанно сменяющим друг друга на вечном пути саморазвития живого.

*Нет хороших и плохих желаний:
есть желания недопонятые и
желания, воспринятые правильно.*

Сами по себе желания всегда ясны. А вот их понимание нами порой искажено личным опытом, сиюминутной ленью, а то и вовсе какими-то страхами или иллюзиями, совершенно посторонними по отношению к текущей ситуации. Но, если мы работаем с «Ключом» и старательно учимся понимать собственные внутренние динамизмы, если мы доверяем своей собственной благонамеренности и строго соблюдаем презумпцию невиновности желаний как таковых, то с течением времени в процессе работы мы вдруг окажемся несказанно счастливы. Счастливы яркому пониманию того, что все желания в нас действительно, истинно, на самом деле хороши и прекрасны, а управлять их исполнением и реализовывать их не только просто, легко и радостно, но удивительно интересно и захватывающе приятно.

Спектры необходимостей

Живой организм всегда и во всем движим собственными потребностями, своими надобностями, т.е. движим изнутри. Самоактивность живого в поиске лучших условий существования проявляется уже на уровне одноклеточных организмов.

Все живое тянется в свету, все живое стремится к пище, все живое старается оказаться в наиболее безопасных условиях, в которых может беспрепятственно развиваться и размножаться.

*Жизнь совершенствуется силою стремления
к питанию, росту, размножению,
самосохранению и саморазвитию.*

*Вне анализа потребностей самоактивности
живого не понять.*

В человеке потребностей в десятки раз больше, чем у примитивного головастика. Человек движим целой пирамидой потребностных надобностей, в которой находящиеся выше других устремления (жажда познания, стремление к творчеству, жела-

ние понравиться окружающим) причинно укоренены в лежащих ниже надобностях (стремление к безопасности, сохранение имущества, власть над особями противоположного пола).

Одной из наиболее мощных потребностей человека, как и всякого иного живого существа, является потребность в интеграции, в поддержании собственной целостности, удовлетворение которой в условиях неумолимо развивающегося окружения невозможно без непрестанного саморазвития.

Чем лучше поняты потребности, тем лучше осознаны причины, движущие поведением человека. Поистине, глубокое понимание личных нужд тождественно проникновению в глубины индивидуальности.

У каждого из людей есть свой спектр актуальных потребностей, ради удовлетворения которых свершается и разворачивается то, что именуется человеческим существованием. Кому-то дороже всего достижение высших карьерных постов, а кто-то жаждет остаться в истории как воитель. Кто-то более всего ценит покой любимого человека, а кого-то трудно остановить в стремлении навязать собственную волю окружающим.

*Индивидуальны все личностные спектры потребностей,
хотя каждая из отдельных потребностей
одна и та же у всех людей.*

Динамизм жизни определяется стремлением к реализации наших хотений. Развитие индивидуальности движимо жаждой разрядки, наступающей лишь при удовлетворении наших потребностей. Потому чем лучше понимает человек собственные движущие силы, чем основательнее он разбирается в своих мотивах, целях и желаниях, тем увереннее и успешнее он управляет собственным развитием, достигая того, что ему самому более всего остального нужно.

*Осознанное возделывание внутреннего мира —
это путешествие в пространство
собственных возможностей.*

Достижение истинно желаемого и называется счастьем. Человек счастлив тогда, когда спектры личностных желаний и созданные собственным творчеством возможности их максимально полного удовлетворения приходят в гармоничное согласие.

Порядок в собственном доме

Главные метафоры, организующие эффективное управление нашей жизнью, при ближайшем рассмотрении оказываются поразительно просты и понятны. Непонятно, как при такой легкой интуитивной доступности концептуальной сути жизненного процесса для многих он превращается если не в непрекращающиеся пытки, то, как минимум, в клинический поток унылых и бесцветных будней, которые не обладают практически никакой заслуживающей внимания личностной ценностью.

Живая система по определению является открытой, т.е. не изолированной от окружающего мира, а непрестанно влияющей на него и испытывающей разнообразные воздействия с его стороны. Открытая система чем-то напоминает проходной двор или автостоянку возле вокзала: в ней постоянно что-то куда-то уходит и на его место постоянно приходит что-то новое. Однако при поддерживающем влиянии организующей силы целостного организма, как раз и составлявшей до последнего времени главную загадку жизни как таковой, общая динамическая структура соподчинения различных частей и порядок управления ими в целом сохраняется вне зависимости от непрестанной смены элементами друг друга.

Все получается, как в продолжительных мыльных операх: один актер вынужден по тем или иным причинам выйти из состава участников сериала; но на его место приглашают другого актера, который лишь поначалу диссонирует с оставшимся у зрителей в памяти образом ушедшего. После неминуемо побеждает генеральная структура драматургического произведения. Новый герой благополучно вписывается в отношения с другими участниками — и все идет дальше как ни в чем не бывало, хотя из процесса исчез целый человек!

Проще всего представить себе открытую живую систему в образе жилого дома, в котором протекает жизнь целой семьи. Как бы тщательно ни собирали за собой фантики и обрезки листов бумаги члены семьи, сколь бы часто ни пылесосили ковры и кладовки, все равно, если жители дома хотят жить в чистоте, они обязаны регулярно проводить как ежедневную, так и еженедельную и ежемесячную уборки. В противном случае мусор и шлак, образование которых естественно сопровожда-

ет любой жизненный процесс, погребут под собой семью и лишат ее возможности жить своей жизнью.

Поддержание порядка в доме оправдано космически: примерно таким же образом поддерживается порядок и в экологических системах, и в человеческих сообществах, и даже в отношениях между двумя людьми. От регулярности и тщательности проводимых в доме очищений зависит не только внешний вид жилища, но и здоровье населяющих его людей.

Мусор недомолвок и пыль недопониманий непременно накапливаются. И если вовремя и результативно не выяснять личные взаимоотношения, они рискуют рано или поздно зайти в тупик по независящим от обоих партнеров причинам. Живая система должна очищаться. Живая система — будь то семья, клетка или государство, должна своевременно и в достаточной мере освобождаться от излишков, ошибок и хлама. Живая система должна регулярно производить выдохи наряду со вдохами — на всех уровнях своего существования.

Однако хватит о доме — ведь он всего лишь метафорический образ организма и психики самого человека. Конечно, психика сама по себе обладает высоким потенциалом самоорганизации. Однако это вовсе не означает, что о ней не следует заботиться или что она не нуждается в планомерном и регулярном осознанном обустройстве.

Наведение порядка — процесс достаточно затратный и энергоемкий. Достаточно вспомнить, как устают участники генеральной уборки к концу рабочего дня. Поэтому для поддержания чистоты и порядка в собственном «психическом доме» необходимо использовать дополнительные источники живой энергии. Речь идет не столько о конфетах или антрекотах, сколько о возможностях **арттехнологии** — быстро и легко насытить мозг **предпочитаемыми** сенсорными потоками, что сделает сознание более энергичным и поможет ему произвести всю необходимую оздоровительную и очищающую «работу по дому».

Конечно, поддержание внутренней красоты, собственного здоровья и чистоты мышления и чувствования требует и времени, и знаний, и усилий. Однако, если представить себе, сколько потерь мы несем в связи с утратой внутреннего равновесия, которая наступает сразу же вслед за прекращением регулярных самовосстановлений, и если вдобавок представить себе, сколь

увлекательна, радующа и захватывающе интересна работа с «Ключом», то сразу же поймем, что именно «Ключ» поможет переменить отношение большинства к психогигиене как искусству приведения в порядок собственного внутреннего дома. Когда заниматься уборкой приятно и легко, то почему бы не украсить свой собственный дом и не поработать в свое удовольствие, зная, что все это приятное еще и полезно и выгодно?

Когда наш дом захламлен, в нем трудно отыскать необходимую вещь, да и вообще нелегко перебраться из одной комнаты в другую. Точно так же основательно запущенная психика становится неэффективной и перестает помогать человеку на путях его самореализации.

Когда же внутренний мир облагорожен и гармонизирован усердными занятиями с «Ключом», согласованность всех элементов внутреннего опыта заметно возрастает. Тут уже на помощь человеку приходят все его внутренние ресурсы, которые до налаживания регулярных «домашних уборок» находились в незадействованном состоянии.

Хорошо упорядоченная психика легко обеспечивает интуитивность восприятий, свободно воспринимает все необходимое буквально «на лету» и позволяет без усталости трудиться даже в самых непростых условиях, так как легко отделяет важное от второстепенного и помогает строго экономить имеющиеся ресурсы времени и сил, разумно распределяя их на разных участках общего рабочего процесса.

Вот и получается, что регулярные уборки в собственном доме оказываются едва ли не **ключевым** звеном в обеспечении гармонии и здоровья нашей жизни, как оно на самом деле и является.

Катализатор жизненных побед

Сами по себе стремление к большей организованности, тяготение к усиленному развитию задатков и склонность к успешному разрешению проблем естественны для психики, которая является, прежде всего, высокоэффективным инструментом адаптации к изменяющимся условиям внешнего мира.

Однако этим естественным стремлениям необходимо старательно и умело помогать для того, чтобы перемены и обновления совершались проще, легче и быстрее, естественнее и ус-

пешнее. «Ключ» как раз и является инструментом оказания такой необходимой помощи самому себе — своего рода катализатором, который активизирует определенные способности, гармонизирует и ускоряет важные процессы, сам при этом не расходуясь, не истощаясь и даже принимая участие во внутренних алхимических процессах мозга достаточно косвенно, во всяком случае, совершенно ненасильственно, бережно и уважительно.

Действительно, человек от рождения обладает некоей вселенской полнотой. Он имеет в своем распоряжении все те свойства, способности и таланты, которые ему необходимы для истинно счастливой жизни и прекрасных творческих достижений, совокупно именуемых самореализацией.

Любой процесс может быть ускорен и интенсифицирован.

*Необходимо только с доверием испытать
предлагаемые подсказки.*

Однако его глубинную способность к саморазвитию в каждом отдельном случае, связанном с разрешением конкретной проблемы, можно усилить с помощью мягкого, но глубокого и эффективного влияния «Ключа». Сила последнего заключается в том, что организуемые с его помощью сенсорные потоки реально содействуют наиболее благоприятному развитию нейродинамики мозга, которая лежит в основе любых успешных решений, всех лучших пониманий и самых прекрасных переживаний.

«Ключ» представляет собой идеально безвредный инструмент ненасильственной самостимуляции, позволяющий качественно повысить потенциал защитных сил организма, радикально интенсифицировать творческое мышление и успешно преодолевать сомнения в собственных силах на пути к желаемым достижениям.

Организм человека устроен так, что все действия и восприятия, желания и понимания алхимизируются и пестуются в мозге. Последнему с помощью осознанно сконструированных сенсорных потоков можно помогать буквально на каждом шагу жизни, делая наши решения более надежными, а наши поступки более эффективными и более адекватными конкретным обстоятельствам и условиям.

«Ключ» представляет собой естественный продукт развития компьютерной техники, который приспособлен для прицельной, адресной помощи человеку в реализации важных внутренних нейродинамических процессов. Получается, что он по праву может быть назван каталитическим инструментом гармоничного развития человека, своего рода усилителем творческих возможностей каждого.

Мы просто не знаем истинного масштаба и подлинной глубины собственного творческого потенциала, потенциала своей способности конструктивно влиять на самих себя и направленно преобразовывать окружающую действительность. Очень многое нам еще предстоит открыть, изучить и освоить в будущем, причем не в последнюю очередь именно с помощью массовой практики применения арттехнологии «Ключа».

Дело в том, что аналогичного предлагаемому «Ключом» опыта осознанного сенсорного самовлияния у человечества пока не было. Поэтому его возможности, ожидаемые перспективы и предполагаемые сюрпризы могут оказаться самыми неожиданными и в безусловно позитивном смысле.

Пора, наконец, осознать, что наш собственный мозг является неизученной, неизвестной, неосвоенной территорией, таким тридевятым царством чудес и загадок, королевством сокровищ, о котором мало кому что надежно известно.

Обращение к «Ключу» поможет всем желающим приняться за систематическое раскрытие потенциалов мозга, что, в конечном счете, приведет к коренному преобразованию многих областей и сторон жизни людей к лучшему, приведению их к более естественному и гармоничному виду.

Инструмент развития одаренности

В недрах гор покоится множество полезных ископаемых, однако добыть их не так уж просто, если под рукой нет горного комбайна, облегчающего шахтерские труды. В море плавает несметное количество рыбы, но без прочного трала ее не выловить. Писатель может переполниться мыслями и образами, но для фиксации содержания ему необходимы ручка и бумага. Пианист нуждается в фортепиано, а скрипач заботится о своем инструменте, без высоких свойств которого он не имеет воз-

возможности раскрыть свой талант и усовершенствовать свое мастерство.

Любой успех является функцией усердного раскрытия человеком своего глубинного творческого потенциала. Раскрытие талантов, их использование, применение и реализация представляет собой едва ли не самый приятный процесс из всех мыслимых и возможных. Обнаружение внутреннего дара и выявление его сокровенной красоты происходит легко и свободно, радостно и светло, гармонично и с улыбкой на устах.

Нет ничего радостнее творческой самореализации.

Нет ничего ценнее инструмента, помогающего осуществить желанную творческую самореализацию.

Высокоинтеллектуальные решения выгоднее и эффективнее силовых и насильственных. Использование могущества интуиции в конечном итоге приводит к заметной экономии сил, времени и средств. Но осуществить такие решения намного проще и легче, если освоено использование инструмента мобилизации интуитивного дара — «Ключ к будущему».

Сам по себе человеческий мозг силен потенциалами и богат возможностями. Наше главное затруднение заключается в том, что наш мозг попросту детренирован, да и мы сами толком не знаем, как отыскать **ключи** к его глубинным возможностям.

Мы отказываемся понимать **ключевую** роль переживаний в нашей жизни. а без этого любое развитие сокровенных мозговых функций останется скучным формальным процессом, не приносящим никакой особенной радости, а значит и не ведущим к удивляющим своей масштабностью и новизной творческим результатам.

С «**Ключом**» возвращение способностей идет легко и естественно, просто и спокойно, свободно и приятно, так как гармонично созданный компьютерный инструмент помогает человеку интересоваться самим собой и находить все новые и новые поводы для удивления скрывавшимся в глубинах психики драгоценным богатствам.

«**Ключ**» дает каждому занимающемуся новое видение собственного будущего, помогает осваивать осуществление новой — конструктивной, ненасильственной, гармоничной — политики

саморазвития и реализовывать новую философию самореализации.

Когда есть такой замечательный инструмент ненасильственного управления собственной психикой, любые проблемы оказываются разрешимыми, любые затруднения превращаются в тренировочные снаряды, а любые сопротивления лишь помогают развить собственную изобретательность и усовершенствовать гибкость своего разума.

Энергия разрешенных проблем

Всякий овладевающий искусством управления собственным развитием должен непрестанно помнить о Золотом Правиле Мастеров — «Энергии всегда хватает!». Несмотря на распространенное суеверие относительно энергетической изолированности человеческого организма от окружающего мира, все же энергетически мы теснейшим образом связаны со всеми существами, процессами и предметами Мироздания, а потому постоянно получаем необходимые нам силы в достаточном количестве. В то же время наша жизнь организована так, что драгоценные энергии мы растрачиваем впустую, в результате оказываясь почти бессильными перед лицом собственных проблем и затруднений.

Даже представить трудно, сколько сил уходит на поддержание напряженных мышц тела в то время, когда они вполне могут быть расслаблены, или на переживание страха перед мнимыми угрозами, или на беспокойство по поводу иллюзорных напряжений и затруднений. Одно только ожидание предстоящей неприятности порой оказывается мучительнее любой даже самой острой боли.

Так мы неразумно используем драгоценные ресурсы сил, оставаясь в трудный момент без их поддержки и помощи. Поэтому для облегчения прохождения жизненного пути и успешного преодоления возникающих затруднений следует заранее озаботиться о блокировании каналов утечки энергии на ненужные напряжения и беспокойства. Особую роль в этом играет освобождение от смутно осознаваемых страхов и тревог, которые более всего отнимают живоносные силы.

При решении внутренних проблем, при освобождении от ненужных обязательств и исчезновении стеснений, при удале-

нии раздражающих воспоминаний и разрядке ненужных опасений мгновенно появляется ощущение энергетической наполненности организма, радостного возбуждения и эмоциональной приподнятости.

Таков законный результат сохранения тех сил, которые до разрешения проблемы шли на поддержание внутреннего беспокойства. Энергия перестает тратиться на поддержание ненужных переживаний и подавление сомнительных воспоминаний, а потому может быть открыто и свободно направлена на те психические процессы, которые рассматриваются человеком как действительно необходимые: на творчество, на работу, на восприятие нового.

Получается что-то напоминающее освобождение заключенных в темнице соратников из плена: чем большее число друзей расковыряешь, тем больше помощников обретаешь, и далее — в геометрической прогрессии, подобно цепной ядерной реакции или пожару в сухом лесу.

Следует заметить, что осознанно развивающиеся люди, уверенно управляющие собственными переживаниями и в полной мере распоряжающиеся сокровищами собственной творческой силы, выглядят неброско и вовсе не похожи на хохочущих от экстатической радости мартышек или гневно разъяренных быков.

Чем больше энергии оказывается в осознанном распоряжении человека благодаря его успешной внутренней работе, тем спокойнее, терпеливее и увереннее в себе он оказывается. Низкоэнергетичный человек суетлив и поспешен, неловок и мелочен. Поведение высокоэнергетичного человека не бросается в глаза, зато при общении с ним ощущается присутствие некоей особенной психической силы.

Чем основательнее человек разбирается с собственным внутренним миром, с воспоминаниями и опасениями, с тревогами и ожиданиями, чем сознательнее он управляет своим развитием, тем больше энергии оказывается в его распоряжении, а значит тем легче, проще и интереснее ему развиваться дальше. Таково Золотое Правило Мастеров — «Энергия обретается по пути следования к заветной цели!»

Часть II

СЕКРЕТЫ МОГУЩЕСТВА КРАСОТЫ

Глава четвертая

«ГАРМОНИЧНЫЕ ЗАКОНЫ ЖИЗНЕТВОРЧЕСТВА»

Почтение древних к гармонии

Учение о Гармонии и Красоте во все века седой древности являлось одним из наиболее тайных учений посвященных, скрывавшихся под покровами сакральных храмовых школ. Открытие многими поколениями интуитивных изыскателей законы Пропорций, каноны Красоты и приемы создания Прекрасного, лежащие в основе наставничества, целительства и управления, хранились в глубочайшей тайне. Наследование этих знаний из века в век поддерживалось секретными линиями инициатических ритуалов.

Красота в человеке и красота для человека.

Но сама красота — Божественна!

Главное определение Божественного — Красота!

В отличие от современников, восприятия которых утомлены и расстроены, древние наблюдатели с искренностью малых детей поражались лежащим в основании красоты соответствиям и совпадениям, и ужасались зримым последствиям нарушения гармонии. Жречество обеспечивало активное формирующее воздействие на все стороны жизни населения государств и старательно обеспечивало надежную преемственность передачи опыта постижения прекрасного, прекрасно отдавая себе отчет в том, сколь важным и ценным является Знание Красоты для всех без исключения будущих поколений.

Законы Гармонии едины для живой и неживой природы. Гармонические пропорции повсюду прослеживаются едиными — одними и теми же во всем самосохраняющемся и само-

поддерживаемом, не говоря уже о саморегулирующемся и о саморазвиваемом.

Достаточно нарушить одну деталь, один фрагмент, одну мелочь — и согласованное целостное рассыпается в прах, погребая под грудой разрушительных рассогласований благополучную область активной жизни. Недаром в древности даже появление дисгармоничной музыки, нарушающей классические каноны, рассматривалось как достаточное свидетельство преступной халатности руководителя провинции, допустившего появление такого рода диссонансов в жизни народа.

Каноны архитектуры, анналы геометрии, компендиумы естественных наук, сакральные алфавиты и даже исторические хроники — все знания древности так или иначе свидетельствовали в пользу житнетворческой сущности красоты и ее фундаментальной важности для поддержания порядка в подлунном мире.

Древние мастера считали, что все то, с чем соприкасается человек, обязано быть гармоничным и прекрасным. Да и сама деятельность человека должна быть ориентирована на создание, поддержание и развитие гармонии. Все некрасивое отвергалось как нежизнеспособное, вредоносное и губительное, разрушающее и болезнетворное.

Сегодняшние современники весьма безответственно и неуважительно относятся к житнетворческой природе красоты, разрешая гармонии порушаться то там, то тут, а то и вовсе бесовдохновенно развивая смертоносные идеи о полезности общения с хаосом и продуктивности больших или меньших разрушительств в жизни.

Они забывают о том, что тысячелетиями не уставали повторять все наставники человечества: вне соответствия жизни канонам гармонических пропорций не выживет и само человечество. Безобразие смертоносно, и его тлетворное влияние в отсутствие гармонических цитаделей и практикования созерцания прекрасного неотвратимо и неизменно завершается полным поражением жизни!

Структурное единство мироздания

Одним из первых и, как оказалось, фундаментальнейших законов прекрасного явился Закон Золотой Пропорции, кото-

рый был известен уже с незапамятной древности. Наблюдая его повсеместное проявление в окружающей жизни, от порядка устройства живых растений до соотношения пропорциональных периодов обращения планет, древние исследователи упорядоченно организовали здание человеческой культуры в соответствии с этим всеприродным канонам.

Только в последние десятилетия советской эпохи умудрились понастроить жилые здания по правилу кратных отношений, повсеместно закладываемых в пропорциях помещений. Во все века архитекторы использовали одно лишь золотое сечение, укладывая его в основание всех прослеживаемых в начертаниях проектов пропорций и отношений размеров своих творений. Тем самым каждое строение намеренно уподоблялось живому организму. Таким образом мера, определяющая пропорции человеческого тела, ложилась в основание созидания объектов искусственной, сугубо человеческой среды, приближая их благодаря этому к объектам естественным, природным.

Все то, что организовано по Принципу Золотого Сечения, субъективно воспринимается как особенно приятное и законное. Почему так происходит, вполне понятно. Ведь резонансно пропорции изображения соответствуют пропорциям, в соответствии с которыми структурирован сам и организм воспринимающего человека. Подобие геометрических (структурных) пропорций вызывает естественное согласие. Поэтому и нет сопротивления организма и психики восприятию сопорционального «структурно родственного» объекта.

*Мир познаваем в силу своего единства
и целостен в силу своей познаваемости.*

В Мироздании все во всех мыслимых отношениях согласовано со всем. Такого же четкого, полного и глубокого согласования во все времена придерживались и в построении любых объектов искусственной среды. Все элементы создаваемого должны быть канонически согласованы друг с другом — для того, чтобы могла воцариться особого рода структурно-резонансная целостность, благодаря которой выстраиваемый объект превращается в значимое подобие живой системы.

Все гармонические пропорции легко исчисляются математически, но, несмотря на такую поверхностную постижимость,

они все же неизменно вызывают трепет восхищения у чувствительных людей.

Мироздание устроено по одним и тем же пропорциональным канонам, и развивается в соответствии с одними и теми же закономерностями. Оно проявляет свои тенденции и потенциалы в точном соответствии с величиной физических констант и математических последовательностей.

Мироздание, будучи изучено в небольшой области, через это уже таинственным образом изучается как Целое, ибо законы и пропорции, лежащие в основе его строения, повсюду едины и согласованы.

Конечно, каждая частица Вселенной в чем-то неповторима и уникальна, хотя бы своим местоположением в данный момент времени. Но все же единство Сушного беспрецедентно!

Хотим мы того или нет, но если мы стремимся овладеть собственными глубинами, мы просто должны, вынуждены, обязаны исследовать управляющие всем миром законы. Ведь мы сами являемся не более чем одной из хрупких частиц Единого Живого Мироздания, а потому построены точно так же, как и все то, что располагается вне нас самих. Изучая себя, мы постигаем жизнь Целого.

Закон гармоничной пропорции

Человек различает окружающие его предметы по присущей им конкретной форме. Интерес к форме какого-либо предмета может быть продиктован жизненной необходимостью, а может быть вызван красотой самой формы.

Форма, в основе построения которой лежат сочетание симметрии и Золотого Сечения, способствует наилучшему зрительному восприятию и появлению ощущения красоты и гармонии. Целое всегда состоит из частей; части разной величины и различного назначения находятся в определенном отношении друг к другу и к целому. Принцип Золотого Сечения — высшее проявление структурного и функционального совершенства целого и его частей в искусстве, науке, технике и природе.

Мы откликаемся на гармоничное лишь потому, что сами созданы по его правилам и канонам.

Как математически формулируется Золотое Сечение? Если произвести деление объекта на две неравные части так, что меньшая будет относиться к большей, как большая ко всему объекту, в отношениях между ними образуется так называемое Золотое Сечение.

Почему именно такова золотая пропорция, вряд ли кому-либо вообще удастся когда-либо ответить. Так все создано. Таковым пожелал сотворить все Создатель. Так оно уже все есть. Такова основная структурная аксиома наличного бытия.

Математика аксиоматична по своей природе. Природа самих аксиом никого не интересует, просто из них исходят при построении систем представлений. Золотое Сечение — одна из центральных аксиом науки, данная нам предметно — в пропорциях окружающих предметов и процессов.

Подобно тому, как все физические константы согласованы таким образом, чтобы оказалось возможным существование человека (антропный принцип), точно так же структурно Вселенная как метаживой организм соответствует основным пропорциям человеческого тела.

Почему так оказалось — каждый вправе ответить на этот вопрос по-своему в меру своей религиозной чувствительности и научно-терминологической изощренности. Но все же сама чудесность наблюдаемых соответствий воистину поразительна. Замечательно, что при полноте Структурно-Динамического Единства, которое пронизывает все существующее, придает единый ритм и задает единые пропорции всему существующему, все же сохраняется удивительное живое, но внутренне согласованное многообразие.

Мы вряд ли когда-либо сможем разгадать загадку Золотого Сечения — все таково, каково оно есть. Но мы вправе постараться использовать его в интересах собственного развития. Одним из приемов такого использования является сопоставление интуитивной комфортности, возникающей при созерцании картин, построенных по канонам Золотого Сечения, с тем ощущением внутренней удовлетворенности, которое соответствует восприятию наиболее **предпочитаемых** оттенков и мелодий.

Предпочитаемое столь же законно соответствует нашему текущему состоянию, как Золотое Сечение отвечает единым ка-

нонам созидания пропорций построения всего и вся в целостном живом Мироздании. В «Ключе» все динамические паттерны анимации математически согласованы друг с другом и с избираемым пользователем предпочитаемым цветом в точном соответствии с Принципом Золотого Сечения. В этом — секрет фантастической эффективности «Ключа», отвечающего самым глубинным чаяниям живого организма.

Красота как образ вселенной

Красота — это таинственное единство меры, ритма, гармонии, пропорции и формы. Прекрасное проявляется повсюду, если только глаза наблюдающего не засорены пыльной повседневностью. Размеренное движение небесного свода с мириадами неслучайно расположенных на его полотне звезд; плавные, уравновешенные и словно перетекающие движения кота, охотящегося за очередной добычей; непостижимо медленное, но неотвратимое распускание цветов навстречу первым лучам весеннего солнца — все это красиво!

Для тех, кто не отвык наблюдать за живым и не разучился восхищаться существующим, мир ежесекундно демонстрирует нам восхитительные образцы высокой красоты. Фундаментальнее прекрасного в живом Мироздании попросту ничего не существует. Объедините все физические константы, математические законы и прочие закономерности, за многие века изученные земными учеными, сложите все это воедино и упростите, насколько то окажется возможным, — таков будет научный образ красоты, пронизывающей все и вся повсеместно и непрестанно.

Живое, разумное, целесообразное — неизменно красиво.

Красивое всегда приятно и полезно для развивающегося.

Красота не просто абсолютно законна с точки зрения корифеев естественных и точных наук. Красота интуитивно ощущается всяким как наивеличайшая ценность. Красота служит всем нам в качестве безошибочного критерия верной самооценки. Все некрасивое, даже не будучи объяснено и рационально осмыслено, но только воспринимаемое как таковое, рассматривается как совершенно незаконное.

Красота синонимична главному ориентиру саморазвития живых существ — удовольствию. Присутствие красоты в окружающей действительности поддерживает в каждом ощущение собственной незавершенности, а значит, подталкивает к достижениям и дальнейшему развитию. Красота сама по себе ориентирует на достижения и устремляет к целям, каковыми всегда оказываются улучшения реальности. Красота представляет собой высший образец идеальной адаптивности, являющейся синтетическим признаком жизнеспособности любого организма.

Мир отражается красотой в каждой из своих согласованных друг с другом частичек. Для того, чтобы поддерживать себя в форме и время от времени подтягиваться к высоким образцам прекрасного, имеет смысл обрести навыки работы с «Ключом» — одним из важнейших проводников красоты в наш организм, в наши действия и в нашу собственную жизнь.

В симфонии жизни все согласовано

Жизнь держится союзами и согласованиями, родственностью и близостью. Выполнение всеми участниками бытия единых правил и одних законов обеспечивает незыблемое поддержание единых пропорций взаимоотношений и взаимосоответствий.

Согласованность как отношение близка подобию как структуре. Единая гармония собирает разрозненные элементы в синтетические ансамбли целостностей, которые развиваются и взаимодействуют в полном уважении друг к другу, при этом оставаясь друг от друга зависящими.

Хорошо там, где все друг другу рады. Группы сильны взаимопомощью. Катамараны устойчивы благодаря взаимной поддержке составляющих их элементов. Счастье индивидуума на самом деле неотделимо от счастья окружающих, но столь же верно и обратное. В родной стране все говорят на одном языке, а те, кому это нужно, выучивают языки тех, кого они хотят научиться понимать. Математики используют единую символику, как физики — одни и те же формулы единых для изучаемого мира законов. Сходство представлений и близость предположений обеспечивает полноту взаимопонимания, без которой нет согласованности творчества и глубины взаимоотношений.

Согласованность — это вечная и верная опора на прочность и надежность; гибкая и подвижная сама по себе, она обеспечивает взаимное притяжение того, что зависимо друг от друга.

Хор, Строй, Арматура, Ритмы и Композиции!

Все в подлунном мире упорядочено, организовано и согласованно. Человек является средоточием особых смысловых пространств, обеспечивая сущностное единство Космоса, Культуры и Природы. Эти смысловые пространства автономны в самих себе, но согласованы друг с другом через человека.

Йокос = экотехносфера

Биос = биосфера

Психос = психосфера

Космос = объектосфера и

Эйдос = культуросфера.

*Так в человеке устанавливается
согласование всех бытийных областей
Единого Существования.*

Благодаря своей структурно-смысловой фокусности человек имеет возможность целенаправленно влиять на все указанные Функциональные Регионы Реальности.

«Ключ» выступает в роли всемогущего камертона, позволяющего человеку настраивать самого себя в согласии с любыми предстоящими творческими задачами по обустройству мира и себя.

Целостность композиции

В любой системе — текстовой, архитектурной, биологической — каждый элемент вполне определенным образом соотносен как с интегральным целым, так и с каждым другим элементом целостной системы. Все в контексте целого занимает собственное место, поддерживая позиции и состояния всех других элементов, взаимовыгодно взаимодействуя со всем.

Красота всегда композиционна, системна, контекстна. Она всегда поддерживается совокупной структурой осмысленных связей — не обязательно рационально формулируемых и вербально выразимых, но всегда имеющих определенный смысл в рамках того или иного функционального контекста.

Взаимосвязь фигуры и фона, размера и ритма, имени и месторасположения — именно все без исключения связи и отношения составляют сокровенную специфику любой композиции, иначе говоря целостности. В реальных смысловых системах художественное всегда оппонирует аналитическому, а общий смысл нередко входит в локальные противоречия с содержаниями отдельных элементов, в рамках целого обладающих несколько отличным смыслом от того, что присущ им как изолированным объектам.

Главный же смысл сообщения красоты — в содержаниях целого. Красота не бывает разбитой, дезинтегрированной или расщепленной. Даже в глубоко измененном виде она сохраняет некое надпредметное очарование.

Прекрасное всегда согласовано с собственными элементами и соотнесено с собственными частями. Всякий элемент обретает свой законный смысл лишь в контексте целого. Психологические исследования специфики мыслительной деятельности художественно одаренных людей подтвердили общеизвестный факт, что художники всегда мыслят и представляют целостно, системно, композиционно.

Так и мастера раскрашивания собственной жизни — они неизменно видят каждый из элементов собственного существования в качестве законной части целостной картины собственной жизни. Если что-то противоречит другому, нет причин расстраиваться дисгармоничностью композиции собственной жизни. Нужно просто брать «Ключ» в руки и внимательно согласовывать различные элементы своей жизни для того, чтобы интеграционно композиционировать свое существование.

Законность гармонии

Любая пропорциональность прекрасного зиждется на математических канонах, утверждаемых каждым элементом согласованно сгармонизированного целого. В красоте ощущается пронизывающее Вселенную дыхание единого космического строя существования.

Самой притягательной, возвышенной и утонченной является красота живого — красота асимметричной динамики, красота развивающегося целого. Симметричная динамика, характерная для используемых в «Ключе» анимационных компози-

ций, поддерживает живое и уравнивает его неустойчивое равновесие собственными балансами. Симметричная статика мандалы утверждает застывшую упорядоченность, в которой время от времени так целительно и приятно отдохнуть, сэкономив энергию и восстановив запас защитных сил. Любопытно, что асимметричная статика лишает равновесия и подталкивает к активным действиям даже глубоко уравновешенных индивидуумов, что используется художниками для пробуждения страсти и генерации конфликта в душах людей, созерцающих их шедевры.

Существуют различные виды симметрии сенсорных потоков — цветовая, структурная, динамическая, вибрационно-ритмическая и звуковая. Работая с самыми разными гармониями симметрий, мы фактически ведем диалог с самими математическими законами, согласно которым организуется жизнь во Вселенной и само бытие.

Гармония не только способствует накоплению уравновешенности, но и укрепляет управляемость развивающихся динамических систем, адаптирующихся к непрестанно изменяющимся условиям существования. Замечательно то, что красивое всегда внутренне уравновешенно, а прекрасное глубинно самодостаточно. С гармонией почему-то всегда хочется согласиться, примириться и побыть с нею подольше. Еще бы — ведь гармония является сутью самого бытия!

Самодостаточность прекрасного

Художественными средствами, разумеется, можно выражать собственные волнения, искания, смятения и печали. Но все же в качестве образцов возвышенного и заслуживающего подражания художники предлагают именно уравновешенное и сбалансированное. Пропорциональное, упорядоченное, организованное — значит, законно существующее, слаженно сопряженное с другими, но при этом завершенное в самом себе.

Прекрасное не нуждается в толкованиях, комментариях и интерпретациях. Прекрасное свидетельствует о содержащемся в нем самом сакральном сообщении поверх аргументов и доказательств. Ирония судьбы заключается в том, что даже мошенники, оказывающиеся красавцами, воспринимаются как особенно убедительные собеседники, что помогает им успешно обманыв-

вать людей, доверчивых к их красоте. Вожаки и лидеры всегда обаятельны и магнетичны, обольстительны и вдохновляющи. Отсюда — вечное желание богатых и властвующих людей владеть прекрасными предметами, к примеру, топ-моделями, арабскими скакунами и драгоценными собаками. Отсюда — вечная популярность аукционов антиквариата и никогда не снижающийся спрос на самоцветы.

Это похоже на сказку, которая непрестанно окружает нас в повседневной жизни. Любые споры продолжаются лишь до обнаружения лика прекрасного, который неизменно оказывается убедительнее любых свидетельств и формальных аргументов. По-видимому, гармония сама по себе обладает интуитивной очевидностью истины. Истина может убеждать не только связями посылок и выводов, но и представлять в чистом виде, облаченным в прекрасные формы, сами по себе не требующие доказательств.

Вселенная звучит и светится

В прошлом романтики научно-технической революции любили сравнивать Вселенную с единым могучим производством, на просторах которого все трудится, творит, созидает и производит. Космос как машинный зал Мироздания, своего рода единый производственный цех Вселенной. Куда приятнее ассоциировать Мироздание с непрекращающимся карнавалом — искрометным, непредсказуемым, радующим, переливающимся всеми цветами радуги и звучащим на всевозможные лады.

В пределах живого Космоса обмен звучаниями и вибрациями, излучениями и красотой тотален и не прекращается ни на единое мгновение. Вселенная действительно звучит и светится, что и открывается людям, обретшим дар прямого видения действительности, иногда почтительно именуемым ясновидением.

Октавы, или частотные диапазоны, соответствующими структурами которых организован звук, представлены и в ритмах световых излучений. Такая структурная упорядоченность, напоминающая периодическую таблицу Д.И. Менделеева, связана не столько с объективными свойствами самих вибрационных движений, сколько с особенностями восприятия самого человека, определяемыми в свою очередь закономерностями организации его собственного организма.

ФИОЛЕТОВЫЙ	ФАНТАЗИИ, СНОВИДЕНИЯ, МОЛИТВЕННОСТЬ	КОСМОС
	ТАИНСТВЕННОСТЬ ОЗАРЕНИЯ	
	ИНТУИТИВНОЕ ПРОНИКНОВЕНИЕ В НЕВЫРАЗИМОЕ	
СИНИЙ	ОЧАРОВАНИЕ, ЗАГАДОЧНОСТЬ, НАДЕЖДА	КОСМОС
	УМИРОТВОРЕННОСТЬ ДОСТИГНУТЫМ НАДЕЖНОСТЬ, СТОЙКОСТЬ, ГАРАНТИИ	
ГОЛУБОЙ	ГЛУБИНА, УВЕРЕННОСТЬ, СИЛА ПОКОЯ	КОСМОС
	СВОБОДА КАК РАСПАХНУТОСТЬ ВОЗМОЖНОСТЯМ	
ЗЕЛЕНЫЙ	АВТОНОМИЯ, СВОБОДА, ОДАРЕННОСТЬ	БИОСФЕРА
	НАСЛАЖДЕНИЕ, УДОВЛЕТВОРЕНИЕ	
	СОРАЗМЕРНАЯ СОГЛАСОВАННОСТЬ ПРОПОРЦИЙ	
	УРАВНОВЕШЕННОСТЬ, УПОРЯДОЧЕННОСТЬ СВЕЖЕСТЬ, УСТОЙЧИВОСТЬ РАЗВИТИЯ	
ЖЕЛТЫЙ	ДИПЛОМАТИЗМ, ПАРТНЕРСТВО, КООПЕРАЦИЯ	ЧЕЛОВЕК
	ВООДУШЕВЛЕНИЕ, ИНТЕРЕС, РАДОВАНИЕ	
	ЭНЕРГИЯ В ДИНАМИЧНОМ РАВНОВЕСИИ	
	ИНТЕЛЛЕКТ, СВЕТ, ПРОСТОР	
	СОСРЕДОТОЧЕННОСТЬ НА ЦЕЛИ УСТРЕМЛЕНИЕ, ДВИЖЕНИЕ, ПРЕДПОЧТЕНИЕ	
ОРАНЖЕВЫЙ	ПОИСК, ЭНЕРГЕТИЗМ, УСЕРДИЕ	ЧЕЛОВЕК
	СТРАСТЬ, ПОРЫВ, ОГОНЬ	
	ЭКСПАНСИЯ, ПРЕОДОЛЕНИЕ ПРЕГРАД	
КРАСНЫЙ	ЖИЗНЬ, СУЩЕСТВОВАНИЕ, РАЗВИТИЕ	ЗЕМЛЯ
	ИМПУЛЬС ПРОЯВЛЕНИЯ СИЛЫ	
	ПЕРВИЧНАЯ СИЛА РОСТА	

Шкалы изменения высоты тона (цветоощущения) в зависимости от изменения частоты вибраций (световых колебаний) не линейно взаимосвязаны, но упорядочены в виде своего рода октав в соответствии с принципами фрактальной самоорганизации динамических структур. Это открывает перед исследователями ресурсных состояний психики и потенциалов организма невиданные возможности.

Мы занимаемся только тем, что субъективно активно, или **антропотропно**, т.е. имеет отношение к человеку, к его собственным субъективным ощущениям, восприятиям и впечатлениям. Каждый человек из немисливо богатого карнавала Мироздания выбирает свои тона и свои звучания, свои краски и свои ароматы, в целом синтетически отвечающие его собственной природе, характеру его пожеланий и специфике его образа жизни и мысленного строя.

По тому, что человек **предпочитает**, избирает как желаемое и рассматривает как нравящееся, можно содржательно судить о его собственном внутреннем составе, по существу своему от состава Вселенной не отличающегося — составе цветомузыкальном, светящимся и звучащим, иногда сухо именуемом «энерго-информационным».

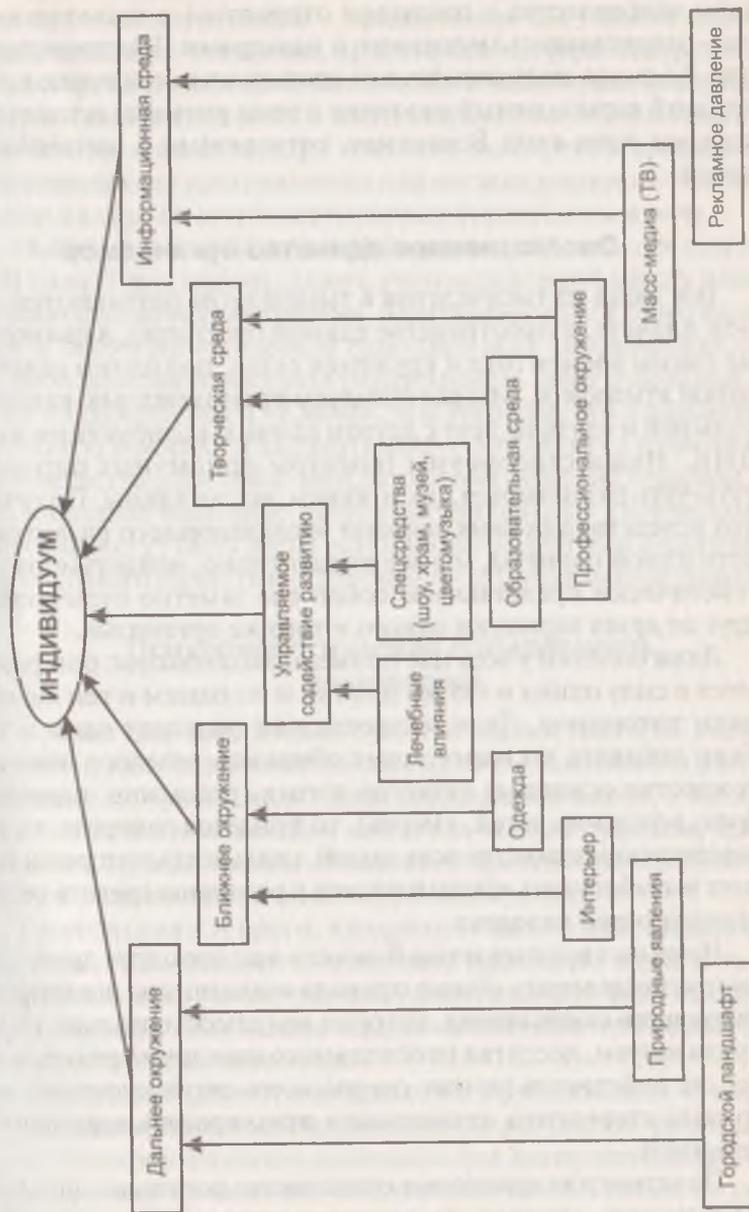
Рецепты **самовлияния** формально сложны, но на практике благодаря **арттехнологии** подбираются очень просто.

*Рецепт Сенсорной Формулы:
Конституция + Ситуация + Устремление*

Именно таким образом выстраивая и упорядочивая свою «светозвуковую диету», учитывая в рецептуре **самовоздействия** прошлое (свой тип), настоящее (ситуация) и будущее (цель), человек интегрирует в самом себе все времена, задействованные в процессе творческого развития и обретает желанную полноту самого себя.

Так рождается панацея полноты здоровья. Так устанавливается законная вписанность, встроенность, включенность человека в карнавал Мироздания. Так свобода творчества сочетается с законностью самоинтеграции. Так человек синхронизируется, интегрируется и резонансно объединяется с источниками звездных космических энергий, в принципе неиссякаемыми и благодатно богатыми, подобно чарующим оазисам в глубине жарких пустынь пространства.

ЦВЕТОПОТОКИ ОКРУЖЕНИЯ



Кто знает, возможно, именно этим путем лучшие представители человечества в грядущем отправятся в космические дали — напитавшись мелодиями и палитрами Пространства, став для Космоса полноправными гражданами и вступая в глубочайший гармоничный резонанс с теми ритмами и тонами, которыми жива сама Вселенная, сотворенная и питаемая Крассотой.

Эволюционное единство организмов

Все люди из тысячелетия в тысячелетие развиваются на одной планете, в пространстве единой биосферы, в едином ритме смены времен года и кружения суток, под одним солнцем, в одной атмосфере. Мы все обладаем принципиально единой биохимией и связаны друг с другом единым кодирующим языком ДНК. Наши сенсориумы (спектры привычных ощущений) чуть-чуть различаются, но, в общем, все же едины. Получается, что вследствие схожих условий эволюционного развития, как дети одной планеты, мы все перцепторно, нейрогуморально и генетически представляем собой еле заметно отличающиеся друг от друга вариации одного и того же организма.

Даже болезни у всех нас примерно одинаковы: они развиваются в силу одних и тех же причин и по одним и тем же сценариям патогенеза. Да и лекарства нам подходят одни и те же. Если добавить ко всему этому общность речевого общения и тождество основных сюжетов жизни (рождение, взросление, брак, рождение детей, смерть), то придется говорить о некоем мистическом единстве всех людей, реальность которое и позволяет вырабатывать единый подход к развитию средств развития способностей человека.

Именно эволюционная близость нас всех друг другу позволяет устанавливать общие правила и принципы **психопрограммирующего самовлияния**, которые мы самостоятельно индивидуализируем, достигая необходимого нам лично результата, но все же действуя в рамках очерченного особенностями нашего вида стереотипа организации **психопрограммирующих** воздействий.

Полезное для некоторых оказывается полезным для многих. Культурные, творческие и развивающие накопления единиц приносятся многим последователям и подражателям.

«Ключ» создан в соответствии с общими для всех людей принципами самовлияния — предпочтение как условие создания возможностного состояния, красота как паттерн оздоровления, редактирование областей психосоматического как импульс кооперативной перестройки всего континуума индивидуальности. Но при этом благодаря тонкости экспертизы предпочтения психопроцессор настраивается для индивидуального использования каждым в сугубо личностном уникальном ключе.

«Ключ» принципиально эффективен для всех представителей вида *Homo sapiens*, даже с учетом различий между конституциональными хромотипами. Фундаментальное психосенсорное и биокрибернетическое единство всех человеческих организмов позволяет успешно тиражировать опыт отдельных одаренных созерцателей «Ключа». Мы уверены, что в дальнейшем лучшие художники и эксперты будут поставлять в единый банк человечества созданные ими психосоматические шедевры. Эти драгоценные волновые паттерны уникальных творческих состояний могут быть легко использованы другими в силу принципиального единства человеческих существ нашей планеты.

Психобиологическая солидарность восприятий

Солнце для всех живых существ нашей планеты является солнцем, как бы там они по-своему его не именовали или своеобразно не чувствовали. Вода оказывается водой, а воздух — воздухом. Оснований для единства живых существ, как ни странно, гораздо больше, чем для их противопоставления друг другу и разделения на оппонирующие группы.

Треугольники и круги, квадраты и звезды для представителей всех цивилизаций обозначают примерно одни и те же принципы, и в этом нет ничего удивительного. Ведь геометрия архетипична в силу математического единства человека и окружающего предметного мира.

Частота мельканий изображения приближается к частоте электрической мозговой активности, в результате чего изображение становится особо значимым для воспринимающего его субъекта даже помимо его собственной воли. Темное по смыслу отлично от светлого, а красная надпись всегда будет означать нечто отличное от тех же букв, изображенных желтым, синим

или зеленым цветом. Звучание консонансов всегда производит впечатление, существенно отличающееся от восприятия какофонических потоков, а цветасто-радужные росписи отличны от однотонных гамм.

Одной из ведущих посылок, лежащих в основе создания **арт-технологии**, является утверждение мистических психологов, исследователей-психосемантиков и идеологов абстракционизма о том, что биологический смысл абстрактных анимаций, его общечеловеческое, архетипическое, коллективное значение для всех людей примерно одно и то же. Причем вне зависимости от степени сознательного рефлексирования этих смыслов самим воспринимающим субъектом.

Именно эта бессознательная общность смысловых восприятий и предопределила возможность создания удивительного живого супрематического анимационного искусства **самовлияния**, первым опытом такого и является **арттехнология «Ключ»**.

Подобно тому, как на всех людей одинаково действует аспирин или алкоголь, так же сходно действуют рыжие треугольники и темно-синие квадраты. «Дозировка» же и «кулинарное сочетание» различных сенсорных сигналов каждым человеком подбирается сугубо индивидуально, в соответствии с самовоспринимаемым текущим состоянием, синтетически выражаемом в интуитивном ощущении **предпочтения**.

Именно единство реакций людей на одни и те же сенсорные паттерны сделало возможным использование анимационных образов, порожденных интроспективно одаренными (способными тонко различать собственные субъективные состояния) экспертами в практике самоуправления. Образы настроения в целом едины для всех, правда, субъективно они могут нравиться или не нравиться, смотря на текущим запросам и потребностям ожиданиям организма индивидуума.

Созданные одним человеком анимационные паттерны настроений в принципе оказываются пригодными для вызова соответствующих состояний у всех других людей, пожелавших пережить связанное с паттерном настроение.

Арттехнология «Ключ» — инструмент использования в интересах интенсификации психосоматического индивидуального развития эволюционно сложившейся биохимической, нейробиологической и эмоционально-генетической общности всех

людей планеты. В этом чувственном единстве человечества присутствует нечто истинно волшебное. Оно обеспечивает возможность передать другому не слова описания психоэмоционального состояния, но само переживание, причем вне личного присутствия рядом с ним, но

На вкус и цвет товарища нет?

Вопреки распространенному мнению, принижаящему значение общего в организмах в угоду признанию уникальности индивидуальности, именно в ощущениях, их переживании и восприятии организмы гораздо более едины и солидарны, чем то может показаться на первый взгляд.

Единый ландшафт эволюционного развития, единая среда, к которой приходилось из миллионолетия в миллионолетие усердно приспосабливаться, единое сенсорное окружение, единый генетический код и общие для всех правила самоорганизации и адаптивного поведения — все это породило особое фундаментальное единство живых организмов, которое можно назвать первично-эстетическим.

Ощущения и связанные с ними переживания, несущие немалую информационную нагрузку для каждого живого организма, далеко не случайны, а потому вполне определенным образом упорядочены и общи для самых различных живых существ. Темнота и яркий свет имеют одинаковый биологический смысл, во всяком случае, в пределах нашей планеты. Единство космо-планетарной энерго-информационной среды породило единство реагирования биосистем.

Это правило, разумеется, лишь подтверждается отдельными исключениями. Какие-то жители глубоких пещер могут избегать яркого освещения, а в пустыне животные стараются удалиться с солнцепека. Однако биологический смысл интенсивности освещения повсюду един. Точно так же и тактильные ощущения свидетельствуют о некоем соседстве, приятность и опасность которого предстоит выяснить. Но смысл более чем понятен — «Ты в окружении не один, принимай это в расчет». То есть общий смысл факта ощущения един для всех живых существ.

Предпочтение того или иного цвета целиком и полностью определяется непрерывно развивающейся динамикой взаимо-

действующих друг с другом потребностей и порождаемых ими влечений и желаний. Однако сама по себе связь между конкретным цветовым оттенком и связанной с ним (им же и вызываемой) эмоциональной реакцией одинакова для всех людей, что легло в основу функциональной цветопсихологии Макса Люшера.

Для конкретного человека всякий цвет в процессе личностного развития приобретает то или иное сугубо личное значение в силу его отношения к **хромотипу** данного индивидуума и ассоциативной связанности с приятными или неприятными переживаниями, запечатленными в структуре внутреннего опыта. Однако свой эмоциональный смысл данный цвет не изменяет в зависимости от того, кем он воспринимается. Просто в силу определенных ассоциаций он кого-то может наталкивать на нежелательные мысли или приводить к переживаниям, связанным с особенностями конкретного прошлого состояния, имеющего высокое личное значение.

При длительном влиянии на человека определенным цветом результат такого влияния у всех людей будет один и тот же в силу архетипической связанности определенных цветов с эволюционно закрепленными функциональными значениями, которые генерируются прямо в среднем мозгу, т.е. нейробиологически опережая момент осознания — до того, как оказывается возможным их осознание.

Если творчески рассматривать структуру внутреннего опыта не как незыблемую данность, а как пластический материал, подготовленный для художественной работы, то в процессе **самопрограммирования** можно произвольно перекодировать все негативные ассоциативные связи, закрепленные за определенными оттенками, с тем, чтобы сделать реакции на них полностью соответствующими эволюционным значениям данного цвета для живого организма. Тогда восприятие организмом окружения станет адекватным, перестав извращаться и деформироваться отягощенностью прошлым опытом. При этом будет задействован полный ресурс функционирования мозга как единого целого.

Именно внутренняя деформированность бессознательного биографического опыта, ведущая к функциональной дезинтеграции различных областей и участков нейронных сетей, не позволяет мозгу функционировать в качестве единого целого,

ВЛИЯНИЕ ЦВЕТА

Возбуждающее действие Успокаивающее действие

ПУРПУРНО-КРАСНЫЙ	ЗЕЛЕНый
<p>Спинной мозг, продолговатый мозг. Более тесная связь между спинным мозгом, продолговатым мозгом, базовой и шейной частями, в результате чего усиливается прием космической энергии и достигается единство энергетического тела и космического сознания.</p>	<p>Спинной мозг, продолговатый мозг. Успокоение всех двигательных процессов в теле, объединение психики, физических функций и биосферы.</p>
<p style="text-align: center;">ПУРПУРНО-ФИОЛЕТОВый</p> <p>Продолговатый мозг, средний мозг. Гармонизация функций энергетического тела.</p>	<p style="text-align: center;">ЖЕЛТОВАТО-ЗЕЛЕНый</p> <p>Продолговатый мозг, средний мозг. Гармонизация функций материального тела.</p>
<p style="text-align: center;">ОРАНЖЕВый</p> <p>1. Гипоталамус. Усиленный половой инстинкт. 2. Вся лимбическая система. Активизация, эволюция.</p>	<p style="text-align: center;">ВАСИЛЬКОВО-СИНИЙ</p> <p>1. Гипоталамус. Приглушенный половой инстинкт. 2. Вся лимбическая система. Смягчение, обратное развитие.</p>
<p style="text-align: center;">ОРАНЖЕВО-КРАСНый</p> <p>1. Гипоталамус. Возбуждение двигательных функций человеческого тела. 2. Таламус. Усиление эмоциональных ощущений. 3. Амигдала. Тенденция к агрессивности.</p>	<p style="text-align: center;">ЗЕЛЕНОВАТО-ГОЛУБОЙ</p> <p>1. Гипоталамус. Приглушение двигательных функций человеческого тела. 2. Таламус. Выравнивание чрезмерно высоких эмоциональных колебаний. 3. Амигдала. Снижение агрессивности.</p>
<p style="text-align: center;">КРАСНый</p> <p>Вся лимбическая система, особенно гипоталамус. Возбуждение жизненных функций.</p>	<p style="text-align: center;">СИНЕ-ЗЕЛЕНый</p> <p>Вся лимбическая система, особенно гипофиз. Приглушение жизненных функций.</p>
<p style="text-align: center;">ЗЕЛЕНОВАТО-ЖЕЛТый</p> <p>1. Неокортекс в целом. Восстановление. 2. Теменная доля. Повышенная способность к восприятию внешнего мира.</p>	<p style="text-align: center;">ФИОЛЕТОВый</p> <p>1. Неокортекс в целом. Приглушение. 2. Теменная доля. Приниженная способность к восприятию внешнего мира. Повышенная медитативная восприимчивость.</p>
<p style="text-align: center;">ЖЕЛТый</p> <p>Лобная доля. Гибкое мышление, усиленная связь с окружающим миром.</p>	<p style="text-align: center;">СИНЕВАТО-ФИОЛЕТОВый</p> <p>Лобная доля. Более эмоциональное мышление, связь с окружающим миром ослаблена, усиленный контакт между сознанием и подсознанием.</p>
<p style="text-align: center;">ЖЕЛТО-ОРАНЖЕВый</p> <p>Лобная доля. Повышенное честолюбие, стремление к участию.</p>	<p style="text-align: center;">УЛЬТРАМАРИНОВый</p> <p>Лобная доля. Дифференцирование мышления, чувств и суждений. Более рациональное управление всеми проявлениями жизни.</p>

т.е. проявлять свой подлинный потенциал, который на деле всегда оказывается восхитительно большим и композиционно прекрасным.

Люди, характеризующиеся близкими рядами **предпочитаемых** и отвергаемых ими цветов, скорее поймут друг друга и будут относиться к одному **хромотипу**, являющемуся конституциональной, врожденной характеристикой человека. Близкие по структуре **предпочтений** люди близки и по спектру привычно испытываемых ими состояний и настроений.

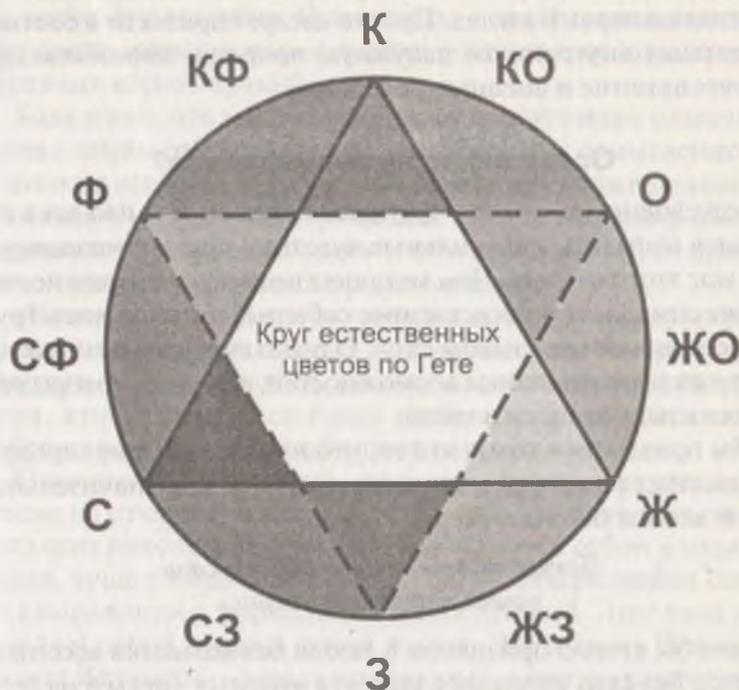
Так как цвета в пределах цветового круга существуют в качестве полюсов отдельных контрастных пар (желтый-синий, красный-зеленый), то индивидуумы с определенным образом соотносящимися **предпочтениями** могут друг друга существенно дополнять, к примеру, если они предпочитают различные полюса одних и тех же цветовых пар. Возможно, в этом кроется одна из психобиологических причин устойчивых счастливых браков, участники которых, согласно нашим исследованиям, находятся по отношению друг к другу в строго дополнительных, комплементарных отношениях.

Единая сенсорно-смысловая картина человеческого мира становится стройной и понятной именно при учете принципиального единства реакций самых различных людей на самые разные сенсорные раздражители. Все мы символическим представляем детей единого человеческого племени, идущего от Адама и Евы, и в этом смысле реагируем на все примерно одинаково.

Различия же наших реальных судеб и конкретных свободных выборов приводят к наблюдаемым индивидуальным расхождениям. Сама по себе структурная упорядоченность смысловой символики различных ощущений оставляет надежду на принципиальную возможность уяснения закономерностей развития внутреннего мира и устанавливаемых в процессе его отношений между людьми.

Сенсорный язык един для всего человечества, что позволяет рассматривать нашу общую историю как своего рода единую живую картину, переливчатыми мазками в которой является каждый из нас. Люди, цвета и вкусы принципиально едины. Различаются лишь функциональные потребностные реак-

КРУГ ЕСТЕСТВЕННЫХ ЦВЕТОВ ПО ГЕТЕ



К красный	КО красно-оранжевый
Ж желтый	ЖО желто-оранжевый
С синий	ЖЗ желто-зеленый
О оранжевый	СЗ сине-зеленый
З зеленый	СФ сине-фиолетовый

С, К, Ж – основные цвета.

Ф, О, З – смешанные цвета первого порядка.

КО, СФ, КФ и т.д. – смешанные цвета второго порядка.

1. Контрастные гармоничные сочетания дают цвета, находящиеся друг напротив друга (Ф, Ж).
2. Допустимые гармоничные сочетания составляют цвета, расположенные по углам треугольников (С, Ж).
3. Гармоничные сочетания из двух, трех, четырех цветов – в круге под углом 90° (СФ–З, ЖО–З–К).

ции текущих состояний, отражающие специфику уникального индивидуального развития каждого.

В своем сущностном биохроматическом единстве мир людей гораздо более гармоничен и упорядочен, чем то может показаться на первый взгляд. Просто следует привести в соответствие нашу внутреннюю радужную природу, эмоциональное самовосприятие и внешнее поведение

Осмысленно ли невыразимое?

Безусловно «да», и это ощущает каждый, кто изо всех сил пытался выразить свои сильные чувства к другому человеку — и не мог этого сделать. Чем могущественнее переживание, чем глубже символ, чем таинственнее событие, тем сложнее и труднее поведать о них языком слов. Однако существует множество других выразительных возможностей, одной из которых являются языки музыки и цвета.

Мы привыкли к тому, что то, что нами не сформулировано в словесных рядах фраз, не регистрируется как значительное, хотя и вполне осознается.

*Невыразимое — тончайшая ткань
нашей подлинной жизни.*

Чего бы стоило признание в любви без волнения весеннего ветерка, без едва уловимого шелеста молодых листьев на деревьях, без волнующегося дыхания любимое и без аромата ее роскошных волос!

Все события и впечатления нашей жизни фиксируются в памяти и переживаются в мгновения настоящего вовсе не в виде слов, но именно как комплексы непосредственных чувственных восприятий, о действительности и полноте которых мы почему-то забываем, отводя ведущую роль и в общении, и в воспоминаниях именно словам.

Невыразимое, внесловесное — плоть нашей жизни, которая есть поток живых ощущений. Осмыслить — не означает обязательно назвать. Осмыслить — значит включить в целостный контекст собственного опыта как важное, значимое, актуальное, т.е. признаваемое за свое, понимаемое как драгоценное, воспринимаемое как эмоционально значительное.

Осмысление — не обязательно ословечивание, но непременно включение в целостную структуру опыта, присоединение к уже усвоенным фрагментам опыта, ценностям и личностным смыслам, объединение с тем, без чего жизнь наша была бы неполна и ущербна. Осмыслить — значит, воспринять как воспрять, опредметить в фактах собственных внесловесных образных воспоминаний.

Беда в том, что мало кто обладает достаточным опытом диалога с самим собой на уровне неназываемых осмысленностей. Контакт с невыразимым всегда оказывается неожиданным, непростым и необычным. Он всегда требует особенно высокой сосредоточенности внимания и отчетливо ясного сознания живой чувственной ткани происходящего.

«Ключ» предоставляет возможность учиться оперировать с невыразимым: записывать его и при желании воспроизводить для того, чтобы пережить заново, дорабатывать и делиться с теми, кто интересуется более глубоким пониманием наших собственных интимно глубинных переживаний.

Открытость понимания, щедрость чувств, решительно согласие на отчаянную искренность — все это приходит, точнее, нисходит вместе с опытом взаимодействия с собой и миром на языке, существовавшем испокон веков поверх любых словесных выражений и формальных высказываний. Этот язык представляет собой поэзию самой жизни. Это музыка Разума, это аромат Вечности — всегда прекрасный и всегда неуловимый.

Чудесно, что «Ключ» предоставляет такую возможность любому желающему открыть для мир, живущий вне слов, без слов и независимо от слов. «Ключ» позволяет нам общаться на первозданном языке самого Мироздания!

Человек как мера всех вещей

Известное всем крылатое выражение «Человек есть мера всех вещей» приписывается древнеэллинскому философу Протагору. Известно множество ее толкований, от абстрактно-философских до вполне конкретных биогеометрических. Очень важным является психологическое понимание этого девиза, позволяющее выстроить гармоничные взаимоотношения с самим собой и с внешним окружением, которые составляют основу эффективных жизненных стратегий.

Каждый из людей субъективно находится в центре своего собственного жизненного мира. В силу присущих ему особенностей воспитания, деталей личной биографии и даже специфики рода занятий, каждый понимает свой собственный мир по-своему, придавая всему происходящему и наблюдаемому собственные толкования, индивидуальные значения и уникальные личностные смыслы.

Физикам известен так называемый антропный принцип, согласно которому величина известных физических констант в силу неведомых доселе обстоятельств оказалась таковой, чтобы в принципе стало возможным появление человека в ходе эволюции живой материи. Высшего смысла антропного принципа без обращения к рассмотрению религиозных доктрин не отыскать. Но точно известно, что достаточно незначительных изменений в размере хотя бы одной из известных физических постоянных для того, чтобы существование не только человека, но и живой природы Земли оказалось бы невозможным. Получается, что *весь (!)* окружающий мир создан ради появления и развития самих людей.

Долгое время в силу известных исторических ограничений и социальных пертурбаций человек в сообществе старался жить в соответствии с признаваемыми всеми абстрактными нравственными и нормативными принципами. Отклонение от следования этим нормам рассматривалось как открытый вызов обществу, а потому каралось ostracismом, чтобы другим было неповадно.

Наступившая информационная эпоха, предъявившая особые требования к раскрытию творческих потенциалов каждого из людей, продиктовала новую максимум нормативного поведения: центральным ориентиром в выборе стратегии поведения и критериев оценки происходящего должно являться целостное психоэмоциональное и физическое благополучие конкретного лица, так сказать, «чтобы тебе было хорошо».

Оказалось, что жизнь вовсе не нуждается в репрессивном руководстве и в силах сама собой налаживаться, гармонизировать и развиваться в соответствии с принципом спонтанной самоорганизации. Выяснилось, что каждый человек весьма чувствителен и достаточно разумен для того, чтобы являться центром собственной жизни и не слушаться директивных указаний

сверху да со стороны. Люди убедились, что каждый из них в принципе вполне вменяем для того, чтобы жить собственным умом.

Открытие фундаментального для практической психологии принципа гармоничной естественности **предпочтения** позволило создать **арттехнология** «Ключ», с помощью которой люди станут еще более самоактивными и творчески автономными в созидании своего существования.

Французский архитектор Корбюзье предложил свой знаменитый модуль, основанный на геометрических пропорциях человеческого тела, в качестве единицы структурного построения любых архитектурных творений. Русский архитектор И.П.Шмелев в разработанной им концепции дуплекс-сферы создал новую биотропную модель построения искусственной среды обитания, в одной которой только и может человек чувствовать себя комфортно. Оказалось, что окружающая человека техногенная среда для того, чтобы соответствовать жизненным требованиям организма и психики, должна быть организована по **антропотропным** математическим законам, лишь одним из которых является Принцип Золотого Сечения.

Человек должен быть достоин собственной центральности.

Вновь и вновь сам человек оказывается мерой всех вещей. Снова и снова интересы самого человека выступают в качестве целевого ориентира развития не только самой цивилизации, но и всей Вселенной. При постоянном памятовании об этом возникает некое удивительное чувство назначенности осознанного развития как истинного удела человеческих существ.

С точки зрения адаптационной биологии, и культура как накопление художественных интуиций, и техносфера как собрание изобретений, и наука как совокупность знаний оказываются не более, чем удивительным образом усовершенствованными способами выживания и развития человеческого рода. Шедевры красоты и высокие философские системы, в конечном счете, имеют свой глубинный адаптационный смысл. Получается как в оптимистическом кинофильме — «Нам песня строить и жить помогает».

Возможно, именно информационная эпоха открывает истинное предназначение человека — быть созидателем красоты,

быть хранителем жизни, быть существом радующимся и наслаждающимся. Похоже, наступает время признания целесообразности и оправданности самой естественной из позиций, которую только может занять сознательный человек — позиции аутоцентризма.

Слушать себя, понимать голос собственной интуиции, ориентироваться на свое глубинное отношение к собственным делам и выстраивать собственный жизненный мир, именно так, как то нравится тебе самому. Потому что, в конечном счете, никто внешний, никто посторонний не знает человека и его дела лучше его самого. Так человек становится воистину творцом. Так человечество преобразуется в сообщество радующихся искусников.

. Жизнь как высочайшее из искусств

Искусство вовсе не оторвано от жизни, как иногда считают поверхностным мыслящие люди. Искусство преобразует всю жизнь, одухотворяя и насыщая все минуты и дни ароматом гармоний вечности. Существует таинственное соответствие между искусством и повседневностью: в идеале для того, чтобы быть подлинно гармоничной, жизнь сама по себе должна быть предметом художествования.

Ты сам, твои отношения, твои действия и твои стратегии сами по себе должны явиться материалом художественного преобразования. Не красками или звуками — поступками и настроениями раскрашивается наша жизнь, становясь шедевром. Кто-то создает прекрасные полотна, но в то же время не в силах уладить отношения с собственными детьми. Кому-то не удастся заняться кистями да виолончелью, зато жизнь его гармонична, страстна и согласована.

*Так какое искусство возвышеннее —
внешнее или то, предметом которого
человек становится сам?*

Жизнь, как и искусство, — это каждодневное творчество, постоянное преобразование, целенаправленное изменение, непрерывное созидание, многомерная трансформация, вечный эксперимент и непрекращающийся поиск.

*В жизни, как и в искусстве, успех зависит от
мастерства пожеланий и
образа целей, предпочитаемых всем остальным.*

«Ключ» предоставляет каждому желающему краски и кисти, с помощью которых можно реально овладеть искусством развития собственной жизни. Сначала нарисуем эскиз, детализируем интересующий нас образ, а затем проработаем его, испытая различные цвета, проработаем детали, воплотим основательно и глубоко — такова стратегия художественного редактирования собственного существования.

Жизни разных людей различаются точно так же, как различаются тексты писателей и полотна художников. Разумеется, не существует формальных критериев для сравнения и оценки шедевров жизней. Но все же одни из них становятся образцами для вдохновенного подражания, а другие почти сразу забываются после ухода их создателя.

*Человек непрерывно творит и авторствует
в своем собственном существовании.*

Он создает свое бытие, он творит свое сознание, он созидает то, что является только его собственным — свою неповторимую жизнь.

Бытие и сознание, сам человек и его жизнь, индивидуум и поддерживаемые им связи и отношения являются различными сторонами интегральных процессов целостного существования. Подлинники художники знают, что нет ценнее живописного полотна, чем собственная душа, по которой пишут поступками да помыслами. Сложнее и интереснее жизнетворчества искусств не бывает. Как и во всяком профессиональном занятии, искусство превращается в механическое ремесленничество, если человек позволяет себе быть невнимательным, необязательным и безответственным.

Многое в нашей жизни изменилось бы к лучшему и стало бы воистину прекрасным, если мы люди, как художники собственных судеб, в полной мере осознали свою собственную **самопричинность**, свое непрекращающееся авторство всего того, что с ними происходит. Искусство как жизнь и жизнь как искусство — это про каждого из нас, а не только про гениев или пресловутых V.I.P.

Самопричинность как фундаментальное следствие дарованной Творцом свободы воли принадлежит каждому. Поэтому каждому она в равной мере и доступна. Однако неверие в себя, отсутствие опытности в каком бы то ни было мастерстве и нежелание принимать на себя ответственность за личное существование делает наши жизни пустыми, бессмысленными и несчастливо неинтересными. Они же могут стать благодаря нашим собственным творческим усилиям радужно прекрасными, глубоко осмысленными и мастерски созданными.

Связь внешней и внутренней гармоний

Сальвадор Дали указал на роль спасительной функции созерцания звездных полотен беспредельного Космоса, освобождающего от страха перед самораспадом, порожденным сложнейшими внутренними конфликтами. Человек, оказавшийся в плену собственных умозрений и иллюзий, должен обратиться к гармонии живого окружения, чтобы вновь обрести необходимое душевное равновесие.

Андрей Тарковский показал, как внешние хаотические натиски могут быть усмирены художнически и молитвенно поддерживающимся космосом внутренним, прочнее и могущественнее какового не бывает ничего на свете.

Иероним Босх продемонстрировал, насколько разрушительными могут оказаться упрямые настаивания на собственных тревогах и продолжительный опыт болезнетворного безобразия.

Единая гармония присутствует в самых различных вселенных, как внешних, так и личностных, при этом оставаясь математически тождественной самой себе. Именно благодаря сохранению ее центральных формул и генеральных пропорций, гармония помогает разным мирам находить пути друг к другу и отыскивать общие выражения, обозначающие в разных сферах одни и те же смыслы, равно важные для всех участников гармоничного собеседования.

*Внутреннее спокойствие рождает
гармонию внешнего выражения.*

Дисциплина проявлений утихомиривает буйство чувств.

Человек как самосознающее целое неизменно оказывается на границе двух миров — собственного, личного и внешнего, общего для всех. Обоим этим мирам индивидуум одновременно и принадлежит, и не принадлежит, точнее, он существует в некоем парадоксально синтетическом квазипространстве, окончательно и целиком ни одному из миров все же не отдавая предпочтения.

Вот и получается, что человек величественнее всех мыслимых вселенных, ибо обладает Творцом дарованной **самопричинностью**, помимо человека и Создателя более нигде не существующей.

Человек есть самосознающая граница многих вселенных.

Человек есть медиатор, редактор и интерпретатор всего существующего и происходящего. Человек есть алхимик всего возможного и управляющий ресурсами Мироздания. Он опирается в своей творческой деятельности на могущество внутренней гармонии, которая неизменно проявляет способность к самоорганизации и склонность к самоусилению за счет магнитного притяжения подобных ей гармоний соседствующих миров — человеческих и внешних.

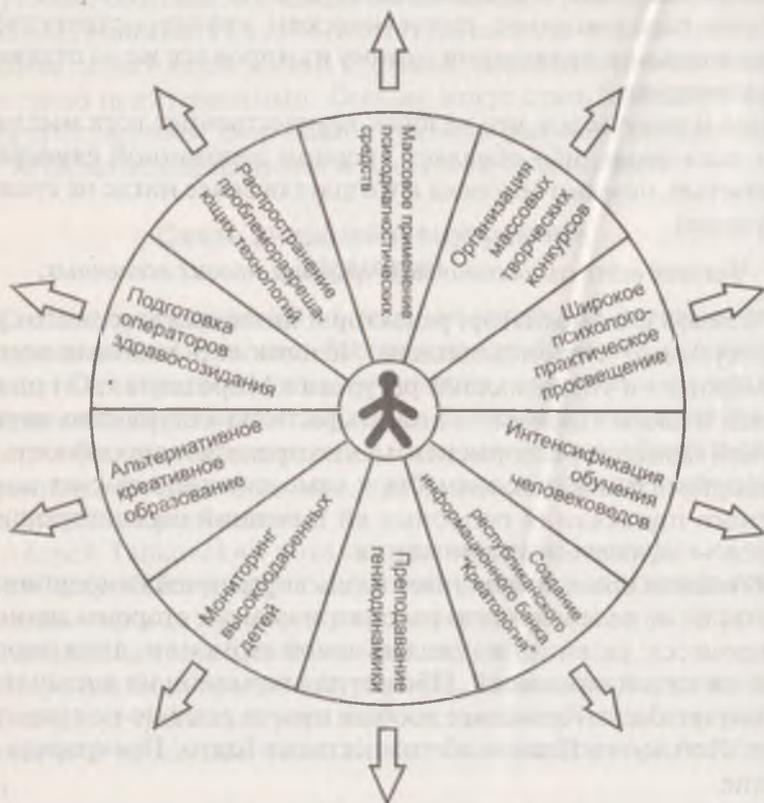
Внешняя красота усиливает мощь внутренней самоорганизации, но на деле мы всегда рассматриваем две стороны единого процесса: развития к идеалам самой гармонии, движимого этой же самой гармонией. Ибо нет для гармонии ни внешнего, ни внутреннего. Кроме нее вообще ничего реально не существует. Потому-то Платон и отождествлял Благо, Прекрасное и Бытие.

Существование, Красота и Идеал нерасторжимы.

Красота как потенциал жизнеспособности

Все существовавшие на планете цивилизации системно и продуманно определяли свое пристальное внимание к красоте развитием многосложных эстетических концепций. В этих доктринах почитания Прекрасного не только запечатлевалось беспредельно благоговейное отношение к Гармонии, но и предписывалось практическое использование Красоты как помощницы самой жизни.

ОБЛАСТИ РАСКРЫТИЯ ПОТЕНЦИАЛА ЧЕЛОВЕКА



Никогда интерес к красоте не был отвлеченностью.

*Никогда красота не игнорировалась людьми,
мыслящими о благе и озабоченными
развитием и украшением жизни.*

Сокровища красоты, собрания прекрасных предметов и чудесных изображений сами по себе являются своего рода целебными панацеями, лекарствами для созерцающих их людей, спасительными средствами для тех, кто утратил равнове-

ИСТОЧНИКИ ГЕНИОДИНАМИКИ

Фиолетовый	Трансперсональная психология, опыт йоги, логика развития мистических переживаний, психология медитации, практика гипноза.
Синий	Психотерапия, психопрограммирование, аутотренинг, нейрохимия, психоанализ, аналитическая психология, учение о депривации.
Голубой	Суггестология (НЛП), управляемый инсайтинг, управление сновидением, внетелесный опыт, психоделический опыт, психосинергетика.
Зеленый	Психонейроиммунология, психология здоровья, психотехника саморазвития, психопластика (аутодизайн), психодиететика, гештальттерапия.
Желтый	Креативная психология, аутокоммуникатика, проблеморазрешающие технологии (ТРИЗ), психология фантазии, психокибернетика, психодиагностика, возрастная и дифференциальная психологии.
Оранжевый	Психология влияния, медицинская психосоматика, психогенетика, эргономика, эндокринология, нейрофизиология, психодидактика, биоэнергетика.
Красный	Психофизиология экстремальных состояний, антропомаксимология, адаптология, учение о стрессе, практика аутомобилизации.

сие саморегуляции и жаждет возвратиться к полноте здоровья. Уважение к красоте как потенциалу жизнеспособности всегда было столь значительным, что даже собственную мощь правители государств определяли не только количеством войск или золота, но и сокровищницами накоплений шедевров красоты, которые, по разумению древних мыслителей, и представляли собой квинтэссенцию подлинного могущества.

Классическим примером почтения к красоте и понимания ее определяющей роли в организации всей жизни является одно из законных установлений правителей Древнего Китая. Если наблюдатели сообщали, что звучащая в какой-либо местности музыка становилась дисгармоничной и некрасивой, главный чиновник этой провинции наказывался самым серьезным образом.

Само по себе разрушение гармоничного музыкального строя и пропагандируемые безобразие и хаотичность рассматривались не только как признак общей дезорганизации жизни народа, но и причислялось к серьезнейшим преступлениям. Некрасивое и диспропорциональное само по себе служило источником разрастания самых разнообразных нарушений и разрушений потому его насаждение называлось «матерью всех преступлений».

Испокон веков повторялось: «Создатели красоты — наставники народа». Во все времена красота сопровождалась многими удивительными образами, свидетельствующими о понимании древними причинного влияния красоты на работу сил самоорганизации, ответственных за поддержание порядка повсюду и во всем.

*Магнит Красоты. Светоч Прекрасного.
Пламя Гармонии.*

Красота пронизывает величественные философские системы и фундаментальные научные доктрины. Красота присутствует и в управлении, и в воспитании, и в медицине. Красота составляет едва ли не единственный язык выражения высших религиозных истин.

Конечно, существуют лишенные духовного содержания красоты, именуемые «духовной прелестью». Однако нет и не может быть возвышенных духовных исканий без красоты. Ико-

ны, храмы, гимны, благовония, украшения, молитвы и поэмы. Главное же сокровище государств во все века составляли красивые люди, генетические потенциалы которых оставались глубоко гармонизированными и потому порождающими доброе семя для рождения будущих поколений.

Красота человеческая не может сводиться к одной только лишь телесной красоте. Человек есть нераздельное единство физического, чувственного и мыслительного. Поэтому уродство и проявляется как дисгармоничная деформация одной из этих сфер проявления человеческой природы и результат их диспропорционального рассогласования между собой. Уродство является просто ограниченностью, неполноценностью и стесненностью, тогда как красота синонимична свободе, радости и творчеству.

Отсутствие достаточного опыта общения с истинной красотой привело многих людей к утрате интуиции красоты. Поэтому иногда так называемые красавцы и красавицы остаются больными душами, уверенно причисляя себя к прекрасным творениям, в то время как сомневающиеся в собственных достоинствах люди часто оказываются удивительно красивыми.

Живая музыка души

Все мы звучим помимо собственной воли — каждый на свой манер и в своей тональности. Даже те, кто считают себя лишены музыкального слуха, звучат наряду с окружающими, внося свою музыкальную лепту в общую симфонию жизни.

Это не фигура речи, не метафора, не поэтический образ. Каждый человек звучит реально физически, в силу функционирования самого своего организма. Просто музыка эта чаще всего не очень-то гармонична и не всегда согласована, а потому и не слишком охотно различается нами. Если же учесть, что мы в принципе отрицаем реальность этой личной музыкальной партии, исполняемой каждым из нас, и не стремимся развивать собственную чувствительность, то понятно, почему мы остаемся столь непроходимо глухи к своим собственным звучаниям и многозначительным оркестровкам окружающих.

Наше звучание — это мы сами.

Что нам дорого, то и запечатлевается в биокристаллических молекулах памяти наших нейронов. Что нас волнует, то нами и воспроизводится в излучениях звучащего в пространстве организма. Консонансы и диссонансы порождаются сами собой послушно следуя за гармониями и дисгармониями наших мыслей и чувствований.

Мы не только излучаем музыку, но и воспринимаем ее всеми клетками собственного тела. Так что все мы одновременно оказываемся и композиторами, и аранжировщиками, и исполнителями, и слушателями. Все мы каждодневно и непрерывно участвуем в таинственной мистерии непрекращающегося звучания развивающейся жизни.

*Приучитесь питаться всем гармоничным,
светлым, возвышенным и приятным,
т.е. естественно предпочитаемым.*

Вибрационно реальны и печальное переживание, и гневный окрик, и мысль испуга, и смелое дерзание. Возвращая себе собой же порожденное, растворяясь в звучаниях предпочитаемых музыкальных произведений, мы усиливаем в себе то, что считаем истинным и заслуженным, и ослабляем те аккорды и созвучия, которые не воспринимаются нами как имеющие право быть. Так мы с годами научаемся исполнять лишь самые утонченные, самые светлые, самые радующие мелодии, освобождаясь от механического воспроизведения тресков, шипений, грохотаний да скрипов.

«Ключ» предоставляет каждому из нас выбирать для себя собственную целительную «диету звучаний» и при желании или по необходимости обращаться к привычным гармониям за питанием, оздоровлением, вдохновением, вразумлением и поддержкой.

Картина как образ действительности

В некоем метафорическом смысле практическая психология нередко оказывается прикладным искусством. Дело в том, что все мы являемся художниками — даже тогда, когда об этом не догадываемся или пытаемся яростно отрицать этот факт.

Всякий смотрит на мир как бы изнутри собственного тела. Субъективная позиция восприятия такова, что мы рассматриваем и воспринимаем мир изнутри себя, как бы находясь заключенными в скафандр собственного тела. Каждый подсматривает за внешним миром из своего собственного заколдованного царства, в которое он и впустить-то никого не в состоянии.

*Жизнемир человека — это только его и больше
ничей мир, в который нет входа никому
и не может быть входа никогда.*

Всякому профессиональному художнику известно, что любая реальная живописная, кинематографическая или сценическая картина является компромиссом между настроением и наблюдением. В самой картине смешиваются, вступают в тесное взаимодействие все известное художнику о картине и со всем тем, что переживает вообще в себе и по поводу конкретного наблюдения сам художник.

Шедевр есть сплав личностного и природного.

В какой-то степени картина есть образ действительности, в какой-то — образ внутреннего состояния самого мастера. Ни одна из этих частей не отторгаема от другой, если только речь не идет о высоко абстрактной живописи или музыке, в которых настроение мастера действительно выражено практически в чистом виде — так, что за ним с трудом просматривается внешняя ситуация, вызвавшая к жизни конкретное настроение.

Практическая психология, ориентированная на оказание человеку помощи в личностном развитии, изучает индивидуальные личностные миры и особенности их взаимодействия. Но видение себя самого, как и видение других и мира в целом, не может не являться видением художественным!

Глаз художника, руководимый его сознанием и мозгом, никак не похож на механический фотоаппарат. Он не может не дополнять наблюдаемое. Он не может не изобретать некую новую — свою, особенную, неповторимую! — версию реальности, лишь отчасти напоминающую исходную объективную картину, породившую ее.

В картинах алхимически сплавляются субъективное и объективное, подобно тому, как мужчина и женщина становятся

неразделимыми не столько в процессе соития (процесс творчества), сколько в рождаемом младенце (плод творчества).

Художник, каковым является каждый из нас вне зависимости от нашего на то согласия, никогда не повторяет мир таким, каков он есть, точнее, был до его заинтересованного взгляда. Он всегда дописывает, дорисовывает, пересотворяет его заново. Чем сюжетнее и конкретнее изображаемое, тем ближе оно к окружающей действительности. Чем абстрактнее, беспредметнее образ, тем он интроспективнее и психоцентричнее. Но в любом случае действительность внутренняя и реальность внешняя сливаются в результате творчества, и в этом сокрыт секрет несводимости образа ни к психологии, ни к физике.

Любое искусство содержит элемент самопознания, так как лишь хорошо распознавая особенности своего внутреннего состояния, можно адекватно его изображать. Когда понято то, что видится, когда рассмотрено то, как видится, когда осознано то, почему именно это и именно так видится, наступает момент «готовности подсобить миру в развитии». Когда понято естественное направление процесса саморазвития системы человек-и-мир, остается лишь помочь процессу развиваться в естественном для него направлении. «Ключ» и является алхимическим катализатором этого волшебного процесса.

Взаимодействие картины и реальности

В анекдоте о Пабло Пикассо разыгрывается идея об условности и относительности всякого изображения. Один критик показал ему фотографию своей жены и намекнул, что именно такому изображению следует подражать для того, чтобы картины были ближе к правде жизни. На это великий Пикассо остроумно отреагировал: «Не думаю, что Ваша супруга такая же плоская и малюсенькая, как эта фотография!»

Соответствие между картиной и реальностью, отраженной на ней, обнаруживается лишь в самом человеке, воспринимающем произведение искусства. Причем обнаруживается лишь в меру его собственной душевной близости изображенному и соответственно степени его психологической чувствительности. Ведь в картине мы встречаемся не с отпечатком внешнего мира, а со слепком живого настроения художника. Художник

передает интересующимся его видением мира собственное состояние, свое настроение, вызванное тем, что явилось предметом изображения на полотне.

Художник пишет то, что его взволновало, а не просто произошло на самом деле. Для того, чтобы стать предметом художественного шедевра, ситуация, персона или события должны не просто состояться вовне, но стать предметом взволнованного исследования, привлечь чувственное внимание живописца, исколыхнуть его чуткую душу чем-то из ряда вон выходящим, нерядовым, удивляющим и поразительным.

Содержанием предметов истинного искусства всегда оказывается не реалии мира внешнего, но события той таинственной области, которая располагается между личностными и реальными мирами и именуется «пространством воображения».

Искусство отображает мир внутренний, находящийся в живой связи с миром внешним. Да-да, именно так: внешнее в искусстве постигается, переживается и оформляется лишь посредством вызванных им внутренних чувствований и переживаний.

Рене Магритта и Сальвадора Дали можно смело назвать разведчиками мира снов. Василия Кандинского и Каземира Малевича без опасения можно чествовать как бунтарей против внешнего, которым удалось изобразить внутренний мир переживаний без отягощения его внешними предметами.

Прямое изображение внутреннего несколько непривычно для тех, кто формально ориентирован лишь на механические взаимоотношения с сюжетами и предметами и рассматривает мир как собрание банальностей, как лавку вещей, как кунсткамеру предметов.

*Целостный Художественный Универсум,
сплавленный из внешнего мира и пространства воображения, —
это полотно переживаний, океан чувств и джунгли смыслов.*

Внутренний мир художника как раз оказывается более реальным, чем любые события или люди, вызвавшие те или иные переживания. Во всяком случае, сами ситуации растворились в бездне времени, а отпечатки внутренних душевных коллизий, спровоцированных ими, запечатлены на холстах и в красках.

Картина подлинного мастера — это картина-для-нас, изображение-ценного-нашего, сообщение-только-для-тебя.

Опыт работы с «Ключом» позволяет любому желающему создавать, пестовать и посылать сокровенные несловесные сообщения не только другим людям, и, что самое главное, себе самому. «Ключ» предоставляет возможность реально наблюдать за происходящим внутри нас самих на поверхности внешнего зеркала монитора. «Ключ» позволяет вести внесловесный дневник переживаний нашей жизни. «Ключ» позволяет нам вести невербальный диалог с самими собой.

*Разве это не удивительно —
благодаря особому техническому средству
стать самому себе другом по переписке?*

Любые изображения искусственны

На любое авторство распространяется презумпция творчества -созданности, сотворенности, сделанности кем-то из чего-то для чего-то. Искусство по сути своей есть авторство. Всякое подлинное авторство неизменно художественно: неавторского искусства попросту не существует. Сколь бы ни был рационально конструктивен и целесообразно организуем дизайн, все же он остается искусством, авторством, искусством.

Любое художественное выражение всегда интимно личностно, если оно проникнуто личным отношением автора к создаваемому им. Поэтому в вос-произведении, т.е. в досотворении, в со-созидании шедевра всякий автор раскрывается всегда чуть больше, чем то ему хотелось бы сделать в сегодняшнем небезопасном и не вполне доброжелательном мире. Любой зритель так же ответственен за собственные восприятия, ибо таинственным образом он творчески соучаствует в продолжении жизни произведения, внося в ее поток свою собственную незримую, но вполне реальную мистическую лепту.

Человек является тотально творческим существом.

Любые изображения — как внешние, предметные, так и идеаторные, внутренние, представляемые, — всегда несут на себе отпечаток авторского отношения к изображаемому. Но отпеча-

ток этот аналогичен не фотокопии, а скорее переливанию частиц живой крови авторской души в плоть создаваемого шедевра. Потому-то так интересно общаться с произведениями искусства — мистическое проникновение в произведение одновременно означает мистическое единение с настроениями его автора и созерцание воспринимающим зрителем танцев своей собственной души.

Как в мире квантовой механики никуда не деться от достоверности принципа неопределенности, так и в мире человеческого никуда не деться от неукоснительного исполнения принципа авторства, принципа художества, принципа личности всего и вся.

*Человек — это существо самопричинное,
личностное и творящее.*

Безличностным и нетворящим может быть только нечеловек. Это уже что-то среднее между компьютерной программой и горным массивом. Главное отличие человека от нечеловеческого заключено в том, что все во Вселенной развивается, но только человек обладает способностью развивать, т.е. управлять процессами развития. В этом он испокон веков уподоблен Творцу, и невыполнение этого предназначения является главной бедой и величайшим несчастьем, которой только может повстречать на земном пути человек.

Никто не в силах принудить человека отказаться от **самотворчества** — он лишь сам может отказать себе в этом праве; но даже вслед за этим вовсе не перестает созидать и творить свою жизнь! Просто после отказа от дара первородства как сотворца он начинает творить ее преступно халатно и безобразно безответственно.

Наука и искусство не зря противопоставлены друг другу методологами творчества. В науке ценится именно объективное, т.е. несколько от реального субъекта не зависящее. В искусстве ценнейшим является именно авторское, личностное, особенное. Поэтому и знание, и поступки, и мнения могут быть либо «объективными», либо «авторскими». Как ни странно, в древности науки и искусства никак не различались, культура была целостна, как и ее творцы. На рубеже тысячелетий в объективно-мистической интеграции пониманий вновь возникла

насушная необходимость, иногда сухо формулируемая как потребность в «обобщающем междисциплинарном синтезе точного, естественнонаучного и гуманитарного знания».

Повсеместное распространение «Ключа» явится одним из примеров возможности воссоединения наук и искусств, высшим синтезом какового и явится аутодизайн будущего. Именно в аутодизайне как в осознанном управлении развитием сокрыт замечательный потенциал единения объективности и авторства, художественности и законности, красоты и пользы.

Ценности особым загадочным образом соотносятся с людьми, точнее, с конкретными индивидуумами. Абстрактные ценности нежизненны, формальны, бессодержательны. Все действительно ценное неизменно оказывается селфным, авторским, субъектным, **арт-альным**. Ни о какой «объективной» ценности речи быть не может, так как все воспринимаемое (видения ландшафтов, киноленты, тексты книг или собственные мечтания) принципиально виртуально, художественно и **возможно**.

Никакой войны между «объективным» и **арт-альным** не будет, если признать примат аутоцентризма и вернуть человеку его заслуженно центральное положение в его собственном мире. Именно таков синтез практической психологии. Именно таков синтез «Ключа». Именно таков синтез аутодизайна.

Картина как встреча мастера и мира

Исходные оппозиции как полюса целостного противоречия обязаны воссоединиться, ибо их противостояние основано на глубинном единстве. Эта сила является фундаментальной для развивающегося бытия. Даже поражающая воображение мощь сексуального влечения оказывается лишь слабым отражением всемогущества этого влечения противоположностей друг к другу.

Мир всегда понимаем относительно, недостаточно полно и деформировано, а потому неизменно связан с превалирующими в сознании воспринимающего его человека-художника иллюзиями и ожиданиями. Однако сам процесс изображения наблюдаемого ведет к очищению от иллюзий и освобождению от неестественной предвзятости.

Художественное изображение является вовсе не иллюзионом, но именно обнажением как сути изображаемого, так и подлинного состояния самого автора.

Любое художество как выражение чувствуемого является единственно серьезным общением человека с окружением. Мало увидеть, мало почувствовать и даже понять. Необходимо ответить на воспринятое собственным состоянием и суметь выразить то, что считает наиболее важным в усвоенном.

Возможность изображения всегда является и провокацией самопознания, и путем к примирению с самим собой и с миром. Виртуальность переживаний и созерцания выражается в полной непредсказуемости результата изображения.

Процесс созидания сам по себе развивается во время изображения, а потому логику его спонтанного раскрытия никогда нельзя заранее механически задать. Но отсутствие уверенности в точно предугаданном результате еще не означает пассивности творящего или возможности отказа от ответственности за создаваемое им.

В глубочайшем мистическом смысле любое авторское изображение навсегда остается собственным детищем своего создателя, даже если он сам не осознает процесса порождения и таким образом метафорически «подзалетает». Чем меньше художник погружен во внешний мир, тем больше его самого оказывается в картине, представляющей собой особый феномен в третьей области существования, отличной как от окружающей действительности, так и от внутренней личностной психической данности.

*Картина — пространство возможного,
поле поиска и материал для ткачества состояний.*

В принципе не так уж важно, рисуем мы состояния и созерцания на экране монитора с помощью «Ключа» или растираем краски по палитре. Результатом всегда оказывается порождение нового шедевра, вбирающего в себя и мелодии души создателя, и ароматы изображаемой им внешней действительности.

Столпы самотворчества — Гоген, Пикассо и Малевич

Именно развитие авторского искусства, особенно разросшегося в последние века истории, привело к развитию представлений об авторских художественных мирах, а вслед за этим и к укреплению понимания уникальности жизненных миров каждого из живущих.

Великие художники поразительно различаются и манерой бытия, и стилем живописания, и изображаемыми сюжетами. Каждый из них особенен по-своему, бесконечно отличен от окружающих, но в то же время внутренне целостен в контексте собственного стиля.

Несмотря на то, что все они использовали одни и те же краски, их палитры и композиционные приемы, ансамбли линий и трактовка сюжетов колоссально различаются буквально во всем. Среди них нет писавших более профессионально или менее профессионально. Они все были мастерами, и ведь именно в неповторимых особенностях индивидуального стиля всегда заключается высшая ценность подлинного мастерства.

Цветовые облака и радужные мазки, запечатленные на живописных полотнах, манят к себе даже простака, очаровывают даже психически больного, укрепляют надежду и уверенность в лучшем даже в разуверившихся в себе людях. Усложнение линий напрягает работу интеллекта, но на некоем доречевом оказывается понятным даже малышу.

*Картины мудры и наивны одновременно,
поворачиваясь к любому из созерцающих их людей
наиболее важными для них самих сторонами.*

Пассивность конформного согласия на следование общепринятому не имеет ничего общего с истинным покоем умиротворенного в красоте сердца, радостно открытого миру и внимающего неземным голосам прекрасного. Каждый из мастеров был особенен, индивидуален, уникален. Он был не только несводим к другим, но и несопоставим с другими: он попросту не соотносим с себе подобными художественными вселенными остальных мастеров, в принципе непереводаим на художественные языки других служителей Прекрасного.

Каждый мастер подарил нам свой собственный художественный мир, который был для него всем. Этот личный мир являлся его истинным жизненным миром, в пределах которого властвовал лишь один художник — и более никто, никогда и ни в какой даже малейшей мере. Отличаясь от других во всем, кроме подобия элементарнейших красок-нот, каждый достигал в собственном уникальном своеобразии торжества неповторимости глубинного самовыражения.

Нет смысла сражаться с «ветряными мельницами» общепринятого и пытаться настаивать на самоценности личностного в споре с теми, кто еще не прозрел в уникальность собственного жизненного пространства. Нет смысла отрицать полезность слов в качестве лестничных перил, служащих лишь опорой для передвижения между музейными залами реальной жизни, каждый из которых отведен для отдельного мастера.

Каждый художник открыл, реализовал, сконструировал свой собственный мир, тем самым подав чудесный пример всем остальным людям. Мастера призывали нас всех точно так же создавать, порождать и пестовать свои особенные личностные миры, ничуть не утрачивающие значение от того, что они не отражены на полотнах.

«Ключ» открывает каждому возможность превратить собственную жизнь в предмет художества. Он открывает каждому дверь в его собственный выставочный зал, экспозиция которого в «Галерее состояний» будет посвящена уникальному творчеству единственного мастера — его самого. В такой таинственный зал, полный замечательных шедевров, не грех пригласить гостей и близких, а то и просто интересующихся. Так жизнь постепенно и превратится в живую галерею неповторимо разнообразных и неизменно прекрасных Авторских Миров. Так каждый сможет стать Истинным Художником.

Индивидуальное предназначение живописи

Сколь бы странным ни показалось заявление, но живопись, конечно же, более всего ценна именно для живописца и только для него самого. Вспомним название прекрасного автобиографического опуса Фрица Перлза «Вокруг и около помойного ведра». «Отходами жизни» известнейший психотерапевт называет различного рода биографические воспоминания, дневники словесных описаний и пустые перечни событий.

Живая ситуация нежна, хрупка, текуча и мимолетна. Она многозначна и эфемерна, но именно тем она и жива. Любые же оставшиеся свидетельства уже произошедшего и когда-то бывшего утрачивают свой экзистенциальный аромат.

*Главные качества достоверности —
живость, сиюминутность, актуальность.*

Поэтому сам процесс живописания, безусловно, катарсичен, целителен и экзистенциален, чего никак нельзя сказать уже о готовых полотнах, остающихся для созерцания другими как фотографии некогда увядших цветов.

Для иных одаренных созерцателей сама встреча с полотном великого шедевра *возобновляет* процесс творчества, но уже в их собственном смысловом пространстве, в их личном звучании, в их индивидуальном контексте. Они повторяют в самих себе нечто отдаленно напоминающее ушедший в пространство прошлого процесс создания полотна. Это не воспроизводится, но именно создается заново в каком-то своем **ключе** — и похоже на живописание, и несравнимом с ним.

И все же даже безусловные шедевры можно смело назвать отходами процесса самопознания создавшего их художника. Чем более интенсивным и значительным было это самопознание, тем более яркими и проникновенными получаются «отходы», не утрачивая своего главного свойства — того, что они все-таки не являются самим живым творчеством, а представляют собой лишь светлые его останки.

Анимационные шедевры личной «Галереи состояний» отличаются от живописных полотен тем, что навсегда остаются предельно активными, как минимум, в отношении человека, их создавшего, а значит некогда уже пережившего соответствующие им состояния и ситуации. Сенсорные ансамбли впечатлений «Ключа» остаются живыми как специфичные волновые паттерны, всегда готовые вновь вызвать к жизни те неповторимо прекрасные рисунки симфонической мозговой активности, которые некогда привели к их созданию.

Частое и ситуационно оправданное обращение автора к своим **психополотнам** усиливает соответствующие состояния, делает их еще более актуальными и все более реальными. Вот и получается, что живописание ландшафтов собственной души, производимое с помощью «Ключа», позволяет создавать истинно живые картины, всегда готовые быть приведенными в действие для того, чтобы включать необходимые человеку на строения и переживания.

Исследование причин настроения является ключом к обретению полной власти над собой.

Душевные волнения и уникальные ситуации мгновенны, мимолетны и эфемерны. События и настроения, в свое время приведшие импрессионистов к созданию того или иного известного полотна, повторить невозможно. Музыка творит саму себя в союзе с волнующимся организмом композитора, переживающего бушующую внутри его психического мира тонкую реальность музыки. Реальность внешнюю по отношению к его личности, но как могущую быть запечатленной в окружающих звуках.

«Ключ» предоставляет каждому возможность обрести действительную полноту самовыражения. Он оказывается тем удобным и легко используемым средством психоживописи, которое не только помогает любому человеку понимать самого себя в процессе отыскания внешних форм и красок, пригодных для выражения внутренних состояний. Он предоставляет возможность фиксировать эти паттерны с тем, чтобы после ими можно было бы воспользоваться как лекарственными смесями, изготовленными лишь для самого себя.

Отношение к паттернам настроения равнозначно отношению к самому себе.

Трудно переоценить действительную личностную ценность паттернов запечатленных настроений. Это даже трудно себе представить: получить возможность самостоятельно сформировать личный банк волновых паттернов, приведение которых в действие позволяет целенаправленно изменять нейрохимию собственного мозга. Это означает не больше и не меньше как открытую возможность произвольно входить в то переживание, которое рассматривается как приемлемый эмоциональный фон для успешной реализации задуманной деятельности, будь то общение, отдых или творчество!

Путь развития художника — это не биографические описания его фривольных сердечных увлечений или тягостных конфликтов с властью имущими. Путь развития художника запечатлевается лишь в галерее его лучших шедевров. Отныне благодаря «Ключу» каждый желающий может сохранять (для самого себя, для близких ему людей и для всех интересующихся) ри-

сунки, отражающие путь развития его душевной жизни, т.е. запечатлеть себя как живую развивающуюся личность.

Эмоциональную эволюцию иными средствами не запечатлеть. Главное же преимущество «Ключа» заключается в том, что результатами достигнутых в прошлом побед над собой всегда так же легко воспользоваться, как дорожной аптечкой, в которой всегда найдется нужная для необходимого изменения в организме таблетка.

*Речь идет о новом способе записи
уникальной личностной истории!*

Благодаря свободной открытости доступа к воспроизведению любого из прежде пережитых состояний индивидуум из существа линейно-временного превращается в некое многомерно-временное существо. Его личностная история преодолевает вынужденную линейность и приобретает характер особой временной сети, в которой каждое состояние, отвечающее отдельному моменту времени на оси времени, напрямую многозначно связано со всеми другими в «Галерее состояний». Если над чем задуматься: возможно, тут таятся сокровища радикально новых путей жизненного развития и таинственные открывания возможностей глубинной природы человека.

Жизнь как шедевр живописца

Психология и эстетика в принципе неразделимы. Просто одна из них занимается исследованием динамикам внутреннего мира, а вторая пытается концептуально сформулировать стратегии понимания авторского отношения человека к жизни. Впрочем, которая из них чем именно занимается, каждый решает по своему.

При ближайшем рассмотрении жизнь оказывается самым удобным материалом творчества. Нет нужды носить с собой этюдник и возиться с красками да холстами. Даже музыкальный инструмент с собой таскать не придется. Лепить, выстраивать и компоновать можно все то, с чем имеешь дело в каждодневных встречах, заданиях, помыслах и настроениях. Уж этот-то материал у нас всегда под рукой!

В жизненных художествованиях каждый, даже не подозревая об этом, неосознанно стремится к максимальной откры-

венности, выражающей некую личностную сокровенность. Даже скрывая что-либо, чего-то боясь и от чего-то уклоняясь, человек в своей жизни предельно открыт взору того, кто умеет прочитывать странные сообщения поступков ближних и письма их отношений с окружающими.

В жизни любого из нас все главное обнажено и обнаружено.

Мы сами, словно заигрывая с судьбой, стремимся все ярко продемонстрировать и поотчетливее проявить, даже если порой эти демонстрации напоминают махровую ложь или психотический театр обезумевшего актера.

Для того, чтобы жизненный шедевр получился таким, каким тебе самому его хотелось бы видеть, чувствовать и созерцать, необходимо почаще вспоминать о своей художественной миссии и о том, что все-таки не поделку для кого-то чужого создаешь, а главное произведение собственной жизни, то бишь саму эту жизнь.

Мысль человеческая оперирует возможностями, она многовариантна и веерно-причинна. В действительности же совершение конкретного выбора в ситуации перекрестка неизменно означает, что другие пути развития будут естественно отвергнуты, причем добровольно, осознанно и свободно. Поэтому зрелый человек понимает, что всего-всего в жизни выстроить невозможно.

Каждое достижение базируется на неких самоограничениях. Любой избранный выход означает необходимость покинуть то пространство, в котором до выхода находился ты сам. Однако из того, что может реализоваться, мы вправе создать собственное жизненное пространство таким, каким именно сами хотели бы его видеть, переживать и чувствовать.

*Главное в житнетворчестве —
не халтурить, не оставлять недоделанное и
не останавливаться на полпути.*

Выполнить это вполне разумное предписание нелегко, так как все время изменяются правила игры и условия деятельности. Но все же ценнейшим качеством любого художника, особенно художника жизни, является умение шлифовать, корректировать и доводить до законного завершения все то, что рассматривается им в качестве дела личной ответственности.

Нет смысла пытаться играть за других их собственные партии. Но то, что действительно важно для самого тебя, необходимо доводить до конца и создавать в полноте — без халтуры, спешки, неаккуратности и самооправданий. Ведь мы имеем в своей жизни именно то, что сотворили сами. Разве кому-то захочется быть обделенным, обманутым и проигнорированным, пусть даже самим собой?

Жизнь вовсе не абстрактная совокупность событий и принципов, а совершенно реальная ткань чувствований, решений и поступков.

Любому мастеру известно, что генеральным смыслом его личной истории является создание Главного Шедевра, который можно с глубоким удовлетворением назвать вершиной собственного творчества. Так и в жизни каждого из людей важно существование генерального проекта, главного занятия, центрального свершения, которое интегрирует, собирает воедино и сплавляет все отдельные мысли, желания и поступки.

Все же никогда даже самая точно выверенная генеральная стратегия жизнетворчества не заменяет сочной ткани самой ежесекундной жизни. Все равно жизнь абстрактной не бывает. Поэтому если страдает ее чувственная ткань, если распадается ее эмоциональный контекст, уже никакие внешние события не исцелят душу, оставшуюся без живоносного питания подлинными переживаниями настоящего.

Жизнетворчество — обязательный удел любого живущего, причем перерывов и отпусков в нем не бывает. Суетиться тоже не стоит, особенно тогда, когда над нами висит, подобно дамклову мечу, ощущение сверхответственности за неперепишиваемость жизни. Переписывать страницы прошлого и можно, и необходимо, так как это является условием эффективного развития. Но существование такой возможности вовсе не оправдывает самопопустительство в ситуациях, в которых могли быть проявлены ответственность и дисциплина.

Каждый миг жизнетворчества требует нашей полной собранности. Ведь от его плодов очень многое зависит не только в нас самих, но и в развитии и благополучии окружающих людей. Хорошо это или плохо, возможность это или ответственность, но мы собственными поступками, словами и даже пере-

живаниями все же существенно влияем на жизнь других людей, а потому должны поостеречься, формируя то или иное личное отношение к своему влиянию подобного рода. Ведь наше влияние на других зависит только от нас. И для того, чтобы после не спешить исправлять годами навороченные неказистости, лучше сразу уважительно, ответственно, серьезно, бережно и чутко относиться ко всему нами производимому.

*Свои жизненные шедевры мы оцениваем
и созерцаем сами.*

Это и ужасно, и восхитительно одновременно. С одной стороны, никаких ученых советов, принимающих или отвергающих результаты нашего житнетворчества быть не может, так как каждый из нас существует лишь в собственном жизненном мире, вне которого любые оценки и мнения утрачивают свою действительность. С другой стороны, отчет перед самими собой мы все же несем, что и выражено в мудрейшей идее Православия, именуемой Страшным Судом.

Для успешных, совестливых и ответственных творцов это событие явится Праздником Признания, а для халтурщиков и лентяев — Торжеством Самобичевания. Как бы там ни было, об этом событии стоит напоминать себе почаще хотя бы для того, чтобы укладывать мазки краски на полотно жизни поаккуратнее и потерпелее.

Жаль, что в наше время исчезли Школы Мастеров Жизни. В прежние времена Институт Старчества и Линии Преемственности Гуру были естественным человековедческим установлением, поддерживающим в желающих огонь самотворения.

Сегодня репрессивная эпоха, длившаяся многие тысячи лет, сменяется Эрой Самовоспитания. Отныне каждый получает волшебную возможность проверить собственную человеческую состоятельность с помощью «Ключа».

Что может сделать он сам из собственной жизни? Каков его главный сюжет, главный материал, главный шедевр?

Никаких внешних наставников и назидателей в будущем у людей не будет. Каждый восстановит собственное главенство в своем жизненном мире и будет самостоятельно заниматься авторствованием собственной жизни. Таков императив развития человечества в будущем.

Глава пятая

«ИНТЕГРАЛЬНОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ ПРЕКРАСНЫМ»

Что общего во всех заболеваниях?

Дискомфорт, дисбаланс, дисгармония. Ощущение разделенности с собственным телом. Чувство потери целостности, переживание некоей внутренней разорванности, частичности, фрагментарности. Глубинное недовольство самим собой, непонимание происходящего в его полноте, изоляция от массы впечатлений и чувствований. Нарастающая тревога о будущем. Подспудное ощущение неотвратимости наступления чего-то еще более худшего. Чувство собственной неполноценности, ушербности, обделенности, замкнутости и незащищенности.

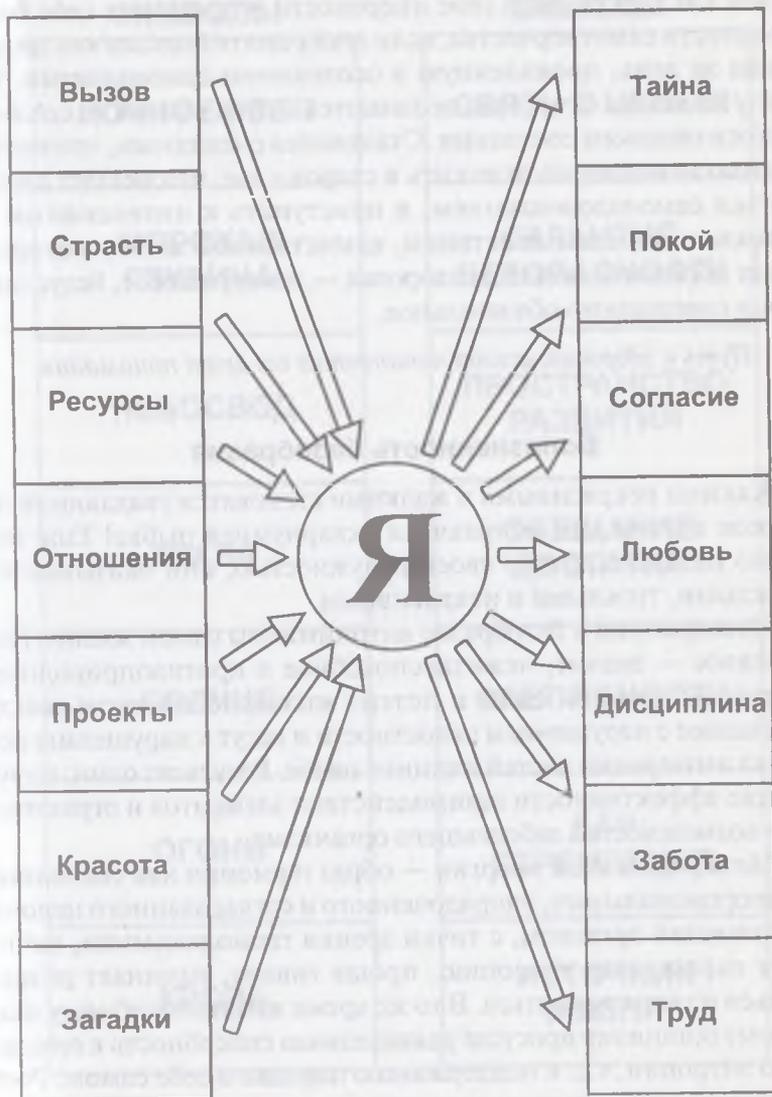
Интоксикация, стеснение и разрушения, нарастающие день ото дня совокупно вносят в душу панический страх перед продолжающейся хаотизацией жизненных процессов. Еле заметный страх перед опасностями развития болезни трансформируется в панический ужас перед безвыходностью состояния. Нарастающее ослабление, утрата полезных способностей и чувство боли и неудобства вместе создают тот адский эмоциональный фон, на котором адекватно воспринимать окружающее попросту невозможно.

Если заболевший сохранил потенциал здравомыслия и осознает принципиальную важность сохранения самообладания как гарантии сохранения жизненности, он глубоко испытывает страстную жажду полноты благополучия и начинает рассматривать ее как самую желанную цель. Все остальное отодвигается на второй план и утрачивает былую актуальность.

Становится таинственно жарко от ощущения полноты таящихся, но не приведенных в действие, целительных возможностей собственного организма. Заболевший микрокосмос все отчетливее осознает, насколько необходимо для выздоровления принятие им на себя ответственности за собственное настроение и за совершаемые поступки, ориентированные на самооздоровление.

*Оздоровление — не ремонт, а воспоминание!
Организм как растение нуждается в радужном полеве.*

ИНТЕГРАЛ ЛИЧНОСТИ



Если цель обретения полноты здоровья наконец поставлена как сверхценная задача и все остальное отошло на второй план, разгорается надежда на выздоровление. Если понять суть болезни как разрешение себе инертности и прощение себе бесплодности самотворчества, если воспринять болезнь как наказание за лень, проявленную в осознанном саморазвитии, то сразу же ясно и отчетливо осознаются и пути выхода из создавшегося опасного состояния. Становится очевидным, что необходимо немедленно отложить в сторону все, что мешает заниматься самооздоровлением, и приступить к интенсивным и всеохватывающим действиям, единственной целью которых будет обретение полноты здоровья — неотвратимое, безусловное и совершенно обязательное.

Путь к здоровью всегда начинается от врат понимания.

Болезненность безобразия

Какими некрасивыми и жалкими становятся увядающий на морозе цветок или умирающая аквариумная рыбка! Еще недавно радовавшие глаз своей радужностью, они оказываются блеклыми, тусклыми и некрасивыми.

Дисгармония и безобразие антонимичны самой жизни. Некрасивое — значит, нежизнеспособное и противоприродное. Утрата жизненной силы и потеря жизнеспособности всегда совпадают с нарушением целостности и ведут к нарушению порядка интеграции частей в единое целое. Результат один: нарушение эффективности взаимодействия элементов и ограничение возможностей заболевшего организма.

Метафора живой энергии — образ гармонии как состояния пропорционального, упорядоченного и согласованного целого. Заболевший организм, с точки зрения термодинамики, начинает наращивать энтропию, проще говоря, начинает разрушаться и хаотизироваться. В то же время жизнеспособному здоровому организму присуща удивительная способность к снижению энтропии, т.е. к поддержанию порядка в себе самом. Рост энтропии ограничивает возможности адаптации, т.е. гармонизации отношений с окружением и порядка функционирования систем и органов в соответствие внешним условиям.

ПСИХОСЕМАНТИКА РАДУГИ

СИМВОЛЫ

НОЧНОЕ НЕБО
МОРСКАЯ ГЛУБИНА
НЕБОСВОД
ТРАВА
СОЛНЦЕ
ОГОНЬ
КРОВЬ

СМЫСЛЫ

СВЯЗЬ С ЦЕЛЫМ
ГАРАНТИЯ БЕЗОПАСНОСТИ
ПРОСТРАНСТВО РАЗВИТИЯ
ОБЕЩАНИЕ ДОСТАТКА
СВЕТ ЯСНОСТИ
ДАР СТРЕМЛЕНИЯ
ИСТОЧНИК ЖИЗНИ

Болезненное субъективно переживается как сдерживающее, утесняющее, некрасивое.

Мало кто задумывается над тем, что сами по себе занятия искусством, ведущие к привитию высокого художественного вкуса, являются профилактикой заболеваний самой различной природы. Красота, адаптивность и здоровье — это интегральные характеристики целостного организма. Поэтому когда внутренняя гармония утрачивается, не так уж важно, какое именно заболевание войдет в тело. Важно то, что организму будет уже нелегко ему сопротивляться.

Воспитание художественного вкуса, достижимое либо в процессе занятий искусством, либо в процессе регулярного обращения к «Ключу», прививает навык интуитивно-осознанного разделения жизнеспособного и омертвляющего.

Наш организм всегда готов подсказать нам, что для нас полезно, а что — вредно.

Для того, чтобы получить от самих себя такого рода «экспертную поддержку», мы должны уделять хотя бы какое-то внимание изучению умения общаться с самим собой, т.е. должны развить способность вовремя расслышать голос собственного организма. Это и есть один из важнейших навыков психокультурности, развитие которого гарантирует от снижения сопротивляемости заболеваниям: умение отделять зерна от плевел, полезное от разрушающего, чистое от засоряющего. Таково искусство совершения свободного выбора, основанного только на собственных ощущениях, на самопонимании характера своего предпочтения.

Созерцание окружающего безобразия обессиливает и угнетает. Достаточно вспомнить свое состояние после многочасового посещения свалки. Созерцание же прекрасного вдохновляет и энергетизирует, увеличивая адаптивность. Даже само по себе представление сада благоухающих роз способно вселить в нас уверенность в собственных силах и существенно повысить иммунитет. Яркое воспоминание о горящем восходе солнца повышает сопротивляемость недугам. Встреча с красивым неизменно увеличивает потенциал жизнеспособности, ибо красота и жизнь тождественны. Поэтому все биологически целесооб-

разное и индивидуально приемлемое, наивысшим из которых является красота, вызывает такой восторг и приятие.

Конечно, в машинный век у многих каналы восприятия оказались засорены болезненными впечатлениями. С помощью «Ключа» необходимо какое-то время очищать пути естественных восприятий. Но когда чувствительность освобождена и сгармонизирована, мы сами оказываемся в состоянии безошибочно определять, к чему нам стремиться и чего избегать. И вернейшим ориентиром в таких разделениях всегда будет красота.

Красота как синоним здоровья

Жизнеспособность, переживаемая как полнота здоровья, непосредственно зависит от согласованности, слаженности и гармонии всех элементов и частей единого организма. Целостность организма фактически означает то, что все в нем связано со всем наилучшим, оптимальным образом. Именно гармония взаимосоответствий и есть структурный синоним здоровья. Эта гармония, иначе говоря, красота, как раз и сияет в глазах счастливого, т.е. здорового человека, переживающего полноту собственного благополучия.

Все красивое порождает чувство удовлетворенности. Гармоничное — значит, упорядоченное, согласованное, пропорционально соотносящееся. Когда же динамическое равновесие по тем или иным причинам нарушается, заболевший человек утрачивает присущую ему красоту. Нарушается слаженность движений, теряет свое очарование выражение глаз, внешний вид становится удручающим и дисгармоничным.

Любому целителю известно, что возвращение жажды красоты синонимично усилению желания радостно жить. Это является и стартовым началом, и движущей силой всякого выздоровления. Для избавления от недуга и преодоления заболевания мало одних только лекарств и лечебных внушений. Сам человек должен страстно захотеть выздороветь, захотеть жить, захотеть быть здоровым. Внутри его организма загорается некий светоч красоты, распространение которого по телу и далее — во все речи и дела исцеляющегося — и интегрирует организм живое целое, обладающее полнотой здоровья.

Для запуска ведущих к исцелению программ самоорганизации необходимо запустить самодействующие программы вы-

здоровления. Необходимо всеми силами укрепиться на интенсивно переживаемом образе радужной полноты здоровья. Само по себе созерцание идеала красоты вдохновляет исцеляемого и интенсифицирует процесс выздоровления. Но так как заболевший человек пока еще достаточно слаб, а потому его способность к яркому образному представлению желаемого состояния достаточно ограничены, необходимо регулярное обращение к «Ключу», позволяющему моделировать те желаемые состояния, к которым и устремляется человек на пути своего выздоровления.

Служение здоровью — это и служение красоте. Верно и обратное — служение красота развиваем здоровье в окружении и в самом творящем прекрасное. Поэтому когда мы уделяем достаточное время созерцанию прекрасных цветных анимаций в сопровождении отобранной нами самими музыки, мы решаем две задачи — становимся жизнеспособнее и здоровее, и укрепляем еще один фокус излучения красоты в мир в своем собственном сердце.

Как красота исцеляет?

Каждое время понимает это в силу сложившихся научных традиций, хотя различия в понимании такого процесса несколько не препятствуют использованию его возможностей. Как бы там ни было, красота, т.е. то, что воспринимается как красивое, радующее, приятное, гармоничное и удовлетворяющее, лечит все, всегда и у всех. Сколь бы ни были различны методы применения красоты, эффект всегда наблюдается один и тот же — восстанавливается жизнеспособность, пробуждается стремление жить, наслаждаясь полнотой дарованных возможностей.

Вызываемая созерцанием красоты радость нейрхимически и ауторегуляционно целительна сама по себе. Переживание удовольствия, вызванного не «лекарственными дубинками», но нежными касаниями предпочитаемых ощущений, гармонизирует и успокаивает организм. Спектрально выделяются мобилизующие и уравнивающие регуляцию нейрпередачки. Комфортное переживание буквально животворит уставшее от внутреннего раздрая тело.

Благодаря системному влиянию нейропептидов на регулирующие центры организма происходит расслабление, освобождающее от «мышечных зажимов» и психоэмоциональных блоков, поддержание которых требовало немалых затрат драгоценной энергии. Снимаются прессинги страха и опасений. Повышается к.п.д. биохимических машин организма. Все большая организационная и строительная внутренняя работа производится со все меньшими затратами времени и энергии.

В конце концов, достигаемое с помощью «Ключа» системное расслабление высвобождает источники внутренних сил, которые не могли быть приведены в действие именно по причине сдавленности регуляционных контуров и перекосов взаимодействующих управляющих систем организма.

Расстроенный и неуравновешенный организм буквально жаждет приемлемых образов для подражания. Как для настройки музыкальных инструментов нужен камертон, так для настройки организма необходим камертон прекрасного. Когда паттерн гармонии запечатлевается в воспринимающем его мозге, внутри психосоматического пространства организма рождается желанный «образец для подражания» — камертон гармонизации. Это неким таинственным образом включает силы самоорганизации, подчиняющиеся законам синергетики, и начинается волшебный процесс самовосстановления, самопостроения, саморазвития временно утраченной полноты.

Встреча с ощущениями, предпочитаемыми индивидуально и ситуационно, предоставляет возможность глубокого отдыха в обстановке гарантированной безопасности. Исключена надобность в сопротивлении и избегании, в самоподавлении и опасении. Исключаются ненужные затраты на преодоление разрушительных последствий хронически дрящегося стресса.

Начинается резонансное осуществление исконной связанности организма с небесной синевой, зеленой листвой, красным огнем и желтым солнцем, которые эволюционно закреплены как самые важные для любого организма переживания. Как иссохший от жажды путник радуется журчанию ручья, предвосхищая скорое утоление надобности, так и восприятие желаемого цвета создает небывало радующее ощущение внутренней безопасности.

*Человек получает то, что ему самому больше всего нравится.
Это дарует ему состояние полной безопасности,
в котором становится возможной
любая позитивная трансформация.*

Созерцающий терапевтические анимации «Ключа» оказывается в **возможностном состоянии**. Не так уж важно, что он созерцает объективно — зеленый цвет листвы или зеленый цвет монитора. Субъективная достоверность ощущений абсолютна, а потому ее всегда достаточно для вызывания самых что ни на есть глубинных позитивных откликов организма.

Нравящееся стимулирует оздоровление.

Созерцание радующих красот вскрывает архетипические ресурсы эволюционно древних отделов мозга, в которых представлены метамерные образы жизнедательного цвета, происходит настраивание регуляционных систем организма по образцу предложенной индивидуальной радуги.

Красота — это не просто структура. Красота — это особого рода структурное излучение, резонансно интегрирующее все созвучные предметы и существа и объединяющее их в некое живое целое.

*Истина красоты неизменно вызывает
из глубин организма первичную
регуляционную истину целостности.*

Вибрирующая в клетках и органах тела красота привлекает родственные энергии из окружения, так как организм всегда открыт тому, что спешит по закону сродства к нему на зов захватившей его красоты и гармонии. Так совершается чудо реинтеграции. Так обретается здоровье. Так восстанавливаются деятельная жизнеспособность, высокий иммунитет и пламенная радость жизни.

Как развивается заболевание?

Каждый знает, что происходит, если вовремя не исправлять собственные ошибки. Накапливаясь, они создают большие проблемы, усугубляя одна другую, наслаиваясь и взаимно отягощаясь. Накопление ошибок рано или поздно приводит к се-

резным нарушениям регуляции, что в свою очередь понижает эффективность функционирования системы, ослабляет ее защитный потенциал и уменьшает шансы в соревновании с другими системами того же класса.

Заболевания бывают разные. Случаются поломки генетического аппарата, приводящие к развитию наследственных недугов. Иногда нарушается процесс развития будущего младенца в организме матери, и тогда на свет появляется человек с теми или иными врожденными дефектами. Наконец, порой просто случаются катастрофы — травматические или химические. Но все же главным фактором развития заболеваний человека неизменно оказывается нарушения гармоничного функционирования психики, что приводит к снижению иммунитета и открывает доступ к организму самым разнообразным болезнетворным факторам.

«Ключ» позволяет предотвращать развитие заболеваний, так или иначе связанных с психогенными нарушениями общей регуляции систем организма. Он позволяет не допускать длительного влияния психических нарушений на функционирование организма, а также исправлять уже сформировавшиеся паттерны неадекватной патогенной организации взаимодействия клеток и тканей.

Главным фактором в достижении оздоровительного эффекта применения «Ключа» неизменно оказывается предоставление мозгу, регулирующему все физиологические функции организма, необходимого сенсорного и эмоционального питания. Силы самоорганизации тела и психики таковы, что всегда могут сами выправить нарушенные балансы и восстановить в полноте изменившуюся жизнедеятельность. Однако иногда для этого попросту недостает питания, поступающего в виде веществ, энергии и впечатлений.

Просто свободно сообщая телу необходимые силы, мы способствуем его самовосстановлению, причем происходит оно лучше, чем при самом изощренном фармацевтическом или хирургическом воздействии.

Организм целостен в каждой своей частичке, в каждом процессе, происходящем в его внутреннем пространстве. Организм реагирует как целое, действует как целое, переживает как целое, воспринимает как целое и изменяется как целое. Поэтому

правильная диета, заключающаяся в предоставлении вкусного, предпочитаемого, потребного, неизбежно естественным образом содействует выправлению ситуации, возникшей в результате сбоя регуляции из-за накопившихся и вовремя не устраненных ошибок.

Следует помнить, что чудо организованности нашего тела таково, что восстановление возможно в 999 случаях из 1000 посредством усердной работы с «**Ключом**». Эта возможность вовсе не исключает все другие методы лечения, но совокупно с ними определяет успех комплексного исцеления. Облегчение же состояния и освобождение от большей части неприятных симптомов возможно во всех 100% случаев, если, разумеется, относиться к работе с «**Ключом**» вполне серьезно.

Возможно, будущие исследование лечебной эффективности **сенсорных генераторов** позволят успешно разобраться и с тем самым 1 случаем, который не входит в число указанных 999, но все же и 999 — это тоже не так уж мало.

В признании столь высокой эффективности **арттехнологии** нет ничего надуманного или иллюзорного. Просто чаще всего наша невозможность справиться с регуляторными нарушениями, к каковым сводится любое человеческое заболевание, определена нашим неверием в силы собственного организма, приводящим к неусердию в стремлении к выправлению положения дел.

Мы забываем о том, что все без исключения клетки нашего тела время от времени обновляются, заменяясь новыми. Здоровье может быть понято как саморегуляторная эффективность организма. Так что если грамотно организовать сенсорное питание мозга и умело формировать образ полноты собственного здоровья, можно шаг за шагом приучить клетки к правильному выстраиванию именно в том порядке, который необходим для полноты реализации всех телесных функций.

Ученым это давно и точно известно, что тело удивительно пластично. Но наше неверие в силы своего мозга, наше недоверие целительным силам природы, наша лень в работе над собственным оздоровлением мешают нам использовать весь тот чудесный потенциал сил самоорганизации, который присущ каждому из нас от рождения.

Раз в организме остались живые клетки с полным генетическим набором, целостно характеризующим нас самих, раз воссоздается исходно гармоничная структура регуляции функций тела за счет работы воображения, умело организованной гимнастики и сенсорного питания предпочитаемыми потоками ощущений, значит, возможным оказывается полное восстановление не только нарушенных функций, но и утраченных органов.

Именно эти оздоровительные возможности осознанной саморегуляции станут главным предметом **психоинформационной медицины** нового века, которая для наших внуков станет такой же естественной, как для нас, скажем, таблетка аспирина или драже с аскорбиновой кислотой.

Когда-то никто не знал о возможности снижения температуры тела с помощью аспирина и о самом существовании витаминов, без которых ныне немыслимо существование медицинских учреждений. Точно так же через пару десятков лет подавляющее большинство болезней будет преодолеваться за счет применения **арттехнологий**, которые пациенты будут осваивать с помощью профессиональных консультантов-**здравосозидателей**.

Прекрасно, что уже сейчас, имея в своем распоряжении «Ключ», можно приступить к профилактике многих недугов и укреплению здоровья.

Исцеляющее влияние прекрасного

Гармония сочетания звучаний и красок создает вдохновенное настроение, которое само по себе запускает процессы самоинтеграции, ведущие организм воспринимающего к исцелению. Что бы там ни говорили фармакотерапевты и патологоанатомы, на самом деле загадка исцеления по глубине и смыслу тождественна загадке красоты. Силы самоорганизации столь же таинственны, как и сама жизнь. И если какие-то процессы кое-как удастся описать многосложными формулами, то это вовсе не умаляет переживания таинственности, сопровождающее любое соприкосновение к прекрасным и живым.

Когда благодаря специально подобранным самим человеком анимациям потоки предпочитаемых им ощущений восстанавливают регуляционную гармонию мозга, это естественным

образом приводит к регуляционному упорядочиванию функционирования всех органов и тканей целостного организма. Образно выражаясь, сенсорные потоки выпускаются на свободу джинна сил самоорганизации, если, конечно, можно применить такой сокрушительный образ к таким заведомо мудрым, жизнесозидающим и сотворяющим красоту энергиям.

Организм управляется мозгом.

Жизнь мозга непосредственно определяется потоками переполняющих нас переживаний и чувств.

Самые яркие чувства и самые интенсивные переживания возникают в связи с впечатлениями, вызываемыми поступающими по каналам органов чувств сенсорными сигналами. Сигналы эти сами непосредственно влияют на функциональное состояние мозга и параллельно по ассоциации вызывают к жизни впечатления прошлого из памяти, которые приходят в действие благодаря соответствию между ними и вновь поступившими ощущениями.

Механизмы самоорганизации нейродинамики, клеточных структур и любых живых систем до конца пока не изучены. Однако они изучаются весьма интенсивно и успешно, а потому есть весьма оптимистические основания для уверенности в том, что когда-нибудь людям удастся разгадать тайну жизни и секреты развития.

Сегодняшняя недостаточная изученность процессов самоорганизации живого, стоящих за любым процессом развития и исцеления, вовсе не мешает практически использовать найденные закономерные связи, существующие между восприятием предпочитаемых ощущений и гармонизацией регуляционных потоков организма. Результат получается уверенно и предсказуемо, а потому этой закономерностью естественно воспользоваться при решении практических проблем гармонизации здоровья, настроения, самочувствия и любых беспокоящих нас областей жизни.

Пусть это используется как драгоценный дар, каковым по сути эти связи и являются. Они могут быть применены всегда и везде, причем, по-видимому, их природа такова, что применение допустимо безо всякой меры, так как влияние предпочи-

таемых сигналов оказывается неизменно благотворным для воспринимającego организма.

Арттехнологический психопроектор позволяет объединить внушающую власть слов **самоприказания** с императивно гармонизирующим влиянием желанной красоты, сочетающейся с этим **самоприказанием**. Такое воздействие становится неотвратимым, особенно если наш выбор формулы **самоприказа** продиктован не пустым любопытством к изучению возможностей **самопрограммирования**, но действительными насущными нуждами.

Когда исцеляемый установил контакт с красотой, научился порождать приемлемую для себя красоту и объединять ее с формулами **самовлияний**, он получает доступ к обретению полной власти над собой. Организм человека не в силах сопротивляться неодолимо прекрасному влиянию красоты, благодаря соединению с которым формула сознательного **самоприказа** оказывается абсолютно убедительной, а потому и стопроцентно принимаемой и усваиваемой.

«**Ключ**» это не только средство разрешения серьезных жизненных проблем и освобождения от гнетущих переживаний и заболеваний. «**Ключ**» — это инструмент целенаправленного возвышения самого строя мысли, средство освежения убеждений, орудие прояснения тех целевых образов, которые нами самим рассматриваются как желательные для воплощения в жизнь.

С помощью «**Ключа**» мы можем войти в любое желаемое состояние, произвести любую конструктивную трансформацию собственной психики и создать любую требуемую новую программу поведения, благодаря использованию которой обретем желаемое выздоровление, необходимую творческую успешность и радость жизни.

Красота как фундамент благополучия

И объективно, и субъективно красота является общим знаменателем успешности, жизнеспособности и высокого качества всего на свете — от достигшего полноты здоровья человека до жилых новостроек. Когда что-то сделано правильно, когда кто-то разумно вписался в окружение, когда нечто оказывается целостным, синтетическим и интегрированным, мы неизмен-

но произносим — «Какая красота!». Так что красота может быть по праву признана генеральным критерием успешности любого развития.

Красота экологична, а экологичное, в свою очередь, красиво. Красота нравственна, нравственность неизменно оказывается привлекательной и красивой. Красота целесообразна, целесообразность неизменно тяготеет к красоте.

Красота всегда подразумевает согласованность любой части с целым в самом широком контексте. Поэтому нарастание согласованности событий и процессов, развитие форм интеграции и укрепление творческого взаимодействия между всеми во всем естественно ведет к украшению нашей общей жизни.

Существует превеликое множество форм гармонии. Но все же неизменной остается сама гармония — вне конкретных форм, которые она приняла. Любой успех приводит к удовлетворению. Любой успех возможен именно тогда, когда он естественен и законен, т.е. объективно закономерен.

Если какое-то действие помогает всему стать краше и гармоничнее, мы ощущаем это действие как красивое.

Как и успех, красота дарует и энергию, и покой. Высокая удовлетворенность оказывается лишь привалом на долгом пути к новым восхождениям. Согласие с самим собой, пик которого достигается в процессе самореализации, гарантирует силу новых увлечений и могущество новых переживаний собственной целостности, которые осознаются как безусловно прекрасные.

Красота заразительна — созерцание прекрасной картины приводит человека в замечательное настроение, вселяет в его глубокую уверенность в собственной творческой состоятельности, повышает динамический тонус. В результате сила красоты может так вдохновить воспринявшего ее, что его дела идут в гору, а круг позитивного влияния на окружающих начинает ускоренно расширяться.

Арттехнология позволяет преодолеть «барьер действия», разделяющий намерение и исполнение.

Она помогает отважиться на эксперимент, приступить к перестройке собственного отношения к значимым темам, начать действие до того, как появятся первые успехи, подтверждаю-

ние правильность предпринятых действий. Работа с «Ключом» помогает в создании психоэмоциональной готовности к старту новых творческих программ. Она помогает преодолеть привычную дефицитарную мотивацию, которая все время поддерживает в нас иллюзию того, что чего-то для решительных изменений ее недостает — либо в нас самих, либо вокруг нас.

*Всегда всего нужного достаточно для того,
чтобы отправляться туда,
куда ты сам естественно устремляешься.*

Со временем такая здоровая философия отношения к себе и к жизни становится привычной, что заметно снижает необходимость в работе с психотехническими инструментами. Человек сам оказывается до завидного легок на подъем, его психика приобретает удивительную пластичность, а осознанная власть распространяется практически на любые области внутренней жизни.

Так рано или поздно наступает время освобождения от необходимости регулярного использования любого инструмента. Но все же не отказываться же от скрипок тому, кто непрестанно слышит музыку в собственном сердце. Каким бы совершенным не было целостное образное восприятие красот внутреннего мира, все же необходимы внешние художественные средства для выражения этого впечатления в материале, хотя бы для передачи дарованных тебе восприятий тем, кто заинтересован в них.

Сила красоты центральна для организации человеческой жизни.

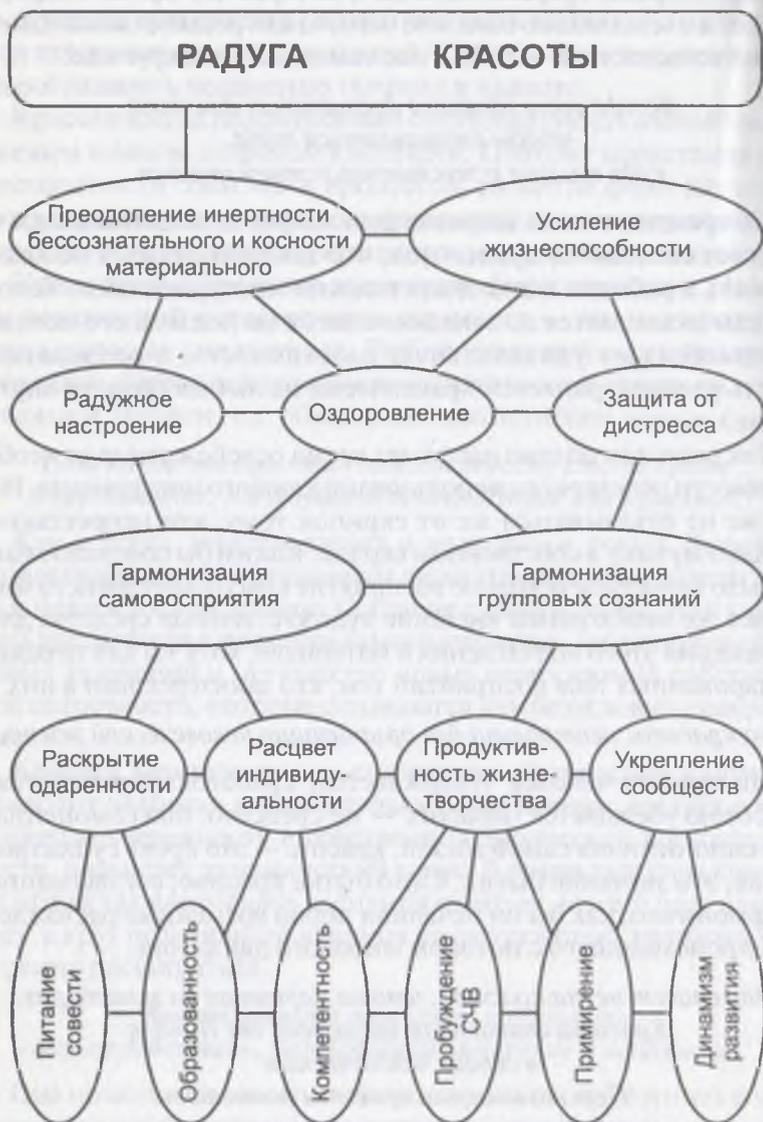
На красоте человек утверждается, красотой укрепляется, красотой убеждается. Красота — не средство: она самоценна, ибо синонимична самой жизни. Красота — это кровь существования, это звучание бытия. Само бытие красиво, согласованно и гармонично, как бы ни печалили порой временные расхождения происходящего с потоком мирового движения.

Мир спасет не та красота, что на картинах да мониторах.

*Красота спасающая заключена от Начала
в сердце человеческом.*

*Просто внешние красоты помогают
пробудить гармонию, присутствующую
в сокровенных глубинах нас самих..*

КРАСОТА СПАСЕТ МИР



КРАСОТА ПОДДЕРЖИВАЕТ ТРАНСФОРМАЦИЮ

Фиолетовый	Невербальное свидетельство о силе гармонии, связывание с внешними и глубинными источниками животворных организующих влияний.
Синий	Глубинная релаксация, продвижение в окружении покоя, установление исходной внутренней тишины, смягчение расхождений и диссонансов.
Голубой	Пространство для маневра, намеки на отыскания текущих решений, стимуляция инсайтинга.
Зеленый	Камертон пропорций, гармонизация нейродинамики, установление баланса гомеостаза, демонстрация возможности установления жизнеспособного согласия.
Желтый	Пробуждение силы интеллекта, отыскание лучших решений, мобилизация скрытого опыта.
Оранжевый	Готовность вдохновенно преодолевать преграды, эмоциональное приведение воли в готовность, власть над собой, потенциал самообладания.
Красный	Эмоциональный восторг, прямое питание организма, мобилизация ресурса самоупорядочивания.

Искусство как биологическая необходимость

Согласование сотен тысяч биохимических реакций возможно лишь при особом порядке поддержания организованности в живой системе. Внутри живого организма звучит своеобразная музыка, вибрируют тысячи резонансных камертонов, в едином порыве сливаясь в вибрирующее целое, управляющее поддержанием порядка функционирования всех элементов системы.

Живой организм всегда находится в живом окружении, так как пространство биосферы насквозь пронизано управляющими вибрационными влияниями — цветовыми, звуковыми и ароматическими. Все живые системы погружены в особое управляющее поле, обладающее собственной живонностью, которая поддерживает существование жизни.

Конечно, искусственная техногенная среда частично изолирует организм человека от настраивающих влияний биосферы. Но все же могущество живых полей гораздо больше, нежели можно себе представить. Человек всегда у самой природы учился созданию технических чудес. Взять хотя бы опыт бионических изысканий, в процессе которых секреты технических изобретений буквально «подсматривают» в самих живых системах.

Понятно, что как живая система человек обязан регулярно и полноценно сенсорно питаться. Но сенсорное питание на человека действует гораздо полнее и глубже, чем на любую другую биосистему. Красота, присущая гармонично подобранным сенсорным влияниям, интенсифицирует работу воображения и приводит в действие колоссальные ресурсы человеческого опыта, в которых содержатся ответы на самые неожиданные и разнообразные вопросы изменяющейся среды.

Искусство биотропно по своей сути, его резонансные подобия живут в глубинах памяти самого организма — и легко вызываются за счет внешних влияний красотой. Потому-то здоровый организм всегда неизменно красив, а красивое всегда оздоравливает.

Красота — это целостность, законность и естественность, уместность и пропорциональность. Создание красоты само по себе самоценно, ибо дарит высшую радость воспринимающему ее человеку. Но искусство еще и дарит человеку новые варианты

ты гармонии, резонансно воспринимаемые его организмом, которые могут рассматриваться как варианты построения новых паттернов целостности, определяющих более высокую адаптивность биосистемы.

Так что искусство — это не просто игра, творчества и радость. Искусство синонимично самой жизни своей упорядоченностью, развиваемостью и самодостаточностью. Поэтому целенаправленно использовать красоту для развития жизни абсолютно естественно.

Лекарства цвета и мелодий

Если представить себя микроминиатюрным человечком, попавшим в организм человека, то последний покажется таким государством биохимических машин, где все элементы неустанно работают, пульсируют, движутся, сталкиваются, непрестанно, сверкая, звуча и грохоча. Вибрации пронизывают живое тело человека непрестанно и на всех частотных диапазонах, исключая разве что уровень гамма-излучения. Все этажи, регионы и участки огромной биохимической империи организма непрестанно порождают и воспринимают потоки света и звука.

Со стороны организм видится ясновидящими как неопределимо сложное живое радужное облако, постоянно находящееся в некоем удивительном ритмическом танце. При этом наше тело непрерывно резонирует всем внешним вибрациями, посылая сигналы в окружение и принимая излучения, идущие к поверхности организма.

*Тело представляет единый многоярусный
и полифункциональный приемопередатчик
всевозможных видов вибраций и излучений.*

Музыкальные произведения выступают в роли своего рода ритмически организованной внешней опоры динамического порядка, созвучно сонастраивающей многие согласованные контуры регуляции организма друг с другом в едином ритме. Если какая-то музыка или какие-то оттенки цвета нравятся значительно больше, чем другие, значит переносимые ими энергии более других сейчас необходимы для поддержания самотворческой работы организма.

Раз нравятся — значит и именно эти вибрации и излучения более других согласованы с ведущими ритмами основных функциональных систем организма, исполняющими для него своего рода биологический лейтмотив, вокруг которого организованы все другие процессы.

Окружение организма предпочитаемыми музыкой и нравящимся цветом предотвращает саморазрушение организма, всегда сопровождающее процессы биосинтеза и созидания новых структур. Музыка и цвет помогают организму собраться с собственными силами, гармонизировать свои структуры в едином ключе и самонастроиться на те вибрационные комплексы функциональных последовательностей, которые наиболее естественны для его текущего существования.

Потому-то и цветом, и музыкой лечили и помогали везде и всегда. Просто технические средства не позволяли использовать эти естественные панацеи должным образом и достаточно широко.

*Основываясь на рецептуре предпочтения,
мы всегда может усилить любое нравящееся нам
состояние, спроектировать любое интересующее
нас переживание или создать нужное настроение
по поводу любого действия, предмета или отношения.*

Поэтому мы вправе говорить не просто о сенсорной поддержке сил самоорганизации, но именно о лекарстве мелодий и препаратах цвета, которые действуют на организм гораздо бережнее и сильнее любых тщательно подобранных целебных составов, гомеопатических препаратов и травяных сборов.

Как организм питается цветом?

Исследования биофизиков подтверждают реальность внутриорганизменного цветового энергообмена, которую можно рассматривать в качестве дополнительной (третьей, и, возможно, высшей) сигнальной системы. Она позволяет системно интегрировать клетки и органы в единое синхронно вибрирующее световое целое.

Фотонное поле, циркулирующее в пределах организменной голограммы, рассматривается многими учеными как своего рода световой континуум биосистемы, прямое влияние на состо-

ние которого в ряде случаев оказывается наиболее естественным способом регулирующего воздействия на состояние организма. Эта **фотонная аура** настроена на постоянное восприятие потоков света самой различной длины и интенсивности, льющихся на организм отовсюду и непрерывно.

Благодаря внутренне согласованной **фотонной ауре** человеческое тело является чувствительнейшим детектором всех видов излучений, главным из которых оказывается именно световое. Человеческий организм представляет собой тончайший **психоэлектронный** аппарат, который настраивается в согласии с воспринимаемыми им световыми потоками.

Учитывая то, что **фотонные потоки**, попадающие в организм через каналы зрительного анализатора, переизлучаются и передаются во все клетки тела, в которых они принимают непосредственное участие в большинстве биохимических реакций.

Цветовое самовлияние оказывается и самым бережным, и одновременно самым непосредственным и глубинным способом самоуправления.

Известно, что длительное световое голодание приводит живой организм к верной гибели. Человек — существо цветозависимое, питающее цветом и регулируемое теми же цветовыми потоками, которые просто воспринимает как красивые и приятные.

Если учесть, что бионически нейронные сети представляют собой ажурные конгломераты оптоволоконных цветоводов, узловые нейронные клетки которых оказываются переизлучателями, генераторами и трансформаторами цвета, то моделированием организма пора заняться специалистам в области **биооптоэлектроники**. Дополнительные свидетельства в пользу такого предположения — успешность **гелиотерапии**, результативность **лазеропунктуры** и популярность всех видов **светотерапии**, не говоря уже об эффективности **самовлияния с помощью «Ключа»**.

Как утолить цветовой голод?

Размеренно, планомерно и многосторонне, не спеша выбирать, ориентируясь на интуитивное ощущение собственной

реакции, нравящиеся цвета, продуманно сформировать динамический паттерн, определить подходящую музыку — и не торопясь, спокойно созерцать картины, разворачивающиеся на мониторе, расслабившись и ни о чем конкретном не думая. Просто глазеть на красивую калейдоскопическую клумбу, раскрывающуюся веерами нравящихся цветов, в которых в настоящее время нуждается мозг, а значит и все клетки организма.

Понимание взаимоотношений организма и окружения естественно опирается на пищевую метафору.

Во многом утоление сенсорного голода аналогично утолению обычного пищевого желания. Не спеша выбрать пищу, накрыть стол, сосредоточенно настроиться на приятие питания и не торопясь, с удовольствием вкушать то, что выбрано собственным организмом как наиболее соответствующее состоянию сытости и благополучия, которое тело стремится пережить в связи с поглощением блюд.

Существует множество различных форм введения цвета в организм человека — от цветных рубашек и оконных витражей до разноцветных лазерных лучей, направляемых на биоактивные точки. Но все же предпочтительнее воспринимать цвет именно так, как то назначено нашей собственной природой — визуально, зрительно, т.е. через глаза.

В известной дозе регулярно поступающего светового излучения нуждаются все без исключения клетки нашего тела. Но все основным, центральным, генеральным каналом наиболее естественного поступления информационной энергии цвета в организм человека является именно зрительный.

Какое удовольствие может сравниться по глубине переживания радости (причем, без привычно сопровождающего любые наслаждения чувства вины или стыда) с сеансом самовлияния с использованием арттехнологии «Ключ». Разве что экстатическое радование северному сиянию, ликование перед расцветающим на востоке рассветом и предчувствие многоцветного праздника, к участию в котором пришлось терпеливо, старательно и тщательно готовиться.

Очень важно утолять цветовой голод регулярно и достаточно длительно (не менее 10 минут в продолжение сеанса при повторении процедуры 2-3 раза в день). Затраты времени на фо-

ОСНОВНЫЕ ТИПЫ ПОВЕДЕНИЯ В ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ САМООЩУЩЕНИЯ

Самоощущение собственного "Я"	Типы поведения по отношению к окружающему миру			
	СИНИЙ	ЗЕЛЕНый	КРАСНый	ЖЕЛТый
Идол "Я" (+) (переоцениваемые самосознание, самонадеянность) Притязание: абсолютное (Я хочу безусловно)	+ 1 Удовлетворение Одурманенность Регрессия	+ 2 Значимость Импониование Позиции престижа	+ 3 Переживание Возбудимость Мания к раздра- жению	+ 4 Независимость Поиски Бегство от проблем
Нормальное "Я" (=) Притязание: относительное (Я хотел бы)	= 1 Покой Расслабление Довольность	= 2 Твердость Инертность Самоуправление	= 3 Возбуждение Движение Активность	= 4 Свобода Изменение Раскрытие, расцвет
Страх "Я" (-) (недоцениваемое самосознание) Притязание: абсолютно никакого (Я не хочу ни в коем случае)	- 1 Отсутствие раз- дражения Скука Отчуждение	- 2 Узость, стеснение Ограничение Принуждение	- 3 Перераздражение Пресыщение Истошение	- 4 Потерянность Заботы Утрата

тонное питание организма с лихвой окупаются устойчивым повышением жизненного тонуса, углублением ночного сна, возрастанием профессиональной эффективности и увеличением креативности, позволяющей успешнее разрешать текущие проблемы.

Не следует опасаться мнимого привыкания организма к цвету. Живая система регулярно нуждается в усиленном притоке цветковых потоков. Просто в разное время ей требуются различные потоки, даже если в целом индивидуальная палитра предпочтений достаточно определена и соответствует типу спектральной личностной **хромограммы**.

Только регулярные и углубленные занятия приведут к стойкому, системному и глубокому позитивному эффекту, который уже через 2-3 недели выразится в избавлении от тревожащих недомоганий и благополучном исправлении многого из того, что прежде ошибочно считалось нарушениями адаптации или деформациями характера.

Регулярное питание собственного мозга потоками **предпочитаемого** цвета не менее важно, чем предоставление нервной системе достаточного количества витаминов и сахаров, а также кислорода или творческих задач. Вот только не следует склоняться к монохромной гамме: многочисленные исследования показали, что мозг всегда нуждается в комплексном влиянии различных цветов, определенным образом композиционно соответствующих друг другу. Поэтому идеальным можно считать избрание 3-5-цветной «анимационной клумбы», которая подарит организму богатство оттенков и полутонов, пусть даже в пределах одного цветового тона.

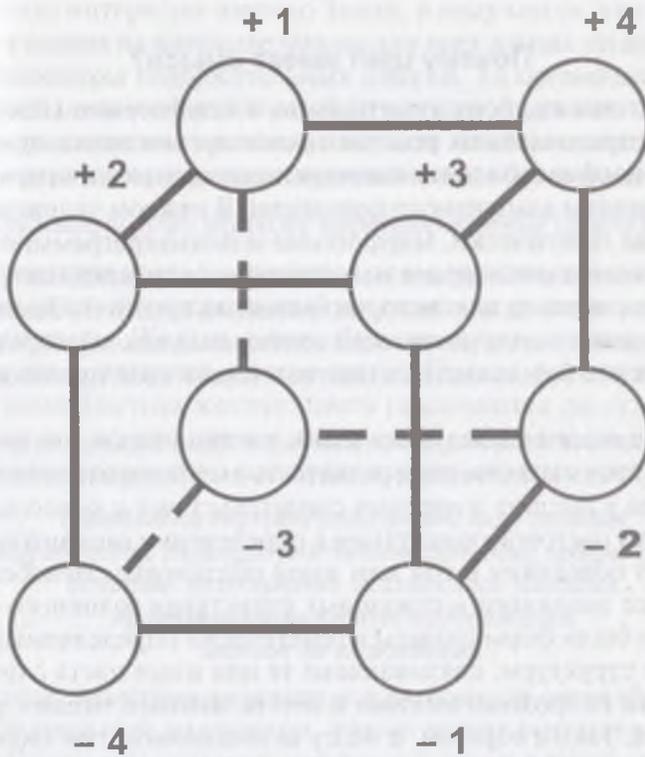
*Насыщаться цветом необходимо до тех пор,
пока нравится.*

Кто-то с удовлетворением переполнится через 7 минут, а кого-то не оторвать и через 30 минут. Все зависит от особенностей характера и рода занятий, рабочей загрузки и физиологического состояния.

Помните самое главное: организму нравится то, в восприятии чего он сейчас особенно нуждается.

Если **предпочтение** как реакция на конкретный цвет сохраняется и продолжают нравиться одни и те же оттенки и цвета,

КУБ ЛЮШЕРА



накачивайте их потоки в мозг еще и еще, пока пороги цвето-
сприятия наконец не повысятся. Это явится сигналом того, что
данный цвет уже произвел необходимую внутреннюю работу, а
потому отныне на первое место выходит и будет предпочитать-
ся уже другой, более актуальный оттенок.

Прекрасно, когда всякое удовлетворение прежнего предпо-
чтения неизменно порождает новые виды голода.

*Всегда есть что утолить
и всегда есть чему порадоваться.*

Получается, что «Ключ» — это некий аналог вечного двигателя развития души; это вечный даритель радости, который обязан повсюду сопровождать человека раскрашивая его земные пути.

Почему цвет имеет смысл?

Генетически, психопрограммно и морфогенно (посредством воспринимаемых родственными организмами психополой) в биосфере успешно наследуются самые различные опыты как варианты адаптивного поведения. В каждом человеческом существе генетически, морфогенно и психопрограммно закодирован опыт миллиардов и миллиардов типических ситуаций, имевших место за всю историю развития жизни на Земле. Все эти ситуации в силу развитости зрительных анализаторов у подавляющего большинства животных имели свой цветовой коррелят.

Генетически наследуются наиболее типические связи. Сама по себе преимущественная развитость именно зрительного анализатора у высших животных свидетельствует о колоссальной важности цветовой ориентации в определении вариантов адаптивного поведения в той или иной обстановке. Неизбежно в процессе эволюции в стволовых структурах головного мозга должны были формироваться генетически определяемые нейронные структуры, связывающие те или иные цвета с определенными нейрохимическими и вегетативными типами реагирования. Таким образом, в мозгу за миллионы лет эволюции жизни сами собой формировались механизмы определения адаптивных смыслов тех или иных цветов и их оттенков.

Сама по себе избирательность и чувствительность зрительного анализатора человека к сотням тысяч различных оттенков указывает на то, что каждый из различаемых (хотя вербально и не обозначаемых, не описываемых) оттенков имеет собственный эволюционный смысл. Каждый цветовой оттенок имеет свое собственное уникальное адаптационное значение. Он несет свое собственное сообщение о составе окружения и предполагаемом варианте эффективного поведения в сложившейся ситуации.

Генетически организм запрограммирован и настроен на невербальное смысловое толкование различаемых им оттенков

цветов окружения. Причем в целом спектр оттенков специфичен именно для биосферы нашей родной планеты. В системе другой, нежели наше Солнце, звезды или при других оптических свойствах атмосферы значения цветов были бы иными.

Но нас интересует именно Земля, и получается, что цвет является одним из наиболее общих для всех живых существ земной биосферы содержательных языков. Те организмы, которые не были в состоянии разобраться в сообщениях, передающихся различными цветами, получали меньше шансов на выживание, а потому со временем оставались без потомства.

Выжили лишь наиболее цветоадекватные организмы.

Метамерия цвета заключается в том, что ситуационно и вербально каждый определенный цвет связан с различными предметами среды. Желтым может быть и золото, и солнце, и цветок, и яйцо, и многое-многое другое. Правда, все эти предметные представители желтого цвета различаются по оттенкам, а потому все вместе имеют лишь свои собственные цветковые корреляты, совокупно составляя группу «желтых предметов».

В ответ на определенные цвета мозг спешит выработать определенные адаптационные программы, которые эволюционно оказывались наиболее эффективными в плане поддержания шансов на выживание.

В ходе эволюции развился высокоточный сверхэффективный зрительный анализатор, что не может считаться случайным. Основным смыслом дифференциации и развития чувствительности зрения являлось содействие развитию головного мозга, трехклеточным выростом ткани которого сам по себе зрительный анализатор и является.

Понимание цвета как стереотипное рефлекторное реагирование на все его оттенки определяет успешность адаптивного поведения.

Поэтому именно через цвет в психическом мире человек системно скоординирован весь субъективный внутренний опыт. Конечно, психический онтогенез индивидуума не всегда способствует правильной (т.е. адаптивно эффективной) организации этого опыта. Но именно благодаря арттехнологическому

психопроцессору «Ключа» каждый получает возможность реорганизовать собственную психику в любом желаемом им направлении, которое благодаря самодействию сил самоорганизации окажется наилучшим для его уникально своеобразного организма.

Сенсорная диетология

Питание впечатлениями полностью аналогично питанию веществами: для обеспечения полноты собственной жизнедеятельности организм нуждается в своевременном поступлении всего того, что ему необходимо для поддержания внутренней упорядоченности и обеспечения процессов собственного развития. Уже мало кто решается оспаривать факт полной управляемости характера нейродинамики конструируемыми окружением или самым индивидуумом сенсорными потоками — «внешними рычагами мозга».

Клетки и вещества, составляющие живой организм, с течением времени сменяются другими, похожими на них. Но при этом целостный индивидуальный организм сохраняется, оставаясь поддерживаемым устойчивыми регуляционными структурами.

Организм питается тем, что ему необходимо в данный момент, тем, в чем он нуждается более всего (в силу происходящих внутри его собственного биохимического пространства процессов). Диета **предпочитаемыми** блюдами всегда признавалась одним из наиболее радикальных средств гармонизации тела. Точно так же диета впечатлениями, избираемыми на основе выявления собственных сенсорных **предпочтений**, оказывается наиболее эффективным средством поддержанием индивидуальности: организм выбирает свое, близкое, родное, родственное, подобное ему самому. Тем самым он сохраняет свою идентичность, поддерживая в самом себе привычные для его особенной функциональной структуры процессы.

Человек есть то, что он ест.

Это касается не только пищевых, но и других потреблений человека: его восприятий, его художественных вкусов и его привычных мыслей и творческих устремлений и переживаний.

Индивидуальность проявляется во всем выражаемом человеком.

Уникальность человека отражается во всем воспринимаемом, потребляемом и творимом.

При наличии программных средств конструирования предпочитаемых сенсорных потоков управление собственными состояниями становится и приятным, и простым. Чем свободнее и непринужденнее с помощью «**Ключа**» человек управляет воспринимаемым им сенсорным потоком, тем проще ему входить в желаемое состояние и настраиваться на им же определяемый тип переживаний.

Так понимаемая диета оказывается не формой дисциплины (аскеза), а видом удовольствия (приобретение соответствующего внутреннему состоянию). В зоопарке животным дают питаться именно тем, что вкусно и полезно, т.е. воспринимается ими как необходимое, а потому и приятное. Уважение к самому себе, забота о сохранении и развитии собственной индивидуальности требует от каждого из нас питаться по **предпочтению**.

Если мы любим себя и о себе заботимся, то именно приятие того, что нам приятно, является и долгом, и обязанностью по отношению к самим себе.

Вибрационная симфония организма

Как красива новогодняя елка, представляющая собой трехмерный калейдоскоп, вибрирующий ритмично мелькающими огоньками, словно исполняющими удивительный праздничный танец. Не менее прекрасен гипермолекулярный симфонический оркестр, составленный сотнями миллиардов живых клеток, исполняющих свои собственные мелодии в согласии с другими клетками, тоже звучащими и светящимися различными цветами. Все эти космически прекрасные звучания синхронно интегрируют отдельные клетки в целое органов и тканей.

*Развитие жизни привело к поразительному результату —
все действительно полезное для живого организма*

обычно оказывается для него на редкость комфортным, радующим и приятным.

Одним из важнейших критериев полезности переживаний и состояний является их приятность. Конечно, существует отдельные нейрохимические извращения, которые способны объединить вызывающую приятные ощущения гормональную бурю с введением очередной дозы опасного наркотика. Но такие связи представляют собой редкое исключение. Их формирование связано с тем, что человек жизненно нуждается в **возможных состояниях**.

*Возможностные состояния,
нередко именуемые медитативными,
трансowymi или измененными,
естественны и необходимы
для гармоничного развития человека.*

Мы по неразумию дерзнули отрезать себя от привычных и естественных удовольствий (отдыха на природе, игр с детьми и зверушками, полноты сексуальных радостей и просто достаточного количества сна), вот организм и «добирает» недостающие красочные переживания, любой, порой совершенно неоправданной, ценой стремясь получить желанный «кайф» пусть даже от дозы наркотиков.

Распространение «**Ключа**» вернет естественный баланс **возможностных и целевых состояний**, которые должны сменять друг друга с четкой регулярностью.

*Полезность приятного и приятность полезного
является одним из важнейших биологических законов,
который лежит в основе успешного
управления развитием.*

Изучение человеческой природы привело к выделению различных классификаций, типологий и формальных схем разделения человеческих организмов и ситуаций, с которыми человек может столкнуться на своем жизненном пути. Все они при ближайшем рассмотрении сводятся к разделению трех видов. **Тип** — конституциональные особенности самого человека, **Ситуация** — специфика обстоятельств, в которых оказался чело-

иск, и **Цель** — характеристики того состояния, к которому стремится человек, осуществляя свою творческую деятельность.

В конкретных исследовательских условиях нелегко ясно и четко разделить компоненты **Типа, Цели и Ситуации**, от понимания формулы которых зависит выбор требуемого для перенастройки организма спектра сенсорных воздействий. Но все же эти закономерности существуют и частично результаты их изучения даже используются (например, четырехцветная психотипология Макса Люшера, древнекитайские стратагемы и деятельностные паттерны Тадеуша Котарбиньского).

Парадокс заключается в том, что для самоуправления вовсе не нужно самому вникать в научные тонкости определения **Типа, Цели и Ситуации**. Гораздо проще осуществлять выбор необходимых сенсорных питаний субъективно, интроспективно, интуитивно, по наитию, т.е. опираясь на глубинное самоощущение предпочтений и избеганий. В описываемой модели управления собственным развитием очень важно принять самую главную метафору такого управления — образ профессионального симфонического оркестра.

Мозг является дирижером, клетки организма — одновременно и исполнителями (нервно-гуморальная система регуляции), и слушателями (органы и ткани). Партитурой же, которая лежит в основе исполняемой музыки и которая является руководством к действию не только для исполнителей, но и для самого дирижера, является совокупность сенсорных впечатлений, поступающих через органы чувств.

Автором партитуры благодаря **арттехнологическому психопроцессору** может стать для самого себя любой желающий. Именно посредством использования «**Ключа**» мы получаем доступ к произвольному управлению исполняемой дирижером и оркестром музыки, при этом становясь полноправными и независимыми авторами всей жизненной музыки творчества собственной судьбы.

В процессе изучения практики **аутодизайна** приходит опыт создания согласованных мастерских композиций, исполнение которых приносит наслаждение и слушателям, и музыкантам, и самому автору произведения. Очень важно понять, что само оно является всего лишь мудрой машиной, разумность и вме-

няемость которой целиком и полностью определяется приданным ей информационно-программным обеспечением.

Как говорят программисты, «мусор на входе — мусор на выходе».

Если мы забываем питать собственную психику потоками радуги и гармониями звучаний, то приходится ли удивляться, что в нас самих не оказывается места для прекрасного, и мы сами своими поступками и своими переживаниями все более удаляемся от того, что нам самим мило, любо и дорого.

Мозг дирижирует организмом не столько по памяти, сколько строго по нотам сообщаемых ему впечатлений и производимых ими образов и переживаний.

Следуя логике развития этой метафоры, становится ясно, что для действительно мастерского исполнения необходимо сыгрываться и тренироваться на репетициях, последовательно оттачивая сложные пассажи и добиваясь максимально полного согласования различных инструментов в процесс их совместного звучания.

Понятно, что управление собственной жизнью, несмотря на его кажущуюся простоту, все же требует от самого автора картины своей судьбы истинного мастерства, развитого художественного вкуса и высокого профессионализма, которых не достичь и которые не развить без усердной практики.

«Ключ» открывает для каждого доступ в святая святых его собственного мозга и предоставляет право самостоятельно расписывать свою жизнь всеми цветами радуги, наполняя всеми ароматами и звучаниями. Согласитесь, это поистине волшебное средство преображения всей нашей жизни — преображения в точном соответствии с нашими собственными пожеланиями.

Человек имеет полное право прожить ту жизнь, какую ему самому более всего хочется творить и испытывать.

В глубине его души всегда звучит Голос Творца.

Таинственная магия музыки

Многое в музыке оцифровывается и даже записывается. Но сама музыка, ее пассажи и переливы, взлеты и созвучия все же формульно не механизмируются. Мелодия подобна живому организму, целостному и спонтанному, логику естественного саморазвития которого и способен уловить и выразить одаренный музыкант.

Композиторы — это агенты смысловой рецепции настроений целых сообществ.

Музыка всегда влияет на живой организм соответственно собственной уникальной структуре. Вряд ли воздействие музыкальных произведений, даже самых простых, без потерь разлагается на совокупность влияний отдельных вибраций, частот и гармоник.

Музыка есть поток развивающегося целого, она ценна как целое и как целое неизменно оказывается живой.

Музыкальная терапия зиждется не на знании механизмов влияния музыкальных излучений, а на понимании результатов, плодов, итогов самого интуитивно организованного воздействия. Не существует заданных рецептур, описывающих соответствия недугов и произведений. Либо терапевт сам пишет живую музыку для отдельного клиента, либо, ориентируясь на собственное интуитивное **предпочтение**, клиент сам выбирает то, что ему по непостижимо глубоким причинам нравится — и работает с этими вибрациями до тех пор, пока они не сотворят в его организме нечто важное, переключая его на иные настроения, состояния, **предпочтения** и ожидания.

Магический труд композитора состоит в умении угадать мелодическое решение того или иного саморождающегося в его душе пассажа. Целительный труд мелотерапевта заключается в предоставлении самых различных произведений на суд клиента и в консультировании последнего в процессе освоения им мастерства выбирать именно то, что его собственному организму более другого нравится. При этом сам организм должен быть понят как звучащее целое, законно интегрированное во всех своих обертонах и переливах.

Организм — это и волшебная музыкальная шкатулка, и поразительной мощности калейдоскоп. Звук и цвет в нашем теле поддерживают друг друга и переплетаются самыми затейливыми и неповторимыми способами. Овладение искусством выявления собственных предпочтений и усердный труд над восприятием нравящегося — лучший способ использования живой магии музыки и цвета во благо.

*Озвученный и расцвеченный человек
проживает совсем иную жизнь, нежели та,
которую он проводит в шуршании,
скрипе и туманном мраке.*

Целительность природных звучаний

Спектральные исследования частотных особенностей американского и японского языков помогли выявить существование принципиальных различий между ними. В то время как язык западной технологической цивилизации во многом был родственен грохоту машинных вибраций и шумам перенаселенных городов, японский язык оказался вибрационно близок журчанию ручьев, пению птиц и шелесту листвы.

Сама по себе мелодика речи, которой мы пользуемся изо дня в день, влияет на нас самым неожиданным образом, в зависимости от ее вибрационного рисунка, воздействующего на организм поверх любых смыслов и содержаний.

Слушание природных звуков удивительно гармонично отзывается на состоянии и настроении. В естественных природных шумах присутствует некая непостижимо тонкая математически лаконичная гармония, которая родственна внутренним звучаниям живых организмов, а потому питает их наиболее естественной, наиболее животворной сенсорной пищей.

В звучаниях самой природы ощущается некий глубинный полифонизм, присутствует некая спектральная фоновая многоцветность, присутствует наряду с образностью — абстрактность, а вместе с полнотой и даже избыточностью — удивительный полносмысловый лаконизм.

*Систематическое обращение к природным звучанием
неизменно является могучим ресурсом всякого человека.*

Причем не следует ограничиваться лишь пребыванием на лоне природы — высокотехнологические средства аудиозаписи достаточно хороши для того, чтобы приемлемо и полно передавать все богатство природных звучаний. Особенно глубоким оказывается это воздействие в том случае, когда яркие анимации дополняются природным шумом листвы или звуками морского прибоя.

Окружающим нас образам природы не слишком свойственны яркие цвета. Яркие цвета — это скорее знаки высшего мира, оттенки миров воображения, описанных исследователями **идеетических пространств**. Поэтому тончайшие звучания природных звуков мы вправе дополнять мощно влияющими композициями ярких тонов, оказывающих на мозг наиболее глубокое, и вместе с тем вполне гармоничное воздействие.

Живые природные шумы бессодержательны, но тонко упорядочены. В них присутствует некий собственно природный смысл, который можно было назвать первично биотропным. Само по себе существование, взятое в пределе своего пафоса, создает какой-то фоновый, зачастую неслышимый звук протекающей жизни, который находится как бы за всеми переливами птичьих песен и грохотаниями грозы, но все же ими не исчерпывается. Математически называют этот вибрационный фон жизни **фрактальным фликкер-шумом**. Он симметрично аналогичен совокупному звучанию интегральных **биоритмов** развития живого вещества и напоминает **реликтовое излучение** Дальней Вселенной.

Во все времена ценилось пение певчих птиц.

Во все времена ценился шелест розового сада.

Во все времена ценились журчания рек и шум прибоя.

Все они поразительно тонко и глубоко влияют на живые организмы, гармонизируя и усиливая их организационную мощь. Но за всеми этими звучаниями неизменно слышится неслышимый звук протекания самой жизни, без которого все эти шумы утрачивают свою живоносность и превращаются в обычные звуковые колебания.

Как раз искусству слышать во всем и всегда, в том числе и в самом себе, этот Фоновое Звучание Жизни, и обучаются в процессе усердного овладения «**Ключом**».

Перемещения и пульсации

Одной из вечных загадок Вселенной остается стационарная динамика живого. Живое всегда изменяется, всегда находится в процессе перехода. Даже оставаясь внешне статичным, живое всегда движется, пульсируя вокруг некоего устойчивого центрального состояния, рассматриваемого как организующий эту ритмическую динамику функциональный оптимум.

Динамичное состояние всегда двойственно, диалектично, парадоксально — ведь оно неизменно содержит признаки бывшего и будущего, не сводясь ни к одному из них и не являясь чем-то принципиально отличным от состояния «от» и «к». Живое использует **пульсационную квазистационарность** в случаях временного достижения некоего приемлемого режима функционирования, и линейно трансформационное состояние, когда необходимо в корне изменить условия своего существования.

Статичная анимационная **мандала** недостаточно жизненна — она ограничивает, стесняет и заключает живое созерцание в некие пусть даже широкие, но все же рамки. Наслаждаться можно лишь подвижным, переменяющимся и текущим. Тончайшие наслаждения связаны именно с движениями и переменами, но никак не с пребыванием в полном покое.

Опытный пользователь «Ключа» научается ценить танцы живого кристалла изображения, объединяющего порхание разноцветных мотыльков, сполохи дальних зарниц и переливчатые отблески самоцветов в свете солнца. Замершие в аквариуме рыбки неинтересны, умирающие рыбки сразу же блекнут и сереют. Наслаждение проточной водой, тихим ветерком, танцующей листвой и развивающимся восходом — все это архетипические виды наслаждений, неизменно динамичные, а значит живые в своей сути.

Символический опыт созерцания анимационных самоцветных **мандал «Ключа»** создает удивительное переживание тотального организованного движения, развивающегося с завидным постоянством смены неповторяющихся фигур. Они возникают и тают вокруг неподвижного Центра экрана, который никогда не раскрашивается, символически представляя собой бесцветное белое полноцветье Источника Всех Цветов.

РАД... НАСТРОИТЬ ВНУТРЕННЮЮ АРФУ!

Каждому, кто имел дело с музыкальными инструментами и сталкивался с проблемой их настройки, известно, что для успеха в восстановлении благозвучия инструмента необходимо развивать музыкальный слух.

Сравнение слышимых звуков аналогично определению **предпочитаемых** ощущений, которое является обязательным элементом работы с «**Ключом**». Очень важно осознанно развить в себе способность ориентировать на восприятие того, что «правится», а потому свидетельствует о гармонировании рассматриваемого впечатления внутреннему состоянию.

При определении **предпочтений** сравнению подвергаются субъективное впечатление от внешнего сигнала и то внутреннее эмоциональное состояние, которое вызывается этим впечатлением, с желательным состоянием внутренней гармонии, о котором внутренне известно только самому человеку. Определение приятного для многих оказывается не таким уж простым и понятным занятием, так как никого из нас исследованию **собственных предпочтений** никто никогда не учил, а о том, что нам приятно и чего мы сами желаем, и вовсе никто не спрашивал.

Любая игра непременно расстраивает музыкальный инструмент, да и рабочий инструмент мастера время от времени необходимо править да затачивать. Поэтому нужно учиться при восстановлении функциональной способности инструмента к работе обходиться без приглашения настройщика.

Если инструмент расстроен, никакие исполнительские усилия успеха не принесут. Напротив, будет звучать раздражающая какофония, которая раздражает чуткие организмы похуже ядовитых веществ.

По мере овладения искусством настройки инструмента приходит овладение потенциалами пауз, разделяющих звучания. Тишина является объединяющим контекстом для любых звучаний. В ней как бы сокрыты причинные корни любого звука. И лишь на уравновешенном фоне полной тишины можно выявить красоту того или иного звука.

Игра на расстроенном инструменте разрушает и инструмент, и исполнителя. Это чем-то напоминает попытку продолжать едду на спущенных колесах — останешься и без покрышек, и

РАДУГА ЛИЧНОЙ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ

Фиолетовый	Неисчерпанная глубина индивидуальности, присутствие тайного за выражаемым, интерес к глубинной подлинности бытия.
Синий	Внутренняя надежность, присутствие центра сознательности, организованность всех проявлений, полнота согласованности, личностная интегрированность.
Голубой	Предоставление другим свободы, ненавязчивость, ненапряженность, легкость речи, ясность взора, умение упрощать проблемы, оптимизм.
Зеленый	Здравая взвешенная рассудительность, успокоенность сосредоточением на здесь-и-теперь, самодостаточность, понятливость, дружелюбие, открытость сотрудничеству.
Желтый	Активная интеллектуальность, изобретательность, образованность, легкость на подъем, ясность целей, умение понятно выражаться, открытость действий.
Оранжевый	Увлеченность любимым делом, стратегическая организованность жизни, пламенность стремления к дальним целям, умение реализовывать замыслы.
Красный	Страстность чувств, достоверность переживаний, искрометный энергетизм, телесный магнетизм, смелость, решительность, мужество, вера в себя.

РАДУГА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ

Фиолетовый	Неустанное восхищение совершенством мастерства, понимание высшего источника вдохновения, умение благоговейно призывать озарение творчества.
Синий	Искусство трудиться размеренно и не торопясь, понимание значения высшего качества труда, гармоничная интегрированность в процессе развития.
Голубой	Открытость для обновления видения шедевра, стремление к изобретению новых подходов, внутренняя свобода игры творческого поиска.
Зеленый	Понимание характера взаимосвязей и отношений, умение косвенно влиять на целостные структуры, дипломатизм в согласовании сил и средств.
Желтый	Динамизм интеллектуального анализа ситуации, исследовательский задор, заинтересованность в успехе, умение эффективно обучаться всему необходимому.
Оранжевый	Увлеченность любимым занятием, стремление к воплощению замыслов в жизнь, преданность исповедуемым ценностям, стойкая мотивация.
Красный	Высокий энергетизм в реализации задуманного, любовь к интенсивному труду, ощущение дара мышечной радости, опытность в обращении с организмом.

без колесных дисков. Поэтому чем чаще настраивается инструмент, чем чаще и полнее предоставляется время для восстановления его собственной гармонии, тем увереннее развитие музыканта и тем сохраннее само орудие творчества.

Взаимодействие настройщика и инструмента — аналогия восстановления гармонии организма с помощью восприятия предпочитаемого.

Взаимодействие настройщика, инструмента и ситуации, к которой необходимо подготовить особый порядок настроенности, ближе к пониманию **самопрограммирования**. Главное понять, что ни в исполнительском искусстве, ни в управлении собственным развитием никакой высокой результат, никакая высокая музыка, никакая красота не достижима без серьезной и глубокой настроенности инструмента внешнего и инструмента внутреннего.

Биопалитра великого русского психиатра

Известный русский психиатр Владимир Михайлович Бехтерев славился не только как мастер диагностики душевных расстройств, но и как успешный избавитель от психических недугов. В результате многолетних экспериментов в применении самых различных методов терапии он пришел к выводу о наибольшей целесообразности применения естественных путей оздоровления.

Бехтерев понимал, что организм больного человека вряд ли можно настраивать подобно музыкальному инструменту, используя грубые и жесткие влияния, к примеру, тяжелые нейролептики и электрошок, широко распространившиеся в первой половине XX века.

Одним из излюбленных приемов лечения Бехтеревым самых различных недугов было особое сочетание воздействия цветом и гипнотического внушения. Он старался наладить внутреннюю жизнь организма с помощью самых что ни на есть гармоничных и естественных влияний — воздействия словом и влияния приятными, нравящимися цветовыми потоками.

Ему действительно удавалось достичь волшебных результатов, о которых, к сожалению, забыли уже вскоре после его кон-

чины вследствие очарованности врачей новыми нейротропными препаратами и другими ультрасовременными техниками влияния.

Удивительно, но к началу XXI века опыт русского психиатра оказался вновь востребованным. С помощью объединенных цвета и слова ему действительно удавалось справлять даже с самыми тяжелыми недугами. Однако успех разработанного им метода не мог быть полон. Ведь в его время не было компьютеров, а значит, не могла быть разработана **арттехнология**, аналогичная «**Ключу**». Тем не менее, сама идея Бехтерева о могуществе сочетания естественных факторов влияния осталась верной и по сию пору, что говорит о проницательности великого русского душеведа.

Возможности **арттехнологии** превосходят даже мечтания Бехтерева. С помощью «**Ключа**» человек оказывается в состоянии помогать самому себе даже без привлечения специалиста. Оказывается, мы вполне мудры и чувствительны для того, чтобы самостоятельно организовать гармоничное **самовлияние**, которое окажется целительным для нас.

Результаты применения освоенного аутотренинга ничем не менее впечатляющим, чем результаты гипнотических внушений. **Самовлияние** в ряде случаев оказывается намного предпочтительнее стороннего воздействия, к примеру, в ситуациях невозможности обращения к врачу или в случаях возникновения особо интимных проблем. Тем более, что точно подобрать **предпочитаемый** оттенок цвета для организации эффективного **самовлияния** за человека не сможет никто другой.

*Никто лучше нас самих не знает,
что нам нравится больше, а что меньше.*

Современники и коллеги русского психиатра в годы его активных поисков интенсивно интересовались возможностями лечения цветом и гипнотическими экспериментами, при этом особого эффекта не достигая.

*Проведение Бехтерева состояло в понимании
могущества сочетанного воздействия слова и ощущения.*

Необходимо было творчески объединить формулы гипноза и потоки нравящихся цветов с тем, чтобы сопрячь силу цветочных ощущений и предписаниями разуму. Ведь они адресуются

разным участкам мозга, лишь при совокупном цветогипнотическом воздействии функционирующим сочетанно и синхронно.

Важнейшим преимуществом «Ключа» перед любым внешним воздействием остается полная управляемость конструируемых потоков самовлияния: при возникновении субъективной необходимости и цветоконструкцию, и формулы самовнушения можно легко переформировать, добываясь тем самым более эффективного результата.

Система «Ключ» — человек более гибка и подвижна, более чутка к переменам ситуации и смене настроений, чем система «пациент-врач».

Понятно, что если «Ключ» в соответствии с мечтами великого психиатра оказывается столь эффективен для оздоровления людей, страдающих серьезными душевными и телесными заболеваниями, то насколько же он окажется полезен для профилактики заболеваний у здоровых людей. Ведь ни о каких побочных эффектах, связанных с его использованием, говорить не приходится.

*Что может сравниться в естественности с сочетанием
нравящегося цвета и самостоятельно формулируемыми
текстами самоприказаний!*

Исторический прогресс арттерапии

Об исцеляющей силе красоты было известно во все времена. Первым целебным средством, которое на заре своего развития познал человек, было нечто красивое, приятное и улаждающее, дарующее покой и ощущение благодатности бытия.

Развитие метода лечения красотой существенно ограничивалось возможностью создания самих предметов красоты и доступом нуждающихся в лечении к ним. Так что получается, что, несмотря на седую древность самой идеи терапии красотой, реализация этой идеи в том виде, в котором это реализовано в «Ключе», действительно нова и доселе не имела места в истории.

Началось победное шествие арттерапии с совершенства храмов Асклепия в Древней Элладe и с многочасовой вдохновен-

ной работы придворных музыкантов, пытающихся исцелить заболевшего монарха. Однако абсолютное большинство людей, исключая разве что богатейших правителей и самих мастеров искусств, доступа к прекрасному практически не имели. Им оставалось любоваться закатами да веселыми песнями на шумном празднике.

Отсутствие средств тиражирования шедевров красоты и ограничение доступа нуждающихся в исцелении красотой к источникам гармонии существенно сдерживало возможность испытать красоту как особое лечебное средство, способное помочь справиться даже с очень серьезными заболеваниями.

Лишь развитие музеев и галерей, доступных для народа, да совершенствование средств тиражирования изображений и звуков дало мощный толчок развитию **арттерапии** как единого направления в лечебном искусстве. Вспомним, что психодрама, спонтанное живописание и даже цветотерапия стали всерьез рассматриваться как лечебные средства лишь в XX веке. Эти методы стали привычными для современников, но мало кто помнит о том, что появились они исторически недавно.

Лишь возникновение мультимедийных компьютерных технологий и развитие средств создания виртуальной реальности сформировали возможность изобретения **арттехнологии «Ключа»**, благодаря которой исцеляемый человек сам создает именно те комплексы впечатлений, которые им же самим рассматриваются как наиболее адекватные стоящим перед ним трансформационным задачам.

Открытие **арттехнологии «Ключ»** фактически позволит превратить **арттерапию** в искусный метод самолечения. Власть над выздоровлением передается от дипломированного врача самому пациенту. Специалист может выступать в роли консультирующего эксперта. Но все же движущей силой развития терапевтического процесса становится само стремление исцеляющегося к обретению полноты переживаний и гармонии самоинтегрированности.

Такая передача «лечебной власти», переход к **самосозданию** медицинских услуг, движение от здравоохранения к **здоровозиданию** весьма характерна для наступления Информационной Эпохи, как она описана Олвином Тоффлером: очень многое, особенно важное и ценное, люди станут делать для себя сами,

просто из желания творить и своими руками создавать собственную жизнь.

Арттехнология — это не только инструментальное средство формирования сенсорных потоков, но и замечательный тренажер для действительного развития в каждом художественных способностей.

Специфика **арттерапии** заключается в том, что искусство лишь с большими оговорками понимается как метод и средство лечения.

*Искусство представляет собой
самую суть человеческой жизни как таковой.*

Общение с прекрасным помогает не просто избавиться от конкретной хворобы, но и обрести новую целостность собственных ощущений, продвинуться к пониманию жизни как единого интегрированного процесса, рассмотреть краски дней и отношений.

*Искусство — это и школа жизни, и практика жизни,
и инструмент создания жизни.*

Все болезни — не просто от нервов, но от невыносимого столкновения с трудностями собственного существования. Дисгармония психики порождается рассогласованием ценностей и действий, диссонансами отношений и самопонимания. Искусство, внося упорядоченность в понимание человеком феномена самой жизни, выстраивает в новом порядке его представления и переживания, тем самым приводя в порядок и его организм.

Воздействие это происходит спектрально, неформально, подспудно и косвенно, не сразу, но обязательно целостно и глубоко. Понятно, что ни один из признанных эффективными лечебных методов не может даже сравниваться с **арттерапией** по глубине и экологичности воздействия.

Арттерапия исцеляет человека, восстанавливая целостность его жизни, она влияет на главную причину любого заболевания — преодолевает дезинтеграцию жизненного состава, «штопает» жизненный мир, «склеивает» осколки разбившегося миропонимания и возвращает человеку счастье действительно эффективной адаптации ко всему, что называется вызовами развития.

Сравниться с лечением искусством по глубин и силе воздействия не может ни один из лечебных подходов. Древние мастера терапии это понимали, однако технический прогресс лишь недавно подарил землянам инструменты лечебного художничества, одним из которых и является **арттехнологический психопроцессор «Ключ»**.

Критерий высокой адаптивности — способность совершать желаемое изящно и искусно, мастерски, художественно, без утруждения, но с радостью и оптимизмом. Именование кого-то мастером своего дела или художником избранного искусства — означает вынесение самой высокой оценки всему его жизненному процессу.

Мастер интегрирован, согласован, целостен, гармоничен, а значит и здоров. Если оставить в стороне навязчивый мазохизм стенаний по поводу связи между голодным желудком и поэтическим вдохновением, то следует признать, что высшая гармония порождается теми, кто истинно гармоничен во всех своих проявлениях. Именно так во все времена понимали истинных художников, великих мастеров. Мудрых учителей и вдохновенных правителей.

Согласованность самого искусника являлась гарантией гармоничности всего им порождаемого.

Именно к такого рода согласованности направляет занимающегося **арттехнологический психопроцессор**. Человек сам создает свои лечебные паттерны, сам рисует свои состояния, сам выводит узоры своих **предпочтений** и сам конструирует программы внушающих **самовлияний**. Удовольствие ведет к достижению трансформации поведения, которое становится успешным в достижении желанных целей, тем самым перерастая в истинное наслаждение.

Что может быть величественнее, желаннее и прекраснее, чем действительно полная власть над самим собой! Что может дарить большее ощущение собственной свободы, нежели возможность по своему желанию переделать свой жизненный мир так, чтобы он понравился тебе самому! Чего человек может желать больше, чем власти над всеми своими восприятиями, оценками и стереотипами, благодаря которой он, словно обладатель волшебной палочки, способен реализовать любые цели и достигнуть в чем угодно любых результатов.

Главное достоинство **арттерапевтического психопроцессора** заключается в его доступности (у многих есть доступ к персональному терминалу), относительной простоте в использовании и возможности применяться автономно, без необходимости присутствия какого бы то ни было посредника (психолога, наставника, врача, инструктора, консультанта).

Человек остается наедине с собой и творит картины собственной психики такими, какими ему хотелось бы видеть. По ходу процесса **самораскрашивания** он убеждается, что все его глубинные желания на самом деле гармоничны и возвышенны. Мало-помалу рассеивается миф о его природной злонамеренности, благодаря чему человек начинает воспринимать окружающих людей как заболевших дисгармониями, но не являющихся носителями некоего субстанционального зла.

С распространением **арттехнологии** постепенно войдет в обиход представление об **аутодизайне**. Каждый почувствует себя художником собственной жизни, благодаря чему исчезнут иллюзии ограниченности достижений генетическими особенностями или какими-то иными запрограммированностями.

Человек осознает себя как самопрограммирующееся существо, которое имеет право желать того, что ему самому приятно. Тогда речь пойдет не о лечении, а о профилактической **рекреации**, которой дети будут обучаться еще до начала посещения школьных занятий.

Такого в истории **человековедения** еще не было, но оно уже появилось. Создается впечатление, что мы все стоим перед распахнутыми Радужными Вратами, из которых на нас льются потоки волшебных цветов и звуки неземной музыки.

Таких развивающих экспериментов с человеческим организмом еще не проводилось, но теперь они стали возможны. Широкое исследование возможностей применения **арттехнологических психопроцессоров** продемонстрирует беспредельность могущества сил самоорганизации, убедит людей в том, что о действительном величии потенциала собственного организма они до сих пор понятия не имели.

Этот волшебный «Ключ» будет повернут при жизни настоящего поколения. И наши потомки будут жить уже в иной антропологической реальности, в реальности повсеместного распространения практик осознанного развития.

Терапевтический гармонизатор

Всякий здравомыслящий человек осознает драгоценность собственного здоровья как важнейшего условия творческой самореализации и переживания счастья. Любому хотелось бы регулярно достигать полноценного оздоровления без особых забот. Вам посчастливилось приобрести ультрасовременное психоаппаратное средство, способное помочь Вам в преумножении имеющегося у Вас потенциала здоровья.

В предлагаемой компьютерной программе реализован принцип единства тела и духа, который многими понимается излишне отвлеченно. Мало кто осознает, что именно гармонизация психосоматической целостности организма, именовавшаяся в древности «*микrokосмический порядок*», и является принципиальным содержанием любого *здоровосозидательного процесса*, нередко ошибочно именуемого «избавлением от болезней».

Заболевание вовсе не является результатом отягощения организма чем-то чужеродным и внешним. Главной и единственной причиной любого патогенеза является недостаточность потенциала защитных сил организма, центральную роль в генерации которого играет психоэмоциональное состояние человека. Фактически психопрофилактика и психогигиена сводятся к непрерывно развиваемому *искусству сознательного управления собственным развитием*, в том числе и благодаря достижению контроля над качеством и динамикой собственного мышления, восприятий и переживаний.

Предлагаемое программное средство предоставляет Вам возможность использовать до сих пор не раскрытые *ресурсы саморегуляции* для того, чтобы восполнить недостаток гармонизирующих регуляторных влияний, что принципиально необходимо для выстраивания приемлемого иммунитета и приведения в действие сокровенных физиологических механизмов восстановления жизнеспособности органов и тканей.

Социологи именуют *элитой* группу лиц, *ответственных за управление и развитие* общественной жизни. Подразумевается, что сами элитарии достаточно опытные в самоуправлении и саморазвитии, в противном случае они оказываются неспособными полноценно участвовать в упорядочивании и гармонизации жизни сограждан. Предлагаемая Вам терапевтирующая

программа предоставляет возможность своевременного оказания само- и взаимопомощи без необходимости обращаться к личному психотерапевту. Она рассчитана на использование ценностно упорядоченными и личностно зрелыми индивидуумами, способными разобраться в собственной душевной жизни и готовыми сознательно заниматься собственным внутренним благополучием.

Формирование *навыков оптимального самоуправления* физиологическими и психоэмоциональными процессами, раздельно рассматриваемыми лишь невежественными людьми, гораздо ценнее и надежнее запаса лекарств «на всякий случай». Использование предлагаемого нами аппаратного *терапевтирования* со временем разовьет Ваше умение сознательно контролировать собственные реакции на окружающую жизнь и *восстанавливать психосоматическую гармонию*, нарушенную вынужденным столкновением с тем или иным вызовом внешней жизни.

Чем-то вдумчивая работа с текстами и цветопотоками, алгоритмически организуемыми «*Терапевтическим Гармонизатором*», напоминает возврат к своего рода исповедальной психокультуре. Человек должен хотя бы пару раз в день возвращаться в собственный внутренний мир и наводить порядок в своем тончайшем и многосложнейшем душевном микрокосмосе. Только так он может *оптимально настраивать регулирующие системы своего организма* для того, чтобы они успешно противостояли натиску окружающего хаоса. *Сами по себе ресурсы человеческого организма, мобилизуемые лишь при сознательном их использовании, невообразимо богаты и могущественны.* Приступить же к их последовательной активации как раз и предлагается с помощью разработанного нами *инструмента развития психологической культурности*, заключающейся в мудрости самопонимания и сознательном управлении собственным развитием.

Разработан «*Терапевтирующий Гармонизатор*» командой профессиональных психотерапевтов и опытных врачей, на протяжении двух десятилетий исследовавших наиболее эффективные алгоритмы создания терапевтирующих спектров, оптимальных для оздоравливающей гармонизации организмов людей, страдавших самыми различными заболеваниями, в том

числе и в очень тяжелой форме. Так что в основе этого программного продукта заложен целый ряд *эксклюзивных психомедицинских ноу-хау*, пока не имеющих аналогов на *мировом* рынке информационных технологий.

Правильное использование программы позволяет *вовремя* корректировать текущее состояние регулирующих систем организма, не позволяя случайным и преходящим сдвигам в их функционировании развиться в ограничивающее свободу жизни заболевание. Речь идет не только и не столько о профилактике различного рода нарушений функционирования органов и систем организма, сколько о *лечебном* воздействии на человека. В результате исследований полностью была подтверждена гипотеза группы разработчиков о *выраженном терапевтическом эффекте* применения программы. Более того, разработанная система алгоритмов позволила открыть новый этап развития самой медицины, понимаемой как психокibernетическое искусство *гармоничного настраивания регулирующих систем организма*.

Позитивных эффектов применения «*Терапевтирующего Гармонизатора*» множество, так что к одному только избавлению от нарушений в работе органов и тканей его задача не сводится, хотя одно это уже немало. Главной целью разработавших программу специалистов являлось создание компьютерной психотехнологии, позволяющей творческому человеку открывать и реализовывать *ресурсы собственной изобретательской спонтанности*.

Наша жизнь требует непрестанной адаптации, которая не может быть оптимально осуществлена без своего рода *непрерывного изобретательства*. Речь идет не столько о научных открытиях и технических новациях, сколько об изобретательстве сугубо жизненном — административном, семейном, психологическом, педагогическом и даже медицинском. Творчество синонимично изобретательской фантазии, реализуемой во всех без исключения сферах жизни. Интенсивная работа с нашей программой делает человека таким, каким он был «спроектирован» родителями да природой, т.е. позволяет ему в достаточно полной мере *реализовать собственные потенции и внутренние дары*.

Оздоровляющее и вдохновляющее влияние, управляемое алгоритмами предлагаемого программного средства, предельно глубокое, но *совершенно гармоничное и принципиально ненасильственное*. Фактически человек за несколько месяцев *осознанного самотворчества* с применением программы психофизической гармонизации становится другим, точнее — *обновленным и окрыленным*.

Использование предлагаемого программного продукта позволяет развивать новую культуру *заботы о себе*. Получается что-то из области научной фантастики, только *реализованное* в пригодном для применения виде. Программные цветопотоки и текстовые композиции способствуют *нерепрессивному восстановлению гармонии тела и души*, возвращают индивидууму *утраченное равновесие* и упрочают *живую целостность* его организма. В психоэмоциональном плане человек *уже через несколько недель* работы по предлагаемой методике саморазвития встречается с самим собой, чего он мог безуспешно желать и ждать много лет.

Воздействия *питают и настраивают, гармонизируют и вдохновляют, освежают и освобождают*, одним словом — *помогают человеку последовательно становиться тем, кем он хочет быть*. Программа *развлекает, исцеляет и обучает* одновременно. Понятно, что всякий здравомыслящий человек просто обязан не только иметь в своем распоряжении такую программу, но и *регулярно использовать ее* подобно тому, как мы ежедневно пользуемся зубной щеткой, вилок и расческой.

Как известно, все клетки, ткани и органы человеческого организма, в конечном счете, через ряд регуляционных опосредований, управляются головным мозгом. Главным каналом поступления энергоинформации из среды, согласно исследованиям психофизиологов, является зрительный анализатор. Подбор спектра цветопотоков, динамически сменяющих один другого, специально осуществляемый на основе выработанного в ходе многолетних исследований алгоритма, позволяет *целенаправленно воздействовать на мозг человека*, вызывая соответствующие последующие реакции нервной системы, приводящие к *настройанию регулирующих систем организма*.

В ответ на *терапевтически эффективное цветковое воздействие* вырабатываются те спектры нейрогормонов и психопепти-

дов, которые и реализуют требующуюся для гармонизации и исцеления *перенастройку* всех управленческих инстанций организма сверху донизу. Более того, в последние десятилетия досконально изучена нейронная сеть Беккера, связующая сетчатку глаза, собственно принимающую цветовое влияние, и нейробиологические структуры стволового отдела центральной нервной системы, отвечающие за управление выработкой гормонов, *непосредственно воздействующих на управляющие молекулярные механизмы клеток организма*. Так что правильно организованное цветовое влияние непосредственно вызывает *продуцирование лечебных «внутренних лекарств»*, даже минуя сознательное опосредование смысла осуществляемого управляющего воздействия.

Крайне важным оказывается тот факт, что гармонизирующее влияние производится *совершенно ненасильственно*, а то и вовсе незаметно для исцеляющегося человека, так что ему остается *наслаждаться приятными сверканиями* своего монитора и уверенно готовиться к переживанию оздоровительного эффекта, которым ему после необходимо грамотно распорядиться. Заодно в процессе работы с формулируемыми программой психодиагностическими текстами *устраняются страхи*, связанные с сомнениями в собственном душевном здоровье, *снижается тревога* перед психотерапевтической беседой со специалистом-душеведом и *укрепляется доверие к самопониманию и самооценке*. Фактически клиент *сам управляет собственным развитием*, которое *направляется к полноте самореализации*, т.е. *счастью*.

Программа обладает *дружественным* интерфейсом, *проста* в обращении и *ясна* в применении. Разумеется, для проведения сеанса *аутогармонизации* необходимо полностью уединиться для того, чтобы суметь *воспользоваться предоставляемыми программой возможностями восстановления собственной гармонии в полной мере*.

Лучше всего для этого использовать десятиминутные периоды отдыха утром, днем и вечером. Таков оптимальный режим работы с программой в первый месяц ее применения. После можно переходить к ежедневному *«психоэнергетическому умыванию»* по утрам и вечерам.

Никакая рационализация обеспечить «правильный» выбор цвета не может, так как «правильных» выборов попросту не существует. Всякий раз Ваше состояние, настроение и самочувствие *изменяются*, поэтому в Ваших интересах выбирать цвета легко и честно, дабы формируемое алгоритмами программы *цветоэнергетическое «лекарство»* соответствовало Вашему реальному состоянию. Любая «подтасовка» данных тестирования противоречит Вашим интересам, заключающимся в получении действительно адекватной гармонизирующей поддержки, соответствующей *именно тому состоянию*, в каком Вы в текущее время реально пребываете.

Выбирать следует быстро, мимолетно оценивая то *тонкое внутреннее ощущение* приятия или неприятия, которое сопровождает разглядывание каждого цвета. Предпочитайте те цвета, на которые Вам в момент выбора *хотелось бы* порассматривать, к примеру, в виде *большого цветового полотна*. Неприятные же, вызывающие раздражение или просто не привлекающие Вас цвета должны занимать последние позиции в очередной ранжировке, хотя это им вовсе не препятствует в другое время занять первоочередные места. Главное — чтобы Ваш выбор *действительно соответствовал Вашему состоянию*. Только в этом случае вообще имеет смысл работать с «*Гармонизатором*».

Вот тут-то и начинается *Ваша главная внутренняя работа*. Вы должны созерцать создаваемые для Вас ряды цветных фигур *столько, сколько захочется*. Обычно это занимает от 5 до 15 минут, хотя в случаях наиболее выраженных психоэмоциональных дестабилизаций порой гармонизируемые лица засиживаются за монитором до часа. Дело в том, что утрата интереса к предлагаемым цветовым стимулам произойдет как раз тогда, когда Ваш организм в полной мере *насытится запрашиваемыми им информационными энергиями*. Поэтому постарайтесь в первые месяцы работы с «*Терапевтирующим Гармонизатором*» сидеть столько, сколько захочется, пока это будет Вам приятно и психологически комфортно, даже если дела и люди стараются Вас отвлечь от проведения *оздоровительной процедуры*.

Во время просмотра желательно *расслаблять глаза, освободить мысль, отпустить тело и отдыхать*, насколько возможно. От полноты такой релаксации и успокоенности разума и дыха-

ния зависит *глубина проникновения* цветопотоков в регулирующие системы организма и упрочение новых, более гармоничных и *естественных режимов функционирования* нервной и гормональной систем.

После завершения *напитывания мозга целебными цветами* закройте глаза и несколько минут сосредоточенно послушайте музыку, предоставляя тем самым регуляционным структурам организма *освоить новый предложенный им порядок оптимального функционирования*. Можете в этой приятной медитации поговорить с собой или с теми, кому Вы доверяете и с чьими образами связаны лучшие дни Вашей жизни. За несколько минут только что проведенного сеанса *Вы глубоко изменились, настроились и гармонизировались*. Возможно, это — лучшее время для пожелания добра, света и любви всем тем, кто Вам *помогал*, кто Вас *понимал*, кто творчески участвовал в Вашем человеческом развитии.

Нейрохимики утверждают, что сосредоточение на образах *любимых* людей и переживание чувства *искренней признательности* им за добрую помощь после гармонизирующего влияния цветами способствует выработке в организме особых *психохимических* веществ, *благоприятно сказывающейся* на телесном благополучии.

Понимание себя, принятие ответственных решений о реформировании порядка жизнетворчества и последовательное выстраивание не абы какой, но желаемой и осознанно формируемой линии жизни — вот что отличает развитую, зрелую элитарную личность от стереотипно страдающего маргинала.

Исповедуемое разработчиками «*Терапевтирующего Гармонизатора*» мировоззрение, заложенное в функциональную сердцевину программы, предполагает *естественность и легкость достижения действительной адекватности жизни, доступность создания высокой адаптивности и простоту реализации счастья*. Однако все же для сохранения высокого уровня собственного *реализационного творческого потенциала* человек все же обязан усердно работать не только вовне, но и в собственном внутреннем мире. Именно *регулярная работа над собой отличает высокоразвитого элитария* от безответственного потребителя внешних благ.

Наш программный продукт действительно оказывается *мощным средством мобилизации творческого ресурса*. Мы исследовали его в работе с детьми-изобретателями, которые строго формулировали предлагаемую педагогом нестандартную задачу, а затем расслаблялись во время прединсайтной инкубации, предаваясь созерцанию движущихся цветных картинок «*Гармонизатора*». В результате *эффективность нахождения оригинальных решений* повышалась в несколько раз, причем у всех без исключения детей. Так что вполне осознанно планируемое обдумывание важных жизненных проблем перед экраном гармонизирующего Вас терминала на деле окажется весьма полезным способом *оптимизации собственного творчества*. Одно из рабочих названий программы — «*Катализатор Инсайтинга*», но после мы отказались от него ввиду значительно большей актуальности проблемы *оздоровления*, нежели проблемы *изобретательства*.

Обращайтесь к «*Гармонизатору*» когда захочется — пусть Вашими встречами с программой руководит *внутреннее наитие* и управляющая развитием Вашей жизни *вдохновенная интуиция*. Учтите, что работа с цветами должна осуществляться *ежедневно*, разумеется, если Вас действительно интересует описываемый нами результат, устойчиво достигавшийся во *всех* педагогических и клинических экспериментах, организованных по выработанной методике, которая и изложена в настоящей записке.

Вы можете реализовать *целительный потенциал программы*, помогая своим близким, друзьям и знакомым, при этом не вникая в существо беспокоящих их проблем и не интересуясь личными секретами. Просто предоставьте им возможность внимательно изучить предлагаемую инструкцию — и оставьте наедине с монитором. Эффект Вас не только удивит, но и порадует. «*Терапевтический Гармонизатор*» ориентирован на открытие душевных глубин человека, которые скрывает *неисчислимое богатство смыслов, энергий и способностей*. Его главный полезный эффект по праву может быть назван *психокаталитическим!*

Теперь в Вашем распоряжении есть все, что *необходимо для успешного развития собственной жизни*. Остальное целиком и полностью зависит только от Вас. Как известно, под лежачий

камень вода не течет. Вы же в состоянии таким образом *реформировать собственную жизнь*, что даже удивитесь *простоте* и *легкости* такого чудесного достижения, что именуется *счастьем*. Жизнь требует усилий и ответственности, но *ее выстраивать гораздо приятнее, легче и интереснее, чем многие осмеливаются подумать*.

Глава шестая «МОЩЬ ЦЕЛЕБНОЙ ГАРМОНИИ»

Красота как главный источник могущества

Высшая власть во все века неизменно ассоциировалась с красотой. Красота сопутствует влиянию, вызывает присущий силе и власти трепет и желание согласиться. Непобедимая сила обычно убедительно красива, иначе воспринимается как нечто угрожающее самому существованию.

Все высшее, лучшее, превосходное стремится если не быть, то как минимум выглядеть прекрасным.

Откровенное уродство отвергается всеми и вся. Агрессивная дисгармония даже чужающимися красоты внутренне больными людьми отвергается как неприемлемая.

Роскошные дворцы, храмовые комплексы, короны с драгоценными самоцветами и полотна мастеров, заполняющие частные коллекции — все это символы великого могущества. Всякая мощь стремится присоединиться к красоте, чтобы самой выглядеть более убедительной. Могущество нередко само по себе оказываясь уродливым, все же тяготеет к намеренному ассоциированию самого себя с шедеврами высокой красоты и образцами великой гармонии.

Красота действительно является источником могущества, если понимать его как объединение истинности, интуиции, мудрости, разнообразия и таланта.

Красота всесильна тем, что способна умиротворять даже самых страстных и агрессивных, тем самым предотвращая бес-

СПЕКТР КАК ОБРАЗ ИНТЕГРАЦИИ



СПЕКТРАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ СООБЩЕСТВ

Царство	Корпорация	Общество
Жрецы	Хозяин	Собственники
Царь	Директор	Топ-менеджеры
Визирь	Специалисты	Журналисты
Поэт Художник	Психолог	Политики
Казначей Распорядитель	Бухгалтер Администратор	Предприниматели
Гарем	Менеджеры	Услуги
Армия	Исполнители	Работники Полиция Спорт Армия

смысленную растрату сил. Уметь видеть красоту — значит иметь доступ к знанию, которое никогда не расторгает своей сущностной связи с прекрасным.

Красота вдохновляет любого пробуждаемым ею к переживанию полноты жизни, поэтому очарованию ее силы не может никто оказать сопротивления. Могущество истинное, заслуженное, законное может быть только прекрасным, красивым и гармоничным, иначе оно вырождается в пустое подавление жизненности и насилие над естественным. Великаны и могущественны, и прекрасны, но злодеи остаются уродливыми, несмотря на всю хитростью похищенные ими влияние и заполученную силу.

Волшебная сила искусства

Искусство сильно тем, что оно позволяет целенаправленно управлять самими управляющими процессами в организме, а именно — мышлением и переживаниями. Виртуальная реальность искусства, проецируемая компьютерными системами или просто предоставляемая книжными текстами развивающемуся воображению, воспринимается человеком как вполне действительная.

Произведения искусства, в качестве каковых могут рассматриваться и предпочитаемые озвученные анимации, способствуют произвольному управлению оценками, восприятиями и поведением.

Равнодушных к искусству людей просто не существует!

Даже если человек агрессивно отрицает царящую над его душой власть искусства, они тем не менее продолжают оказывать свое глубинное влияние на его психические недра, что со временем обязательно сказывается на его настроении, развитии и состояниях.

Управление генерируемыми потоками красоты может быть понято как главный инструмент интенсификации личностного роста, который всегда самодействующ и самопитаем. Однако в окружающей жизни этому росту недостает источников энергии прекрасного и соответствующих внутренним запросам растущего индивидуума паттернов упорядоченности.

Внимание к красоте и предметам искусства — это всегда внимание к себе, наслаждение состояниями, вызываемыми искусством и радование возможностям, открываемым гармоническими образцами красоты.

Искусство синонимично авторской психокультуре, благодаря которой человек вполне произвольно, пусть и руководствуясь энергиями вдохновения, создает нужные ему состояния и настроения, развивает определенные убеждения и понимания. Один из провозвестников Новой Эпохи — художник, психолог и археолог Хосе Аргуэльес — утверждает, что именно искусство станет основным занятием землян в Новую Эру.

Именно обращение к искусству — к его восприятию, развитию и созданию — поможет человеку стать тем, кем он по праву является — существом, осознанно управляющим собственным развитием.

Каждый должен стать не просто собственником картинной галереи, но именно художником, активно создающим собственную жизнь, раскрашивающим свои состояния и аранжирующим свои настроения. Именно в общении с искусством наиболее гармонично и целостно развивается психическая деятельность человека, которая собственно и составляет его наиболее ценное специфическое достоинство, выделяющее людей из всей тварной природы мироздания.

Гармония как опора развития

Перемена состояния требует поддержания надежной устойчивости целого. Когда происходят серьезные трансформации в системе, она нуждается в организационной защите, которая позволит ей пережить изменения без потери устойчивости и целостности. При перестройке любой сложно организованной системы должно осуществляться то, что именуется в боевой тактике «прикрытием»: пока один боец передвигается к назначенной позиции, другой прикрывает его огнем, не давая противнику использовать слабое положение оставшегося открытым соперника.

Функцию прикрытия при перестройке живых систем лучше всего выполняет воздействие предметов красоты. Полнота гармонии пропорциональна силе иммунитета.

Именно гармония, пропорциональность и согласованность, совокупно воспринимаемые как красота, создают тот необходимый запас прочности, который предоставляет живой системе возможность без потерь осуществить требуемые для развития перемены.

Возможностное состояние, вызываемое восприятием **предпочитаемого** сенсорного потока, само по себе является одновременно и переходным (высокопластичным), и вполне устойчивым, так как оно связано с интенсивным восприятием паттернов красоты.

Энергетические затраты самой биосистемы на поддержание потенциала **возможностного состояния** оказываются минимальными, так как ритм, цвета, звучания, пропорции и меры **возможностного состояния** поддерживаются компьютерным терминалом. Он согласно заданной программе генерирует **предпочитаемый** сенсорный поток, который вызывает, поддерживает и углубляет **возможностное состояние**, идеальное для перехода в новое качественное состояние.

*Гармония — это запас здоровья,
потенциал сбалансированности,
могущество меры.*

Сенсорно стармонизированный организм спокойнее, увереннее и успешнее развивается. Сенсорная гармонизация создает двоякую предпосылку устойчивости развития, параллельно уравнивая и психоэмоциональную, и нейрофизиологическую составляющие целостной психосоматической системы.

Умение вызывать по своему желанию требуемое **возможностное состояние** создает уверенность в успехе любого предполагаемого перехода, благодаря которому занимающийся самоуправлением индивидуум достигает необходимого ему трансформационного эффекта.

Стремление к осознанной адаптации с использованием сенсорных потоков, вызывающих **возможностное состояние**, и создает ту самую готовность к приключению переключения, без которого успешного развития и быть не может. Красота — великая сила, так как гармоничное развивается устойчивее и интенсивнее, а значит всегда оказывается на шаг впереди дисгармонично приспособляющегося к изменениям окружения.

Гармония как синоним успеха

Любому известно: когда задуманное у тебя прекрасно получается, то от испытываемого тобой удовлетворения становится лучше не только самому тебе, но и всем тем, кто так или иначе связан с тобою.

Успех синонимичен целесообразному обустройству мира.

Обустройство понимается как оптимизация и гармонизация всех частей и элементов в контексте равновесия и интеграции развивающегося целого Вселенной.

Без красоты и покоя, без чувства меры и ощущения пропорций мы многое нередко натворили бы не так, как то следовало бы, исходя из общих интересов. Даже если что-то уже создано не так, как того бы хотелось, пересоздавать, т.е. исправлять да излечивать, можно лишь с помощью эталонов красоты. Так что с выбором курса на перестройку, касается ли то нашей собственной души или отношения к какому-либо делу, никаких проблем возникать не должно:

стремление к гармонии является единственно достойным критерием в выборе направления трансформации.

Гармония математически едина для всего Мироздания, ибо является эталоном, положенным в основание миротворения. Поэтому избирая прекрасное, красивое и гармоничное, мы неизменно сонаправляем свои усилия Творцу и устремляемся в русле общего созидательного мирового процесса к назначенным Свыше целям и плодам.

Компромисс — это оценочные определение красоты, гармонии и меры.

Каждую из договаривающихся сторон в абсолютном представлении компромисс никогда устраивать не может. Но для системы взаимодействующих сил компромисс действительно оказывается оптимальным решением возникшего вопроса.

Чем больше число участников широкого компромиссного решения, тем полнее распространяющаяся среди всех гармония и порядок.

Компромисс не всегда должен быть пассивным, т.е. уравнительным или инертным. Творческие компромиссы прекрасно проявлены в так называемых **ненулевых играх**, в которых выигрыш одних вовсе не означает обязательного проигрыша остальных. Конечно, для установления такого активного творческого компромисса участники решений должны использовать более высокие, нежели соответствующие сложившейся проблемной ситуации, источники гармонии.

Компромисс есть

плод благоприятного влияния гармонии на событие.

Подлинный успех одних немислим без успеха остальных.

Радование личной выгоде никогда не затмит удовлетворения от радости, принесенной многим другим, что бы там ни говорили сторонники конкурентной модели развития.

Человек есть существо принципиально общественное, ориентированное на других, в том числе и в переживаниях.

Какими-то таинственными путями радость других ощущается нами в собственном сердце, если оно не извращено болезнью или не остыло вовсе. Нас всегда радует личное приобретение, но еще больше — успешно достигнутый баланс интересов, гармония цветов, размеров, желаний, акцентов и личностей.

Возможно, успех следует производить не от суетливого «успеть», основанного на примате внешней скорости, а от возвышенного «успение», имеющее сакральный смысл взятия на небеса до смерти. Чем как не низведением небес на землю оказывается насыщение повседневной жизни высокими гармониями? Чем как не молитвой Творцу является всякое усердие, направленное к умиротворению, примирению и миротворчеству? Чем как не поиском высшего смысла следует считать любое удовлетворение интереса к природе красоты и к красоте природы?

Успех и красота естественно синонимичны, так как именно красота является высшим критерием качества, истинности и законности любого достижения.

Красота самоубедительна, и в этом ее чудесная сила, указующая пути подлинных совершенствований даже среди самых запутанных обстоятельств и условий.

Красивое — значит оправданное самим естеством.

Красота — ключ к любому переживанию

В каждом из нас все уже и так является прекрасным, просто мало кто об этом догадывается. Даже самый мрачный из формируемых по предпочтению анимационных паттернов «Ключа» неизменно оказывается по-своему красивым. Само по себе созерцание этого мрачноватого паттерна развивает состояние и возвышает чувствования — так, что уже через некоторое время его хочется по сугубо внутренним причинам заменить другим, более радужным, просветляя краски и гармонизируя их композицию.

Красота исцеляет без слов — вибрационно, непосредственно, физиологически. Красота заражает организм стройной упорядоченностью и согласованным разнообразием. Сопутствующие созерцанию красоты позитивные переживания неизменно интегративны, а негативные переживания, выступая в качестве основы для построения паттерна предпочтений, просто называются недодуманными и недоразрешенными.

Даже пытаясь представить на экране собственную печаль, тоску или гнев, мы неизбежно достраиваем переживаемый паттерн до гармоничного, тем самым естественно улучшая собственное состояние.

Красота привлекает всегда и всех, ибо относится к первоприродной потребности, свойственной не только организмам, но даже потребной предбиологическим системам в качестве условия их устойчивости и прочности.

*Красота могущественна
неотвратимостью своего самодействия.*

Там же, где нельзя понять самого себя, благодаря возможностям «Ключа» остается шанс все исправить, причем простейшим образом и достаточно легко и быстро.

Красота помогает, даря и ничего за одаривание не требуя взамен. Красота подобна благодати, ибо несет избавление и исцеление как естественные дары Того, Кто является Творцом и людей, и самой исцеляющей их красоты.

Любое переживание, будучи описано в терминах прекрасного, становится красивым, ибо в существовании любое некрасивое есть всего лишь недоосознанное, недопонятое или недостроенное.

Что такое индивидуальный sensorium?

Станислав Лем определил **SENSORIUM** как фрагмент реальности, который «вырезается» из полноты действительности диапазонами чувствительности органов чувств конкретного живого существа. Нина Тимофеевна Абрамова определила то же как «**актуальную среду**», т.е. ту часть действительной тотальной среды, которая имеет то или иное выживательное и смысловое значение для живого существа, а потому и воспринимается им более или менее активно.

*Несмотря на объективное существование
не воспринимаемых данным существом
предметов и существ, если они не входят в его **SENSORIUM**,
то для него как бы и вовсе не существуют.*

Именно совокупные возможности органов чувств позволяют функционально объединить организм и его актуальное окружение. Правда, в отличие от других живых существ, в своей ориентации опирающихся лишь на текущий личный **сенсориум**, люди способны дополнительно использовать т.н. культурный опыт — обобщающие выдержки и полезные выводы из совокупного опыта человечества, так как иначе фиксируемые в наследии культуры или программах воспитания.

Подавляющая часть нашего собственного **сенсориума** нам не подвластна, нами не осознается и осознанному управлению не подлежит. Поэтому очень многое нами воспринимается пассивно, инертно, механически, а значит — неосознанно. В то же время особенность **сенсориума** человека такова, что весь спектр его ощущений может быть вполне осознаваемым, и даже больше — благодаря регулярным тренировкам может оказаться расширяемым и развиваемым.

*Всегда считалось, что само по себе осознанное
созерцание красот — природных, храмовых,
живописных — является важнейшей
практикой развития человеческого сознания.*

Сенсориум человека предпочтительнее развивать не вширь (например, за счет освоения ультрафиолетового или инфракрасного световых диапазонов или утончения чувствительности

ти к магнитным полям), а вглубь, как это происходит при воспитании дегустаторов и невербальном обучении колористов.

Развитие **сенсориума** может происходить лишь одним путем: выделением предпочитаемых ощущений и продолжительным восприятием их с целью гармонизации психики в целом и раскрытием дальнейших предпочтений и пожеланий.

Учитывая то, что полнота и целостность человека определяются не только границами его кожного покрова, но и совокупной областью дистантного **сенсориума** (аудиальная и визуальная составляющая), понятно, что усердное развитие дистантных чувствований вглубь (за счет их дифференциации и структуризации) ведет к интеграции человека как психосоматического существа.

Кто-то обоснованно заметил: «Человек столько раз человек, сколько он знает иностранных языков». Что-то подобное связано и с развитостью **сенсориума**, но только не в вербальном, а в доязыковой области сознания.

Разработанность и управляемость индивидуального сенсориума определяет полноту личностной зрелости.

О сенсорной культурности

Человек встроен в окружающий мир посредством собственных ощущений. Ощущения представляют собой внутренний результат контакта человека и мира. Они определяют включенность человека в происходящее, связанность с настоящим, со-единенность с действительностью.

Для успешной саморегуляции нет более прямого, более непосредственного и более надежного «рычага управления», чем сенсорное моделирование потоков ощущений, рассматриваемых как **предпочитаемые** самим организмом — на основании интроспективного анализа вызываемых ощущениями впечатлений, состояний и настроений.

Вторжение «Ключа» в жизнь современной цивилизации по сути дела есть следующий шаг после создания Казимиром Малевичем его знаменитого «Черного квадрата» — этого образа чистой потенциальности, этого пространства беспредельной, полной, тотальной **возможности**.

*Сам по себе компьютерный монитор, будучи выключен,
визуально оказывается ничем иным как гениально
угаданным основоположником супрематизма черным квадра-
том, рисунки и игры которого и раскрывают
перед людьми все искомые ими возможностные
пространства и виртуальные сферы.*

Сенсорная культурность предполагает осознанную освоенность мира впечатлений и сознательность восприятий. Осознанно видеть и слушать, сознательно различая нюансы и оттенки, уважительно и чутко сосредотачиваться на ощущаемом с тем, чтобы как можно тоньше и точнее настраиваться на то реальное, что происходит за пределами организма и о чем мы можем догадываться лишь по изменению идущих через сенсорные каналы потоки сигналов — вот что такое оставаться сенсорно-культурным.

*Нужно учиться глубоко и тонко дегустировать красоту бытия.
Только тогда в нее можно будет включиться
действительно полно и глубоко.*

Психопедагоги знают, что развитие манипулятивных навыков тесно связано с интенсивным развитием внутримозговых структур ребенка. Это касается любых ощущений и восприятий. Тонкость импульсаций, дифференцированность спектров восприятий, точность координации поведения с ощущаемыми влияниями окружения — все эти сенсорные штудии лежат в основе развития действительной психической чувствительности, результатом которой оказывается высокая эффективность творческого влияния на мир.

*Живопись — это не только обращение с красками,
а результат пристального наблюдения
за изображаемой натурой.*

*Музыка — это не только работа с инструментом,
но и умение услышать те звучания,
которыми полнится композитрующая душа.*

Так и использование потенциала «Ключа» предусматривает не только работу с одними лишь сенсорными паттернами, но прежде всего и перво-наперво — работу с осознанием собственных состояний.

Главной составляющей сенсорной культурности как полноты контакта с миром является культурность выявления собственных **предпочтений** как проявление полноты контакта с самим собой.

*Опытность в обращении с нюансами настроений
является краеугольным камнем
любой самодисциплины и самопонимания.*

Великая идея Шекспира — возможность играть на человеке, словно на флейте — оказалась воплощена благодаря рождению «Ключа». Причем играть на самом себе отныне сможет каждый желающий! И мелодии, выводимые им самим в собственной жизни, будут именно его мелодиями, желаемыми им самим! Это будет музыка *его* жизни!

Вдохновляющая энергия ощущений

Правильно подобранные сигналы усиливают энергетизм перемен, происходящих в психике, фактически питая вдохновение, понимаемое в качестве субъективного образа творчества сил самоорганизации.

Главной радостью жизни является полнота мировосприятия. Человек экстатически объединяется с миром и оказывается в состоянии управлять спектрами своих взаимодействий с действительностью по собственной воле.

Все человеческие радости по сути своей сенсорны или интроспективны, т.е. в конечном счете, тоже сенсорны, но связаны с активизацией фрагментов внутреннего опыта. Любой психодинамический акт связан либо с восприятиями настоящего, либо представлениями прошлого, будущего или возможного. Таким образом, любые стратегии мышления, как то успешно продемонстрировали в доктрине **нейролингвистического программирования** Гриндер и Бендлер, насквозь полисенсорны.

*Впечатления вливают в душу
творящие потоки жизненности.*

При недостатке внешних ощущений (наблюдаемом при **сенсорной депривации**) вынужденно оживляется компенсирующий внешнюю нехватку поток внутренних представлений. Ведь

психика опирается на полисенсорное пространство, и вне ощущений ее активность прерывается.

Каждый отыскивает именно то, к чему сам стремится.

Ищущий покоя от забот обретет пустоту нирваны.

*Идущий к полноте радования окажется
в горниле красоты жизни.*

Ключ к управлению сенсорикой — ключ ко всей психической деятельности, а значит и ко всему собственно человеческому существованию.

*Воспитание чувствительности
синонимично оттачиванию разума.*

Вдохновение всегда насыщено переживаниями, спектры которых столь полны и многозвучны, что не поддаются формальному описанию, но при этом реально ощущаются вполне живо и сочно.

Управляя потоками предпочитаемых ощущений, человек произвольно входит именно в те вдохновенные состояния, которые рассматриваются им как наиболее содействующие осуществлению желанных психических процессов, более других для него необходимых.

*Ключ к управлению ощущениями — это и есть
искомый всеми ключ к самим себе!*

Красоты внутреннего мира

Высшая свобода — свобода произвольного развития, в каждом из осознанных решений и выборов которого удивительным образом представлена воля саморазвивающегося целого, которому принадлежит все созданное, существующее и развивающееся.

Многие люди настолько отвыкли от использования собственной свободы, что даже затрудняются выбирать между двумя предъявляемыми им цветами тот, который в настоящее время им нравится больше другого, предъявляемого вместе с ним. У них отсутствует опыт всматривания в собственную красоту. Они не привыкли присматриваться к тем великолепиям гармо-

ЦЕЛОСТНАЯ КАРТИНА МИРА

Мощь	<i>Идея о силах и энергиях</i>
Мотив	<i>Цели и стремления</i>
Смысл	<i>Творчество нового</i>
Согласие	<i>Диалоги и партнерство</i>
Перспектива	<i>Надежды и ожидания</i>
Удовольствие	<i>Покой и равновесие</i>
Трансценденция	<i>Служение и благоговение</i>

ний, которые живут и переливаются в них самих и которыми живы они сами.

Арттехнологический психопроектор опредмечивает сенсорные резонансы наших собственных восприятий, отвечающие протекающим в наших собственных глубинах процессам самоорганизации. Благодаря ему мы оказываемся способны внешне рассматривать все то, что отвечает происходящему у нас внутри.

Обретение опыта осознанной ориентации на **предпочитаемое** одно только и может убедить нас в достоверности красоты собственной души. Мы радуемся тому, что происходит в нас самих. Мы запрашиваем из внешнего мира именно то, что дополняет наши собственные гармонии. Мы нуждаемся в том, что прекрасно потому, что оно же проживает и в нашем внутреннем мире.

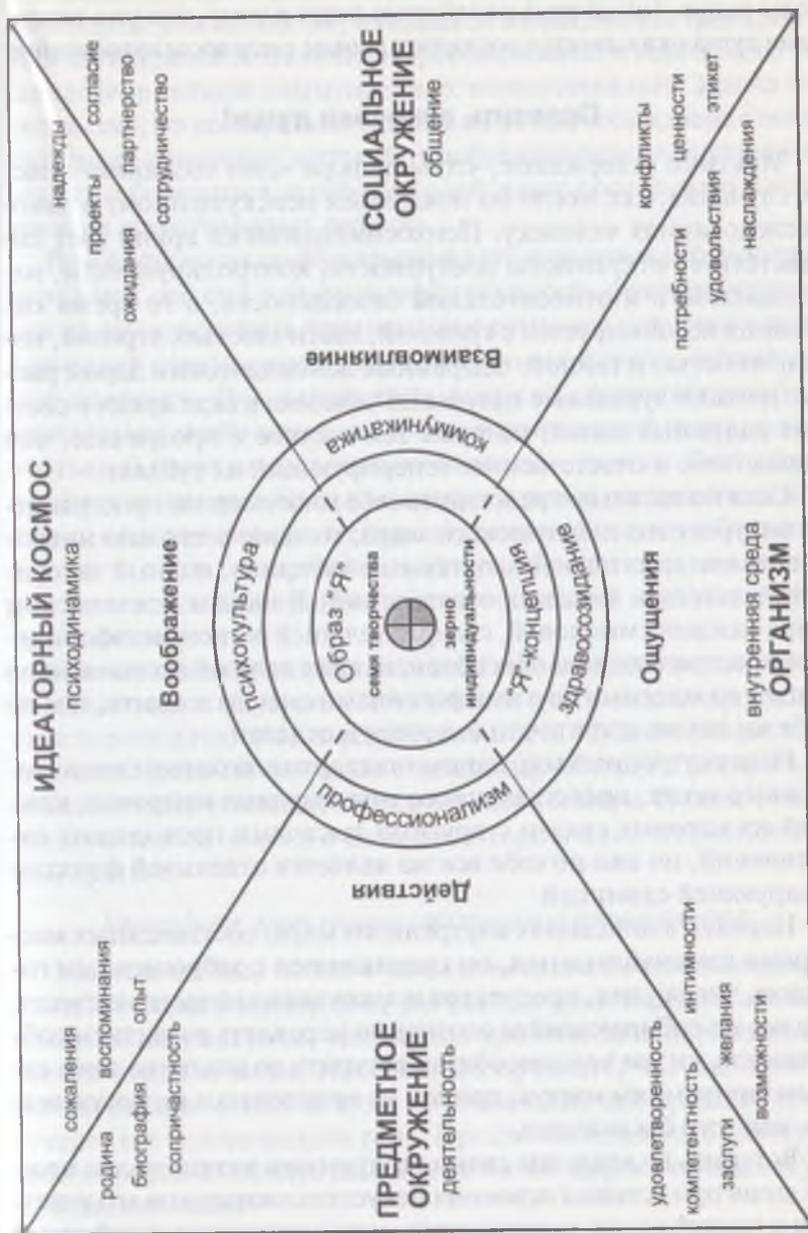
Психопроектор помогает сделать нашу собственную внутреннюю красоту очевидной и научиться использовать ее для освоения навыков осознанного самоуправления. Благодаря «**Ключу**» мы получаем возможность моделировать необходимую для нас красоту, которая развивается внутри нас и нуждается в питании подобными вибрациями.

С помощью «**Ключа**» саморегуляция делается благозвучной и красочной. Мы проявляем в экранных анимациях все то, что соответствует нашим глубинным потребностям, тем самым превращая работу над собой в светлое празднование великопей прекрасного.

Настало время отмены длительно тренируемых **эйдетических визуализаций**. Нет нужды сосредоточенно галлюцинировать необходимые образы и цвета. Достаточно набрать код на клавиатуре — и, глубоко расслабившись и умиротворясь, посмотреть на созданные сенсорные потоки!

Сама по себе метафора внутреннего многоцветья, материализуемая с помощью «**Ключа**», целительна. Уж очень долго мы все свое сокровенное считали темным, туманным и непроглядно мутным. Настало время не просто поверить в собственную сущностную радужность, но и реально ощутить ее.

Использование самых разных красок и звучаний помогает нам осознанно достраивать и гармонизировать интересующие нас самих области внутреннего мира. Мы пестуем самих себя



красками, естественно дополняющими наши внутренние хорыводы радуг. Такой труд неизбежно ведет к тому, что уже вскоре сама душа оказывается восхитительным шедевром аутодизайна!

Осветить закоулки души!

Мистики утверждают, что метафора «свет сознания» вовсе не случайна, как могло бы показаться неискушенному в самоисследованиях человеку. Психосимволически яркий свет соответствует открытости, доступности, контролируемости, наблюдаемости и относительной безопасности, в то время как темнота ассоциируется с тревогой, хаотичностью, угрозой, непонятностью и тайной. Одаренные ясновидческим даром рассматривают ауральные излучения человека в виде ярких и светлых радужных полей, которые тем светлее и прозрачнее, чем порядочнее и ответственнее генерирующий их субъект.

Если попытаться представить себе многомерное пространство внутреннего психического мира, то чаще всего оно интроспективно видится как запутанный лабиринт, полный закоулков, тупиков и боковых ответвлений. В нашем психическом мире каждый смысловой, содержательный регион метафорически пространственно обособлен, и, даже если он ассоциативно связан со многими другими регионами смысла и опыта, сам по себе он все же достаточно целостен и отделен.

Наш внутренний мир напоминает архитеконику самого головного мозга, представленного миллиардами нейронов, каждый из которых связан с другими тысячами проводящих ответвлений, но сам по себе все же является отдельной функционирующей единицей.

Нередко в описаниях внутреннего мира, составленных мастерами самонаблюдения, он сравнивается с заброшенным городом, числа улиц, проспектов и закоулков которого не счесть. Но все же собирающийся осознанно управлять развитием собственной жизни человек обязан вступить во владение этим самым внутренним миром, причем не мгновенно и не так уж легко, как того бы хотелось.

Вступить во владение своим внутренним мегаполисом можно лишь при условии освоения искусства оживления его участков и налаживания координации между различными районами и областями.

Предстоит последовательно и не торопясь разобраться во всем городском хозяйстве, начиная от налаживания транспортных магистралей и заканчивая формированием городского устава и очищением коммунальных коммуникаций. Задача эта непростая, но по мере ее осуществления высвобождаемая энергия самих городских жителей, пробудившихся от внутренней спячки и берущихся за работу, содействует проведению последующих животворящих реформ.

При системном пробуждении фигур и персонажей внутреннего мира ото сна желаемая эффективность функционирования взаимосвязанных фрагментов и регионов связана с управленческой компетентностью главного менеджера — сознательной личности. Для достижения высокой результативности в управлении необходимо овладеть значительной осведомленностью об управляемых элементах единого целого. Очень важно сознательно разобраться в содержаниях и настроениях, живущих в различных фрагментах внутреннего мира, чтобы знать, как что и с чем согласовывать, каким образом отдавать распоряжения и контролировать их своевременное и качественное выполнение.

Как и в любой оздоравливающей гармонизирующей работе в налаживании внутреннего хозяйства очень важно проявлять снисходительность и непредубежденность. Нужно проявить готовность найти общий язык и даже подружиться с любым элементом опыта относительно самого себя и мира. Нужно суметь принять любое знание о себе, не отторгая одно в предпочтении другого.

Утвердите презумпцию собственной невиновности.

Многие из нас, попав в кольца невротических саморазрушений, только и заняты тем, что фантазируют о самих себе всевозможные ужасики, питающие хроническое переживание чувств стыда и вины. Необходимо признать, что мы сами — ничем основательно не хуже и ничем не лучше средних представителей человеческого рода. Просто мы собрались навести в себе порядок и сделать самих себя более эффективными и работоспособными.

Внутренняя работа — это садовничество, воспитание, кормление, очищение и радование, но ни в коем случае не самосуд

и не расправа над отдельными фрагментами собственного опыта.

Действительно сон разума рождает чудовищ. Но он остается при этом всего лишь сном. Чудовища, порожденные внутренней спячкой, иллюзорны и могут казаться реальными лишь благодаря скрывающим правду темноте и туманности неосознаваемого.

Когда же сон разума прекращается, туман и темнота рассеиваются светом сознания, и оказывается, что никаких чудовищ в общем-то и не было. Просто мы со страху перед темной привычно нафантазировали о себе какие-то нелепые ужасики и поверили в них.

Продвижение по улицам своего внутреннего города, общение с собственными внутренними частями и встреча с различными мнениями нас самих о самих же себе — это удивительно увлекательная работа, возможно, самое интересное из занятий человеческих. В нем присутствует юный задор скаутства, обещание захватывающих волнений диггерства и страсть к прикосновению к сокровенному, присущий археологам.

Вспомните, как в детстве мы с замиранием сердца спускались в какой-нибудь подземный ход и полуперепуганно-полувосхищенно вслушивались в уханья филина в очном лесу. Возможно, это было предвосхищением предстоящего всем нам опыта обнаружения собственных глубин, который предваряет назначенное каждому человеку восхождение на вершины собственной жизни.

Арттехнология явится тем светочем, что поможет проникнуть в святая святых человеческой души и разузнать о том, что происходит в наших собственных глубинах, под спудом привычной повседневности. Свет этот особенный — не просто цветной, но глубоко насыщенный изначальной гармонией. Сила этого просвещающего душу светоча в его принципиальной несловесности, в том, что он сам пребывает по ту сторону слова, через которое мы привыкли понимать и самих себя, и окружающее.

Лишь поверхностные и недалекие люди пытаются словесно выразить любые свои переживания и не удостоивают внимания те чувства, которые не поддаются прямому переводу на язык слов. Истинные ценители красот внутреннего мира и внешних

гармоний знают, что большинство из того, что составляет соль земли и свет жизни — переживаний, нюансов, настроений — словесно передать попросту невозможно. Это не только не уменьшат реальности внесловесного, но, напротив, делает его незаменимым и особенно изысканным.

Какими словами передать космическое восхищение волшебной музыкой Китаро или впечатление от чарующих зовами красок картин Гогена? Какими словами можно живописать впечатление от первой любви или рассказать о роскошестве цветущих горных олеандров тому, кто никогда их не видал?

Жизнь человеческая беспредельно необъятнее, полнее и глубже всего того, что можно выразить словами. Это нисколько не умаляет словесный пласт культуры, это лишь напоминает о том богатстве, которое нам даровано, хотя его и нельзя оловечить.

Разве нужно рассказывать о преимуществах «Ключа» тем, кто в состоянии ценить прелесть искрящегося рассвета и свежесть родниковой воды! Современная технотронная культура во многом остается приверженной культу слова. Для того, чтобы передать предлагаемое сокровище **арттехнологии** как можно большему числу тех, кто сможет получить от нее ни с чем не сравнимое наслаждение и пользу, и предпринята попытка написания настоящей книги. Но это не означает, что книга поможет передать полноту восхищения самими анимациями и звучаниями «Ключа».

Слова все равно остаются словами. Для того же, чтобы понять, что такое музыка, ее нужно слушать, а для восхищения живыми цветами нужно не говорить о них, но молча их созерцать.

Красота о своем величии свидетельствует сама.

«Ключ» будет понятен и принят теми, кто ценить могут внесловесного. Книга и программное средство соотносятся друг с другом тем же порядком, как и словесные инструкции с использованием живых красок. Самопрограммирование тоже состоит не из одних переживаний, но и из конкретных целевых формул. Так что стоит через аргументацию книги принять великолепие «Ключа» с тем, чтобы обладать обеими силами —

силой слова и могуществом невыразимого — для полноты властвования над собственной жизнью.

Цветные кнопки глубинных состояний

Эволюционно каждый оттенок различных цветов вызывает во всех живых организмах одни и те же фундаментальные архетипические ассоциации. К примеру, красный цвет ассоциируется и с восходом солнца, и с кровью, и с огнем, и с чувственной любовью, и с жесткой агрессией, и с многим-многом другим. Восприятие красного цвета автоматически возбуждает ассоциативные связи, идущие именно с этим группами воспоминаний, представлений и переживаний, тем самым создавая в организме воспринимающего некое особое «красное» состояние, легко определяемое через цвет и невыразимое через обширный комплекс через цвет связанных друг с другом понятий и чувств.

В цветопсихологическом аспекте человеческая память организована очень сложно и в то же время предельно просто. Цвет представляется тем общим, то объединяет все **метамерно** связанные друг с другом предметы (красный — огонь, кровь, восход, любовь и т.п.). В цвете выделяется некий внепредметный психоэнергетический архетипический радикал, присущий всем этим процессам, состояниям и предметам и вместе с тем существующий как бы сам по себе, без необходимости оказываться связанным и оформленным в специфику.

Когда мы вызываем к жизни восприятие того или иного цвета, мы незаметно для самих себя активируем в собственном подсознании целый куст (пул, кластер) **метамерно** связанных друг с другом понятий и символов. Этот набор **метамерно** связанных смыслонесущих элементов для каждого оттенка будет свой. Каждый отдельный предмет, состояние или явление получают свой количественный вес (в неких относительных единицах) в смысловом пространстве «психосимволического **метамерного** куста».

«Ключ» — это тончайший инструмент, с помощью которого мы способны проникнуть в сколь угодно глубокие анналы собственной психики, даже туда, где живут лишь архетипические,

внешне невыразимые и формально не обозначаемые **метамерные** комплексы ощущений и настроений.

Современный человек почти не обладает практическими навыками смыслового цветоразличения. Поэтому своих собственных «цветных кнопок» практически не знает. Представления среднестатистического гражданина о психофизическим влиянии отдельных цветов (красный возбуждает, фиолетовый угнетает, а зеленый успокаивает) в сравнении с подлинным неосознаваемым значением цвета весьма убого. Оно сопоставимо, пожалуй, лишь с мнением плохо видящего человека, различающего лишь свет и темноту, оказавшимся среди экспертов, выносящих суждения о богатстве палитры поздних импрессионистов.

«Ключ» представляет собой тончайше действующую сверхточную клавиатуру управления струнами души. Душевная жизнь протекает где-то вдали от слов и высказываний, лишь соотносимая с ними, но в плоти своей протекающая где-то далеко за пределами любых слов и выражений.

Когда говорят о сердечности, подразумевают нечто принципиально невыразимое не в силу языковой неразвитости, но в силу грубой ограниченности любых известных определений и общепринятых понятий.

Управление собственными настроениями при помощи нажатия «цветных кнопок состояний» помогает нам приучаться к более уважительному к себе отношению, помогает напоминать самим себе о собственной утонченности и душевной симфонической сложности. Сколь бы ни были стройны гармонии, издаваемые большим оркестром, все же в своей кажущейся простоте они безмерно упорядочены и потому сложны.

Гармония — то, что делает сложное простым, не лишая его при том присущей ему сложности, но добавляя ему новое интегративное измерение целостности.

Цвет заставляет нас определенным образом себя вести.

Цвет вдохновляет и угнетает нас, окрыляет и приземляет, тяготит и освобождает.

Помимо цвета, без цвета и вне цвета в нашем на 90% зрительно воспринимаемом мире ничто не решается и ничто не

происходит. «Ключ» помогает нам усмотреть лучшее в себе, отточить образ этого лучшего в редактировании паттерна и при желании наслаждаться им и использовать его, произвольно воспроизводя состояние вслед за паттерном, когда только вздумается.

«Ключ» дарит нам свободное отношение к цвету. Он позволяет нам обучаться управлять своими состояниями, а значит добавляет нам еще одно полезнейшее умение — умение находиться в том состоянии, которое нас самих действительно устраивает больше, чем любое другое.

Красота как катализатор успешного развития

Психологам известно, что организация и упорядочивание материала памяти, обеспечивающая доступность необходимых воспоминаний и гармоничную ясность ассоциативных структур, зависят в первую очередь от уровня сосредоточенности ясного внимания, которая в свою очередь прямо зависит от степени привлекательности содержательного материала и приятности вызываемого им эмоционального состояния.

Красивое всегда привлекает, естественно мотивируя повышение осознанности восприятия того, что воспринимается как красивое.

«Ключ» — это инструмент прямого управления эмоционально позитивными состояниями повышенной обучаемости, испокон веков именовавшимися вдохновенными. Усердная работа с эстетически предпочитаемыми анимациями «Ключа» метамерно (многозначно, полисеманлично, спектрально) активизирует продуцирование бессознательным всевозможных образов как исходного материала для мутагенеза творческих решений.

Российский физиолог П.В.Симонов выдвинул гипотезу о том, что в процессе поиска творческого решения бессознательное активно генерирует всевозможные образы и предположения, которые, сплавляясь, интерферируя друг с другом и объединяясь, поставляют на суд рационального разума варианты возможных решений. Из них после избирается лишь то, которое отвечает избранным критериям достоверности.

ОСНОВНЫЕ ВИДЫ РАДОСТИ

Фиолетовый	Наслаждение открытостью беспредельности, чувство сопричастности вечному; понимание нескончаемости опыта, поисков и открытий.
Синий	Упоение продуманностью мироустройства, радование возможности погружения в тишину, ощущение многомерной полноты покоя.
Голубой	Открытость любым возможностям, обещания путей, роскошь надежд, дар безмятежности, свобода от зависимости, легкость самовыражения.
Зеленый	Мелодия завершенной гармонии, непрестанное звучание пения жизни, неутомимость развития, открытость сотрудничеству, удивление взаимодействиям.
Желтый	Точность расчета, безошибочность прогноза, уверенность в силе интеллекта, коммуникационная компетентность, обширность познаний.
Оранжевый	Интегральность самоощущения, удача в делах, торжество предприимчивости, мощь инициативности.
Красный	Волнение активности, острота чувствований, полнота динамизма, яркость энергий.

«Ключ» помогает предельно интенсифицировать генерационную активность подсознания с тем, чтобы вариантов возможных решений было как можно больше.

«Ключ» катализирует творческий процесс!

Каждому прекрасно известно, как все-таки приятно иметь дело с красивым и гармоничным. Красивое воспринимается как убедительно достоверное. Красивое понимается как безусловно ценное. Красивое неоспоримо свидетельствует о собственной полезности.

Красивые люди незаметно и неотвратно склоняют собеседников к оказанию им доверия. Некрасивое изложение материала неизбежно порождает отталкивание и отягощение усвоения нового. Людям, как и всяким живым существам, по природе свойственно тяготеть к гармоничному и избегать бесформенного. Поэтому когда красота посредством «Ключа» входит в обиход обучающегося человека, его познавательные процессы закономерно интенсифицируются, настроение повышается, а интеллектуальная работоспособность возрастает безо всяких вредных последствий для организма.

Красивое само просится усвоиться и запечатлеться.

Красота разрешает любые проблемы

Проблемы, занимающее наше внимание и нередко отягощающие нашу жизнь, по сути своей всегда являются нездозревшими плодами самодействия интуиции.

Проблемы — это некие недозавершенности, недопонятости, недоосознанности, недодуманности и недоделанности. Достаточно бывает что-то новое узнать, как вдруг масштабная проблема в мгновение ока получает изящное разрешение, да такое простое, что даже представить себе такого выхода из затруднительной ситуации было нельзя.

Проблема связана с непониманием чего-то главного, без чего невозможно отыскать естественный выход из сложившегося тупика.

Проблема — это дисгармония как нездозревшая гармония, несостоявшаяся красота, незавершенное прекрасное.

РАДУГА ТВОРЧЕСТВА

Фиолетовый	Медитативный труд, молитвенное обращение, собеседование с Запретельным.
Синий	Уравновешивание и реинтеграция, упорядочивание и организация, восстановление целостности.
Голубой	Труд поиска и жажда открытий, стремление к новизне, предвкушение возможностей.
Зеленый	Работа согласования, дело умиротворения, помощь нуждающимся, забота о других.
Желтый	Разрешение интеллектуальных затруднений, труд познавания, применение опыта памяти.
Оранжевый	Мобилизация ресурсов для воплощения идеи, вдохновенное преодоление препятствий на пути.
Красный	Труд обращения с собственным телом, актуализация физической энергии, умение совершать волевые усилия.

Сами по себе присутствие красоты и созерцание прекрасного удивительным образом вселяют оптимизм во любого из тех, кто утомлен длительной невозможностью разрешить стоящую перед ним проблему. Созерцание красоты привносит в организм и душу созерцающего ее человека некое упорядочивающее влияние, порождает некий гармоничный отклик в его интеллекте, способствует более эффективной самоорганизации исходного материала, собранного для решения стоящих вопросов.

Красота катализирует процесс нахождения решений за счет гармонизирующего влияния на мозговые процессы. Она примиряет противоречия и обнажает вопросы там, где непроявленное лишь казалось понятным и не требующим доказательств. Красота расталкивает незаконно объединенное и притягивает друг к другу родственное и близкое. Красота самым непосредственным образом организующе влияет на разум, который при ее поддержке становится более смелым в поиске вариантов возможных решений и более эффективным в продуцировании плодотворных и полезных гипотез.

Красота укрепляет уверенность каждого в собственной творческой состоятельности. Красота убеждает в законности происходящего. Красота напоминает о принципиальной преодолемости любых преград, как физических, так и интеллектуальных. Красота удостоверяет присущую жизненному процессу истинную благонамеренность. Красота вдохновляет на интенсивное творчество. Красота утверждает разрешимость любых противоречий, если они четко сформулированы и пристально рассмотрены. Красота сама собой утверждает — поток развития жизни не остановим, из чего и следует исходить, упреждая всякие пораженческие охи и ахи, отвлекающие от усердной работы над поставленными задачами.

Когда же интуиция, энергетизированная потоками гармонии, льющимися от красоты прямо в мозг и питающими тело, наконец, выходит на осознание возможного плодотворного решения, то первейшим критерием проверки истинного предполагаемого допущения будет определение его соответствия критериям красоты.

Истина прекрасна — мудрецы всех веков провозглашали этот девиз единогласно, хотя доказать его справедливость си-

нергетики и бионики смогли лишь к концу XX столетия. Когда действительное разрешение проблемы достигнуто, возникает ни с чем не сравнимое переживание встречи с прекрасным, вызывающее невыразимо прекрасное удовлетворение.

Любые проблемы разрешимы, особенно, когда присутствие красоты неустанно напоминает нам о фундаментальном факте бытия: красота есть само существование. Поэтому, если сталкиваешься с недостатком красоты, формулируемым как проблема, ищи красоту без усталости и сомнений, ибо она просто есть, она находится в основе самого бытия. Ее нужно усмотреть, воспринять, извлечь, освободить и воплотить — и порадоваться великолепию освобожденной гармонии!

Тело всегда жаждет прекрасного

Грубые хаотичные вибрации механизмов и излучения всевозможных генераторов, деформирующие и разрушающие все живое, обезображивают окружающее пространство. Созданные с нарушением естественной золотой пропорции здания обладают выраженным анти-биотическим действием, хаотизируя настроение находящихся в них людей, разрушая лучшие настроения и дезорганизуя высокие мысли.

Инфразвуки большого города губят комнатные растения. Визг автомобильных колес патогенен для животных в зоопарках. Выделения ядовитых химических веществ из синтетических стройматериалов, раздражающая на части дисгармоничная суета городской жизни, неестественность синтетических питательных продуктов и загазованность воздуха — все это вместе создало для современных людей недопустимо болезнетворную обстановку.

*Все антиэкологическое на удивление уродливо —
и в себе самом, и по своим последствиям.*

В человечестве изнутри, исподволь, — не от фантазий ума, но от глубинной надобности тела — возрастает интерес к экологически чистой продукции. Однако мало кто вспоминает о том, что наше тело питается не только пищей вещественной, но и тонкими продуктами организованности окружения, а именно — впечатлениями и ощущениями.

Пища впечатлений тоже должна быть экологически чистой, т.е. гармоничной и упорядоченной. В противном случае тело засоряется тусклыми и блеклыми переживаниями, причем не в меньшей степени, чем радиоактивными пищевыми продуктами или молоком, отравленным солями тяжелых металлов. Чистота впечатлений — вещь не метафорическая. Вовсе не сугубо поэтический оборот. Впечатления неминуемо вызывают продуцирование мозгом нейротрансмиттеров, соответствующих их природе, непосредственно определяющих течение и направленности изменений обмена веществ.

Дурными переживаниями можно засорить свой организм точно так же, как нитратами или ртутными солями.

Люди, получив за последний век уникальный опыт погружения в дисгармонию урбанистического машинного окружения, все более и более осознают непреходящую ценность живого, естественного и прекрасного. Их уже не нужно убеждать в том, что красивые созерцания рождают прекрасные мысли, чудесные настроения и гармоничные чувства, а значит — очищают, возвышают и развивают организм.

Закоренелые горожане уже биологически жаждут общения с живыми ландшафтами. Они устремленно вырываются за пределы удушающего и подавляющего городского безобразия в природу, которая и радует, и исцеляет, и восстанавливает утраченную жизнеспособность.

За последние десятилетия мы все убедились в том, что давление искусственной среды неожиданно для всех оказалось неожиданно мощным. Спасаться от него можно либо бегством за пределы искусственной среды, либо питанием красотой. Как раз для существенного снятия экологического давления среды и компенсации производимых техническими системами антибиотических влияний на организм и необходимо время от времени работать с «Ключом», целенаправленно восстанавливая в организме утраченный в процессе общения с техникой порядок и усиливая гармонические вибрации прекрасного.

Испробовавшие на себе гармонизирующее влияние **арттехнологического психопроцессора** недаром говорят, что «Ключ» — источник радужных биовитаминов. Так оно и есть на самом деле. Питаясь красотой, определяемой нами же самими как

предпочтительная, мы направленно перестраиваем структуру спектров выделяющихся мозгом нейропептидов, которые, в свою очередь, гармонизируют обмен веществ и восстанавливают жизнеспособность.

Красочные праздничные анимации и радующие музыкальные произведения самым что ни на есть непосредственным образом повышают наш иммунитет к хаотизирующим шумам внешней жизни за счет питания исцеляющими организм самоцветными анимациями.

Утолите чувственный голод!

Испытывать чрезмерный голод никогда не полезно, хотя определенная самодисциплина усиливает интеграцию и способствует мобилизации сил самоорганизации. Но если еще пищевой голод имеет смысл контролировать, то усмирять голод впечатлений вообще нет никаких разумных оснований.

Красота всегда полезна и ценна для живого организма, особенно если она желается и радостно воспринимается.

Любая жажда прекрасного требует именно утоления, даже если для реализации такового и приходится затратить некоторое время и приложить известные усилия.

Утонченность желаний и разнообразие предпочтений соответствует утонченности человеческой природы, изысканности глубинной натуры и спектральному многообразию имеющихся возможностей. Для психокультурного человека характерно уважительно-чуткое отношение к удовлетворению собственных потребностей, будь они сенсорными, пищевыми или психологическими.

Почтение, оказываемое человеком собственному организму, в котором он согласует свои действия с природой собственных склонностей и пожеланий, проявляется им и по отношению к окружающему миру, что делает такого человека источником гармонии и генератором целительных влияний.

Нередко именно утоления чувственного голода нам недостает для восстановления целостности здоровья. Для людей, не привыкших осознанно заботиться о самих себе, т.е. содержать в полноте готовности инструменты своего организма, нередко сенсорный голод остается незаметным, а потому редко удовле-

творяется. Но из всех потребностей организма он оказывается едва ли не самым важным. Невнимание же к его утолению и во все существенно препятствует гармоничному развитию организма.

К насыщению своего организма **предпочитаемыми** им сенсорными влияниями следует отнестись столь же ответственно, как к регулярному профилактическому приему препаратов с биодобавками. Разумеется, такая профилактика требует известных средств и отнимает драгоценные крупницы каждодневного внимания. Однако благоприятствования, предоставляемые этими профилактическими приемами средств, необходимых для обеспечения полноценной жизнедеятельности, так позитивно и конструктивно влияют на сам процесс жизни и столь ощутимо расширяют спектры возможностей человека, что никому и в голову не приходит отказываться от этих профилактических приемов. То же касается и сенсорного голода, только в еще более значимой степени.

Забывшие о необходимости осознанно заботиться о создании благоприятных условий для развития своего организма и игнорирующие важность ухода за собственным мозгом, мы и представить себе не можем, сколь значима для любого из нас каждодневная полнота испытываемых ощущений.

Каждый развивается в своем режиме взаимообменов с окружением. Каждый организован в соответствии с собственными биохимическими и организационными стратегиями. Поэтому у каждого из нас — неповторимое ежедневное сенсорное меню, которого следует старательно придерживаться в том случае, если мы хотим испытывать все назначенные нам настроения и достигать желанных целей.

Отказ от своевременного удовлетворения сенсорных потребностей организма специалисты называют «чувственной цингой». Вспомните о тех моряках, которые в отсутствие запасов витамина «С» погибали от кровотечений и сходили с ума от страшных головных болей, связанных с дефицитом аскорбиновой кислоты, принимающей важное участие в обмене веществ в организме.

Сенсорная пища непосредственно предназначена для нашего мозга, и от нее можно отказываться лишь в том случае, если мы не желаем чувствовать, думать и жить.

Недостаток **предпочитаемых** сенсорных питаний неизбежно приводит к снижению иммунитета, к падению сопротивляемости различным заболеваниям, проявляется в неустойчивости настроения, граничащей с раздражительностью, повышенной утомляемости, гневливости, апатии, унынии, депрессии, нарушениях сна, вплоть до полной дезориентации в окружающем социально-психическом пространстве и глубокой личностной дезинтеграции.

Выход один: осознать важность своевременного утоления сенсорного голода и стараться с помощью **арттехнологического психопроцессора** непрестанно пребывать в полноте впечатлений, которые принципиально важны для поддержания здорового функционирования систем регуляции информационно-энергетического метаболизма организма.

Каждый из нас имеет полное право быть сенсорно сытым, тем более, что именно так он может казаться максимально приятен и полезен для окружающих. Ведь сенсорная сытость, иначе говоря, удовлетворенность, позволяет ему развивать лучшие из сторон своей натуры, не опасаясь нарушений равновесия и досадных срывов.

Целительные тайны самоцветов

В любом времени истории можно отыскать легенды о животворящих и убивающих самоцветах, обладавших непостижимой властью не только над людьми, но и над событиями. Нет ни одного драгоценного камня, которому бы не приписывались вполне определенные и достаточно сильные магические свойства, т.е. способность содействовать наступлению необычных и даже чудесных событий.

Были камни целительные, гадательные, защищающие, поддерживающие силу и обеспечивающие прочность власти — истории драгоценных камней известны самые различные описания свойств самоцветов. И все они, как то ни покажется странным, соответствуют друг другу в самых различных традициях и культурах.

Не вдаваясь в естественнонаучные объяснения возникновения и поддержания такого устойчивого пиетета в отношении людей к самоцветам, можно удивляться лишь тому, что всегда и везде красота воспринималась как магическое средство исце-

ления. Именно не редкость и даже не высокая стоимость камней определяла их целительное могущество, но именно красота.

Какими бы на самом деле ни оказались психофизические и физико-химические свойства самоцветов, биотропные излучения которых все глубже изучаются в последние десятилетия, все же главным эффектом их целительного влияния неизменно оказывается аура прекрасного, которую они поддерживают своим чарующим присутствием.

Судьба всегда одаривала драгоценными самоцветами лишь наиболее достойных. Известна также поразительная сила «злых» камней, воздействующих на все живое отрицательно. Возможно, тайна различия одних от других заключалась в том сокровенном образе, который драгоценные камни воспринимали и заключали в себе от момента их обнаружения и огранки. Возможно, некая непостижимо устойчивая голограмма содержалась в каждом из известных своим могуществом камней, накапливавшая силу от события к событию и словно аккумулятировавшая в себе силу всех тех, с кем она соприкасалась излучениями за время долгой истории камня.

Сегодняшнее время возрождает трепетное отношение к самоцветной красоте. Распространение лазеротерапии и изучение возможностей цветолечения, имеющие самое непосредственное отношение к целительным тайнам самоцветов, дополнились созданием «Ключа». Не исключено, что «Ключ», подобно драгоценным камням, воздействует на организм человека не так уж банально, как то может быть объяснено исходя из знаний дня сегодняшнего.

Не исключено, что сенсорные потоки благодаря особому рода формирующей психолевой активности человеческого мозга каким-то образом преобразуются в лазерное излучение, запечатлевающееся на голограмме организма, тем самым обеспечивая его исцеление и гармонизацию. Во всяком случае, рабочих гипотез и даже экспериментальных подтверждений возможности существования такого рода биолазерных эффектов накопилось предостаточно. Взять хотя бы работы Дэвида Бома, Карла Прибрама и Виктора Инюшина.

С прошедшими веками роль самоцветов в жизни человека ничуть не уменьшилась. Просто вместо тяжелых яхонтов и изу-

мрудов в пользование вошли программные средства, в итоге позволяющие многим современникам использовать гораздо большие возможности, чем те, которые предоставляли в распоряжение богатейших правителей все собранные ими драгоценные камни.

Великое открытие Олдоса Хаксли

Благодаря владению литературно-поэтическим языком описания и личному опыту свержения барьеров восприятия с помощью растительных психоделиков, этот первооткрыватель бушующего сенсорного космоса открыл для всех людей богатство красок и фантастическое многоцветье мира, поражающие даже самое смелое воображение. Он дерзко взорвал границы собственного восприятия и постарался описать невыразимое — мир запредельных переживаний, связанных с открытием глубинной эйдетической сферы.

Открытие Хаксли, как то ни покажется парадоксальным, оказалось одновременно и закрытием новых возможностей. Его ошибка заключалась в невольном объединении доверия единичному опыту с поспешностью стремления. На основании одних лишь своих психоделических путешествий он счел, что именно таков единственно возможный путь к свободе восприятий — и тем направил остальных по несомненно ложному пути. Он спешил к полноте переживаний — и тем самым отверг необходимость последовательной тренировки чувств, исключительно важной для развития осознанного владения и производного управления своими восприятиями.

Двадцать первый век открытием «Ключа» предложил иной путь к богатству восприятий — путь нехимический, неструктурный, неопасный, нетравматичный и непреступный. Любой на пути химических психоделиков рискует собственным здоровьем, в том числе и психическим. Да и ежедневно использовать опыт химических самооткрытий попросту невозможно: никакой организм таких регулярных потрясений не вынесет. «Ключ» же позволяет устойчиво и размеренно продвигаться в развитии собственной сенсорной опытности, на ходу используя одно за другим новые и новые достижения, в то же время ничем ни в малейшей степени не рискуя.

Открыть врата восприятия — это полдела. Важно научиться ориентироваться в новом цветном мире, научиться в нем полноценно жить и творчески работать. Тут уж психохимические отмычки ничем помочь не могут. Как бы ни была приятна не требующая усилий «травка» — этот манящий химиогенератор образной спонтанности — все же «Ключ» и биологически законнее, и психологически безопаснее, и творчески интереснее любых галлюциногенов.

Секрет успешности Кастанеды

Главным секретом предложенного доном Хуаном пути развития магических способностей было осознанное управление собственными восприятиями. Однако первоначально все же потребовался опыт открытия врат лекарственными приемами и небезопасными методами провозвестников психоделической революции, прежде чем пришла опытность сугубо нехимического самоуправления.

«Ключ» предоставляет возможность постепенно и целенаправленно обучиться искусству управления собственными переживаниями, настроениями и состояниями, практически сразу же получая этапные выигрыши от таких упражнений, и при этом ничем не рискуя.

Занимающемуся с «Ключом» человеку не нужен никакой маг-наставник. Он не нуждается ни в химических допингах, ни в опасных упражнениях воли. Он просто с помощью процессора создает те фотонные потоки, восприятия которых помогают ему постепенно и уверенно становиться сильнее, здоровее и сознательнее.

Возможно, именно в этом состоит компьютерное благословение Нового Века — психопроекторы позволяют нам научиться тем психическим искусствам, которые прежде, в докомпьютерную эру, неизменно требовали колоссальных усилий воли, грандиозной самодисциплины и немалых лишений, да еще и ставили занимающегося на грань высокого риска, которую нередко многим приходилось неосмотрительно переступить.

Новый секрет развития культуры ощущений прост: используйте **арттехнологический «Ключ»** для того, чтобы сгенерировать те **возможностные состояния**, благодаря успешной **самопрограм-**

мирующей работе в которых ты произведешь в самом себе все важные перемены, шаг за шагом становясь все более способным, все более сосредоточенным и все более одаренным.

Благодаря выигрышам, предоставляемым «Ключом», путь поисков самого себя, доселе представлявшийся путем кризиса, катарсиса и смертельного риска, естественно превращается в дорогу естественной тренировки жизненно важных качеств. «Ключ» предоставляет возможность развить умение владеть собственной психикой и освоить искусство самостоятельно развивать самого себя в любом нужном тебе же самому направлении без всяких жертв.

Живописание невозможно без кистей

Без яркого фонтанирующего воображения, питающегося плодами острой наблюдательности, невозможно сформировать образ, невозможно его выпестовать и кристаллизовать. Однако подобно женщине, одержимой материнским инстинктом продолжения рода, художник всегда стремится предоставить поражающим его воображение чарующим образам плоть, т.е. изобразить их, запечатлеть, воплотить.

В воплощении внутренних представлений всегда присутствует какая-то законная незавершенность, некая недосказанность, невыраженность. Это вполне естественно: ткань, из которой вышиваются образы нашего воображения, неизменно оказывается неизмеримо тоньше, подвижнее и неуловимее ткани внешних изобразительных средств, сколь бы изящными и ажурными они ни казались.

Человек, преисполняясь радостью, закрепляет идею в материале изображения, тем самым даруя ей возможность самосуществования — уже вне его, отдельно, автономно. Так внутренние образы рождаются во внешний мир и отправляются в свой собственный путь. Несмотря на кажущуюся близость руки к холсту или клавиатуре, все же путь от внутренних тайников мозга к внешнему изображению непрост и не так уж близок. Во всяком случае без прекрасных материалов красок и кистей этот путь никак не одолеть.

*Для выражения внутреннего необходимы
достойные инструменты.*

Без хорошего инструмента ощущает свою выразительную беспомощность всякий истинный мастер. Мастер и его инструменты неразделимы. За всяким расписанным полотном непременно стоит **актор**, действитель, держащий в трепетных руках заветную кисть и искусно манипулирующий со своими палитрами. Нередко именно от качества кисти и силы красок зависит точность и полнота выражения настроения искусника во внешних образах. Поэтому к «Ключу» стоит относиться не столько как к обычному программному средству, сколько как к инструменту выражения, записи и воспроизведения своих собственных внутренних состояний, которые беспримерно ценны для любого осознанно живущего человека.

«Ключ» как палитра личности

Весь совокупный опыт планетарной миллионлетней биологической эволюции, полноценно присутствующий в каждом из нас, синтетически представлен спектром видимых цветов. Аналогично все мыслимые звуки собраны в пределах одной октавы. Букв в алфавите немного, но многообразие текстов оказывается невообразимо богатым.

Всякое живущее существо непрестанно спектрально вибрирует. Оно и излучает, и питается ритмами, свечениями да звучаниями. «Ключ» является своего рода кухней для приготовления сенсорных блюд, в различных вариациях которых регулярно нуждается всякий живой организм.

«Ключ» это инструмент сочетанного воспроизведения желаемых красочных анимаций с предпочитаемыми музыкальными произведениями, системно оживляющими в нас самих глубинные переживания и развивающие их в нужном нам самим направлении.

«Ключ» — это орудие направления самому себе того, что нравится, а значит жизненно необходимо для осуществления полноты самобытия. Любые состояния и настроения можно выразить, смоделировать, представить в виде управляемых комбинаций красочных и звучащих потоков. С помощью **психопроцессора** можно организовать **самовлияние** достаточно глубоко — за счет его внесюжетности, за счет абстрактности воздействия. Как известно, внесюжетные, вне-образные ощущения касаются наиболее глубоких слоев нашего бессознательного и вызыва-

ют к жизни самые разные впечатления и ощущения, связанные воедино ассоциативными мостиками и взаимосвязями в многомерные пакеты сочетанных воспоминаний.

Чем выше чувствительность к различным ощущениям, тем тоньше нюансы настройки развивающихся анимаций.

«Ключ» позволяет каждому желающему волшебным образом раскрашивать собственный внутренний мир, а значит делать свои впечатления, решения и поступки более радужными, согласованными и целесообразными.

Человек находится в общении только с самим собой, вызывая в самом себе те или иные интересующие и привлекающие его настроения и переживания, фактически оказываясь «живописцем самого себя». Эффект такого продуманного живописания не может быть иным, как восхитительно прекрасным. Это и есть исцеление красотой, возвышение красотой, преображение красотой. Такое творческое действие дарует силы на совершение всего того, что в своей собственной жизни ты рассматриваешь как достойное и красивое.

Занятия с «Ключом» помогают жить, осознанно ощущая в себе творческую силу, достаточную для претворения в жизнь любых заслуживающих внимания и усердия замыслов. Человек становится самим себе живописцем, причем красками анимаций он осознанно расписывает холсты своей собственной живой души и личной истории.

Как применить силу прекрасного?

Необходимо осознанно выстроить свои представления и мысли таким образом, чтобы их строй способствовал наиболее активному восприятию исцеляющей силы красоты. Это тот процесс, что человековед Юрий Александрович Орлов именовал «саногенным мышлением» — размышлением, порождающим здоровье.

Реализовывать силу прекрасного следует таким образом:

- 1) понять, что она действительно является единственной панацеей и причинным лекарством от всех возможных немощей и недугов;
- 2) понять, что красота эффективна до абсолютности, просто ее следует старательно и грамотно применять, не спеша от-

- казаться от труда там, где глубинное действие попросту требует известного времени;
- 3) понять, что организм воистину жаждет принять в себя красоту и перемениться в соответствии с предложенными в ней образцами, а сама красота стремится занять свое законное место в организме, назначенное ей от сотворения мира;
 - 4) всецело доверяя своему интуитивному наитию, отыскать среди спектров предлагаемых влияний прекрасного именно то, что нужнее всего именно в данный момент — определить прекрасное-для-себя-именно-сейчас, которое и будет наиболее эффективным;
 - 5) стараться усердно и регулярно напитываться потоками гармонии — результат приходит обязательно, но далеко не всегда мгновенно.

Конечно, не следует экспериментировать с исцеляющей красотой ценой отказа от всех других приемов и методов восстановления здоровья. В конце концов, причинное влияние красоты далеко не всегда успевает разгрести все те горы «внутреннего хлама» и завалы дисгармонии, которые мы нередко умудряемся наплодить за долгие годы невнимательного отношения к собственному организму.

*Оздоровление должно проводиться
всеми назначаемыми врачом приемами и средствами.*

*Центральным же и обязательным остается
насыщение красотой.*

Самодействие красоты многократно усиливается осознанностью процесса ее восприятия и оптимистической уверенностью в конструктивности получаемого результата. Никаких ошибочных назначений, опасных явлений и побочных эффектов в принципе не бывает. Красота должна быть назначаемая всегда и везде, и чем больше, тем лучше.

Активное сотворение красоты, не обязательно с помощью кистей, но и с помощью **арттехнологического «Ключа»**, всегда радует много больше, нежели пассивное восприятие уже созданного. Особенно приятно модифицировать уже ранее сделанные волновые паттерны состояний, тонко подстраивая их к текущему состоянию выздоровления, модифицируя их в соот-

ветствии с нюансами текущего настроения и неуловимо, но вполне реально изменяющимися тонкостями настроения.

Главный критерий оценки точности рецептурного подбора — субъективное ощущение истинно прекрасного и связанные с ним радость и наслаждение. Такие ощущения оказываются действительно драгоценной помощью организму, стремящемуся восстановить утраченные регуляционные навыки.

Созерцание красоты само по себе пробуждает в сердце импульсы неопишуемой благодарности. Эта признательность безадресна, но физиологически целительна, ибо психохимически реальнее любых очевидностей внешнего мира. В конце концов, всегда найдется, кого поблагодарить, простить или порадовать, лишь бы в нас самих создалось настроение, соответствующее этим высоким чувствам.

Питание красотой внешне успокаивает и удовлетворяет, в глубинном же отношении приводя к возрастанию силы и повышению жизнеспособности и иммунитета. Красота прямо достигает глубинных структур мозга, распространяет свое целительное влияние по всему организму и пробуждает в таинственных недрах психики внутренние источники силы творчества.

*Словно родник рождается в наших собственных
глубинах — восстановление жизнеспособности
перемещает в нас все к лучшему,
и мы приступаем к новой жизни.*

Зачем Эйнштейну понадобилась скрипка?

Современные психофизиологи в ходе многочисленных экспериментов выяснили, что гениальные открытия совершаются учеными, умеющими обрабатывать массивы глубоких научных открытий с помощью согласованно функционирующих полушарий головного мозга. Мало достичь согласования формальных данных — необходимо открыть некую возвышенную красоту, присущую очередному научному построению, которая одна свидетельствует о подлинной истинности открытых новых законов.

Все открытия, согласно утверждениям специалистов в области психологии творчества, совершаются в пространстве т.н.

мысленного эксперимента, т.е. в воображаемом мире, осознанно управляемом представлениями ученого. Ученые, обладая всеми необходимыми формальными данными и личным опытом моделирования исследуемых ими закономерностей, в особом трансовом состоянии приступают к виртуальному видеопроектированию новых возможностей. Тот, у кого это творческое моделирование получится наиболее удачным, присваивает славу открывателя.

Понятно, что одних левополушарных возможностей для такого яркого образного мышления недостаточно. Ученый обязан обладать развитым художественным воображением для того, чтобы проводить в собственных глубинах необходимые идеаторные опыты.

Фаза инкубации, в продолжение которой происходит прединсайтный синтез нового решения, преобразование общей картины, моделирующей исследуемое явление, должна быть напитана красотой. Красота не просто поддерживает мозговую деятельность энергетически: потоки **предпочитаемых** сенсорных впечатлений интенсифицируют мозговую активность за счет **метамерного** катализа образных содержаний, архетипических связанных с отдельными цветами и звучаниями.

Конечно, в далеком прошлом мыслители и изобретатели для интенсификации работы собственного творческого интеллекта использовали самые различные художественные источники. Кто-то занимался цветоводством и услаждал слух шелестом листьев в родном парке. Кто-то возился с разноцветными аквариумными рыбками. Кто-то посвящал свой досуг занятиям живописью. Общение с природой, занятия кулинарией, всевозможные хобби, посещения концертов и театральных представлений, даже коллекционирование цветных почтовых марок и организация гербариев — каждый находит свой способ интенсификации биполушарной активности целостного мозга.

«**Ключ**» позволяет осуществлять функцию сенсорного питания работающего мозга несравненно мощнее и качественнее, чем любые другие источники искомых сенсорных впечатлений. С помощью «**Ключа**» можно направленно и системно интенсифицировать работу мозга в фазе инкубации.

Несмотря на всю кажущуюся внешнюю простоту предлагаемого подхода, если учесть действительную ценность творчест-

ва в жизни людей, можно по достоинству оценить фантастические генерационные и каталитические возможности «Ключа» для организации управления развитием жизни.

Биполушарная деятельность необходима в любой творческой работе. Развитие синонимично творчеству. Поэтому «Ключ» является средством усиления любых решений, интенсификации поиска и катализации изобретательства.

Красота причинно важна для синтеза главного решения. Ведь синтез осуществляется в правом полушарии на основе согласования левополушарной информации (результаты аналитической подготовки) и эмоциональных состояний, развивающихся в среднем мозгу под непосредственным влиянием воспринимаемого цвета и связанным с переживаниями приятного и неприятного на сенсорном уровне.

Получается что и для Шерлока Холмса, и для Альберта Эйнштейна скрипка действительно была необходима, без нее их творчество было бы менее результативным, а значит они не смогли бы стать теми, кем они прославились.

Скрипка аналогична «Ключу» — она является генератором **возможностного состояния**, правда, со значительно меньшими возможностями, нежели присущие «Ключу». Если всерьез подходить к раскрытию собственных творческих дарований, то без «Ключа» обойтись в принципе возможно, но вряд ли это будет разумным. Садоводство и аквариумистику можно оставить в качестве хобби, поддерживающих спонтанное развитие личной креативности. Но все же разумнее, эффективнее и легче генерировать **возможностные состояния** с помощью «Ключа».

Личная каталитическая фонотека

Наш внутренний опыт организован ассоциативно, иначе говоря — сетевым образом. Все связано с самыми различными элементами, а потому активация одного из информационных узлов комплексной ассоциации приводит в действие весь комплекс переживаний, связанных друг с другом. В нашей суетливой и порой дисгармоничной жизни ассоциации образуются самыми непостижимыми способами, чаще всего — как попало. Можно упорядочить этот важнейший внутримозговой процесс, самим становясь участниками определенных образовательных

программ, ориентированных на привитие нам определенных порядков ассоциирования различных впечатлений.

Человек не обязательно должен оставаться жертвой мимоходом создающихся в его психике **ассоциатов** впечатлений, представлений и мнений. Даже если какие-то установки и настроения были силовым образом внедрены в психику (к примеру, родителями или участниками каких-то угрожавших его жизни ситуаций), то индивидуум в силах свободно избавиться от этих дисгармоничных **ассоциатов** и выбрать новые, лично его привлекающие более других.

Речь идет об осознанном **самопрограммировании** вполне определенных настроений и переживаний, испытывать которые по тем или иным собственным соображениям приятно, полезно или необходимо.

Проще всего осваивать **самопрограммирование** как конструирование способов доступа к нужным переживаниям в процессе создания личной каталитической фонотеки. Музыка обладает глубочайшим воздействием на человека, ничуть не менее глубоким и мощным, чем цвет или слово. Богатейшие звуковые вибрации музыкальных произведений откликаются во всех клеточках тела, которые в процессе своей жизнедеятельности непрестанно вибрируют и откликаются на внешние колебания.

Если цвет преимущественно ощущается самим мозгом с помощью особых выростов мозговых клеток, ставших цветочувствительными рецепторами сетчатки глаз, то музыка в самом что ни на есть прямом смысле воспринимается всеми клетками тела, совокупно выступающими в роли резонатора, вибрирующего в симфоническом полнозвучном унисоне с достигающей ушей человека музыкой.

Разумеется, в зависимости от темпа, аранжировки, избранной тональности и мелодического строя различные музыкальные произведения оказывают различное воздействие на настроение и самочувствие. Эти различия еще более усиливаются в связи с тем, что люди, принадлежащие к различным **вибрационно-конституциональным** типам, по-разному откликаются даже на одни и те же произведения, причем в каждой особой ситуации по-особому.

Чтобы не погружаться в дебри музыкотерапевтических классификаций и не заниматься непростым психосемантическим

тестированием, примем на вооружение все тот же принцип **предпочтения**, который так успешно используется нами при выборе желательной анимации.

*То, что нам нравится, производит в нас
желаемый нами эмоциогенный эффект.*

То, что вполне соответствует нашим собственным представлениям о тех темах, которые мы сами собираемся ассоциативно объединить с конкретным музыкальным произведением, то и следует избрать в качестве звукового **ключа** к выстраиваемому нами самими целостному психофизическому состоянию, субъективно воспринимаемому нами как настроение.

Когда мы представили себе, какой именно образ нас самих нас интересует и рассматривается нами как желательный к созданию, мы погружаемся в переживание, связанное с прослушиванием избранного музыкального произведения, причем погружаемся в него регулярно и достаточно часто, как бы выстраивая в своем представлении то состояние, которого хотим достичь.

Поначалу происходит как бы знакомство организма с музыкой. Она воспринимается с каждым разом как все более близкая, все более понятная, все более родная. Постепенно по мере развития, наращивания и накопления результатов целенаправленных медитаций наращивается содержательная чувственная ткань состояния. Мы отчетливо представляем себе те функционально значимые для нас образы, которые ассоциируются с конкретными музыкальными произведениями, нарабатывает плоть переживаний.

Каждый избирает те образы, которые он хочет переживать в собственной жизни, приводя их в действие по своему желанию. Для того, чтобы состояние было легкодоступно, оно должно стать привычным, т.е. приниматься достаточно часто и регулярно, а также быть достаточно проработанным, углубленным, детализированным в представлениях, ощущениях и переживаниях.

Активное творческое поведение при прослушивании определенных музыкальных отрывков определенным образом реорганизует психическую материал личного опыта, интегрирует все те

воспоминания, впечатления и идеи, которые близки выстраиваемому образу состояния.

Каждый выстраивает свои паттерны, но чаще всего это — образы положительных героев, которые рассматриваются как стороны собственной природы, как грани собственной личности, как те внутренние позы, которые вполне комфортно и легко может принять сам человек.

Для кого-то это образы Победителя, Мудреца, Поэта, Правителя, Аналитика и Отца. Кому-то необходимо выстраивание фигур Бизнесмена, Ловчака, Знатока, Смельчака и Первооткрывателя. В соответствии с очертаниями собственного жизненного мира, в согласии со своей творческой стратегией выстраивания собственной жизни, в связи с особенностями личностной конституции каждый создает собственный арсенал Ролевых Фигур, в пределах характера которых реорганизуется весь его жизненный материал, весь его биографический опыт, все глубинные чаяния и мечты. Так он создает свою группу Чудесных Помощников, которые всегда готовы придти ему на помощь и оказать необходимые для желаемых достижений услуги.

Музыкальные **ключи**, вокруг которых нарабатываются необходимые для развития личностного успеха крупинки опыта и зерна способностей, являются своего рода магнитами, к которым в свободное от этих занятий время незаметно притягиваются все впечатления и знания, соответствующие выстраиваемому персонажу.

Музыкальные **ключи** энергетически помогают всему телу участвовать в создании образа, приводят в движение скрытые энергии мозга и питают те гормональные генерации, которые необходимы именно для телесного переживания достоверности конкретного персонажа.

Конечно, можно действовать в указанном направлении и без музыки, но такая работа оказывается менее интересной, более скучной и заведомо менее приятной. Зачем же лишать себя радости восприятия прекрасного, если оно оказывается еще и безусловно полезным? Без красоты работа над собой превращается в унылое занятие, но с красотой она становится главной работой жизни — праздником, фейерверком, карнавалом, феерическим представлением и богатейшим событием.

Прекрасное синонимично самой жизни — стоит ли отказываться от удовольствия применения красоты в то время, как она назначена быть употребленной живущим во благо! Использование красоты никоим образом ее не унижает. Просто красота становится драгоценной именно тогда, когда из пыльных запасников выводится в мир и становится плотью повседневной жизни развивающегося человека.

Со временем, энергетически наработывая силу новых и новых персонажей, занимающийся развивает некое интуитивное понимание собственного **структурно-вибрационного психотипа**. Он знает, какая музыка оказывает на него то или иное воздействие, и с каждым месяцем все лучше и лучше ориентируется в собственных **предпочтениях** и самопонимании.

Создавая такую личную каталитическую фонотеку, самотворящий человек накапливает удивительный внутренний ресурс, одновременно являющийся креативным, мобилизационным, лечебным, рекреационным и силовым. Он вполне реально разделяет свою внутреннюю жизнь на различные спектральные участки, ассоциируемые с отдельными персонажами, и изучает внешнюю жизнь с позиций этих внутренних фигур.

С дальнейшим развитием личности развивается и «внутренняя труппа», происходят определенные коллизии во взаимоотношениях различных персонажей, раскрываются свои собственные интимно-личностные драматические сюжеты. Такое коллекционирование собственных состояний не только ценно само по себе, но и является мощнейшим инструментом интенсификации личностного развития и психодуховного роста.

Конечно, сила такой фонотеки удесятерится, если музыка осознанно объединяется с анимационным самовоздействием, придиричиво конструируемым в строгом соответствии с избранным ролевым персонажем. Человек превращается в могучего и доброго Карабаса-Барабаса, воспитывающего свою собственную труппу кукольных актеров, каждый из которых фактически является им самим, его интимной частичкой, связан с ним плотью и кровью.

Нет оснований опасаться фрагментации характера или личностной диссоциации. Как раз постоянное сотрудничество четко структурированных ролевых фигур обеспечивает полноту душевного здоровья целостного индивидуума, так как его арсе-

нал реагирования на самые разные ситуации не только спектрально полон и богат, но и тщательно отработан, а также психоэмоционально прочувствован и интегрирован в ходе создания, развития и проявления отдельных фигур.

Понятно, что при наличии миниатюрных плейеров и всевозможных аудиодек при необходимости воспроизвести ту или иную мелодию, а вместе с нею активировать весь требуемый психоресурс, не представляет никакого труда. В конце концов, почти всегда мы располагаем временем на подготовку к тому или иному событию. Кроме того, можно объединить музыкальный ключ с какими-нибудь зрительными образами или словесными формулами — получится удобнейшая система предварительной подготовки к ситуациям любого уровня сложности.

Возможность освоения такой методики заложена в методическом контексте **нейро-лингвистического программирования**. Никакой особенной новизны в предлагаемой тренировке не содержится. Однако само по себе использование внешних сенсорных генераторов, будь то «Ключ» или лично сформированный набор музыкальных произведений, является существенным для облегчения **самопрограммирования**.

Работа над собой должна быть безусловно приятной, только в этом случае она будет успешной и результативной. Привлекает только красивое, а выбор того, что красиво для тебя самого, следует непременно оставлять за самим собой, не доверяя решение этого интимнейшего вопроса авторам всевозможных формул и рецептов.

Это уникальная форма творчества, родившаяся из сочетания присущей всем нам страсти к коллекционированию (обретению, накоплению, присвоению) и естественного стремления быть адаптивным, эффективным и компетентным, чего можно достичь лишь с помощью целенаправленной работы над самим собой. Это особая форма продуктивной психокультурной работы, распространение которой через образовательные и лечебно-профилактические учреждения приведет к своего рода тихой созидательной революции.

Каждый человек сам выбирает создаваемые им состояния, сам принимает решения о введении их в действие, является самому себе и консультантом, и критиком, и гипнотизером.

Личная каталитическая фонотека, объединенная с арттехнологией «Ключ», у каждого, естественно, будет совершенно неповторимой и уникальной. Однако всегда найдется чем поделиться — то, что здорово пригодилось кому-то, имеет реальные шансы стать полезным для многих других, ведь в глубине своей мы все такие похожие!

Даже разные исполнения одного и того же произведения производят на разных людей разные впечатления. Возможно, для укрепления процессов взаимообмена такого рода креативными накоплениями в будущем станут возникать интернет-сообщества людей, относящихся к конкретным **структурно-вибрационным психотипам**. Можно только представить себе, какой силой будет обладать такое сообщество, если учесть резонансное подобие питающих всех его членов сенсорных энергий, которые особым образом звучат не только в организме человека, но и транслируются в окружающее пространство.

Музыка для создания личной каталитической фонотеки может создаваться самим составителем личного ресурса, может заказываться профессиональному музыкотерапевту, а может браться из общих источников. Главное — подобрать именно то, что субъективно воспринимается как подходящее для задуманной внутренней работы, и усердно наращивать ресурсный потенциал конкретного персонажа.

Такая фонотека развивается вместе с ее хозяином, и является неким вибрационным аналогом записной книжки, аптечки и карманного справочника. В любое время **персонажные комплексы** такой фонотеки могут быть приведены в действие, что самым серьезным образом изменяет жизнь ее обладателя к лучшему.

Конечно, можно жить и без «Ключа», но зачем же отказываться от развития собственной эффективности, накопления потенциала счастья и интенсификации собственного творчества, тем более, если заниматься такого рода полезным отдыхом так легко и приятно!

*В конце концов, от нас самих зависит,
какую жизнь мы собираемся прожить.*

Если мы не хотим вкладывать личного времени в создание собственного творческого ресурса, то незачем обижаться на собственную несостоятельность в ситуациях, когда от нас тре-

буется действительная компетентность, могучая сила и творческая изобретательность. Все-таки свою жизнь мы действительно создаем сами.

Человек — существо самопричинное.

Красота должна быть осознанно применена

Раз в подлунном мире все развивается по законам красоты и в направлении развития красоты, то для успешной реализации любых возникающих в человеческом сознании идей и проектов на самом деле обычно недостает просто известного количества красоты, энергии красоты, силы красоты.

Следовательно, подобно тому, как перед постройкой здания необходимо хорошенько отдохнуть и набраться сил, так и перед любой другой творческой реализацией необходимо получить все требуемые для успешной реализации задуманного вдохновляющие энергии и питательные составы.

Сформируйте различные образы предполагаемой достигнутой успешности. Полной, безграничной, торжествующей, всеохватной и окончательной. Они непременно окажутся красивыми, ибо красота символизирует законную завершенность, создание некоей конченной версии желаемого, к которому в конкретных условиях ни добавить, ни прибавить. Пусть регулярно оживляемые эти состояния успешности вдохновляют живыми чувствами реальности ликования победы, действительности ощущения собственной полноты, непосредственным чувствованием свершившихся ожиданий и реализованных мечтаний.

Если приступаете к серьезному занятию, будь то создание очередного психокатализирующего паттерна **«Инсталлятора психопрограмм»** или приготовлением ко сну, обязательно хотя бы на пару минут обратитесь к образу торжествующего успеха.

Когда в наших глубинах, непрестанно оживляемый и непрерывно памятуемый, живет образ самих себя прекрасных, ликующих и утвердившихся в гармоничных свершениях, мало что в целом мире сможет воспрепятствовать нам в нашем продвижении к намеченным целям.

Образы успеха — это образы глубинной уверенности в самих себе, в назначенности победы и в близости ее осуществления хотя бы потому, что состояние это сопутствует нам на всех путях поисков и созиданий, попросту пребывая в наших собственных внутренних пространствах.

Если не удастся начать важное дело с оживления образа успеха, а уверенности явно недостает, лучше переключиться на что-нибудь иное, более подходящее в данный момент и воспринимаемое как более нравящееся, нежели пускаться в приключение созидания наобум, подвергая риску халтуры то дело, которому мы собираемся посвятить собственное время и свои силы.

Даже самый совершенный паттерн успеха всегда можно улучшить, всегда можно отредактировать так, чтобы он стал еще краше, а значит еще действеннее, мощнее и выразительнее.

Все обновления необходимо серьезно экспертировать, испытывать в собственных медитациях, тщательно выявлять сильные и слабые стороны анимаций с тем, чтобы еще более украсить, гармонизировать и интегрировать рисунок ради достижения с его помощью поставленной цели — генерации состояния полноты успеха.

Для того, чтобы создавать красивое, необходимо самому пребывать в состоянии исполненности красотой, переполняться ею, проникаться ею насквозь.

Восхищение прекрасным вовсе не противоречит полезности этого шедевра. Прагматизм приверженцев красоты прост и открыт: нет ничего вкуснее, приятнее и удобнее красоты, нет ничего истиннее и целостнее прекрасного.

Красота — это самое здоровое, самое сбалансированное, самое прочное и самое подвижное одновременно из того, что нам вообще может быть известно. Приникая к источнику красоты, мы приникаем к источнику жизненной силы, именуемой истинной, благородством, гармонией, справедливостью или победой — в зависимости от ситуационного контекста переживания красоты.

Коллекционируйте красивое повсюду и во всем — учитесь усматривать ее везде, где только бываете, куда только проникает взор воображения.

Наслаждаться цветами и звуками, благоговеть перед пропорциональными формами и восхищаться ажурностью построения живых существ можно и без «Ключа». Но с помощью «Ключа» можно научиться всему этому уверенно и постепенно, а также иметь в своем распоряжении целую галерею интересующих нас состояний с тем, чтобы по желанию они могли быть нами обретенны в любое время.

Со временем опыт занятий с «Ключом» обязательно выразится в подспудном овладении языком свободных визуализаций, когда мы сможем без экрана монитора, на чистом листе собственного воображения раскрашивать действительность и конструировать представляемые картины по своему художническому усмотрению.

Но и тогда будет нужен «Ключ» — в редкие минуты душевного утеснения, когда мозг откажется работать, а энергия совершенно обессилится, когда покажется, что все пропало и все окончено. Вот тут-то и понадобится «Ключ» как надежный инструмент создания красоты — красоты исцеляющей, вдохновляющей, вразумляющей, ведущей и устремляющей к победе духа.

Часть III

АБСОЛЮТНАЯ ВЛАСТЬ НАД СОБОЙ

Глава седьмая

«НАУКА ЭФФЕКТИВНОГО САМОВЛИЯНИЯ»

Почему мы многого не осознаем?

Мы привычно многого боимся, многого избегаем, во многом сомневаемся, от многого прячемся, а многое настолько явно противоречит нашему образу «Я», что мы стараемся всеми силами защититься от мыслей об этом, тем самым запрятывая собственные мысли подальше от самих себя.

Многое когда-то ценное уже утратило свою активность и отодвинуто в дальние углы памяти. Многое покрыто страхами и болью. Многое поспешно или обдуманно признано нами не заслуживающим внимания, недоступным или даже преступным. Поэтому мы всего этого сторонимся всеми силами.

Однако невозможно избежать всего того, что принадлежит нам самим во внутреннем мире. Вот мы и изгоняем нежелательное в тень, даже не надеясь на то, что будучи погруженным в темноту, оно на самом деле пропадет. Как говорится, с глаз долой — из сердца вон. Тем более, что во внутреннем мире саморазрешение обладает абсолютной действительностью. Как мы того пожелаем, так оно и сбывается. Во всяком случае, поначалу, до возникновения связанных с вытеснением психических содержаний проблем нарушения гармонии целого.

Многое нам действительно не очень нужно — просто нет необходимости удерживать его в поле сознания или на это временами даже не хватает сил и желания. Способность сохранять нечто в поле осознанного внимания (хотя бы в пределах быстрого доступа к сознанию) прямо связана с актуальностью сведений и настроений. Так что многое было бы осознанно нами легко и просто, будь мы энергетически посильнее, к примеру, не растрчивай мы уйму времени на сопротивление нами же са-

мими вытесненным смыслам, которые в темноте забвения набрались энергии и истово рвутся наружу, желая проявиться в поступках и состояниях.

Основная причина нарастающей бесконтрольности нашей внутренней жизни заключается в том, что мы разучились трудиться внутренне, отвыкли «причесывать» и «омывать» собственные содержания и представления, перестали ценить внутренний покой и сердечную гармонию, которые при ближайшем рассмотрении все же оказываются самым важными вещами во всей нашей жизни.

Мы никак не привыкнем к мысли о том, что в мире страшиться почти нечего. Зато всего интересного в мире оказывается прямо-таки навалом. Мы должны поскорее и поактивнее изменить само отношение ко всему воспринимаемому — отнестись к нему как к потенциальному ресурсу, как возможному козырю в игре с окружением, как к подарку судьбы, который пригодится в известное время и наверняка окажется на удивление уместным и безусловно ценным.

*Осознанность любого элемента, фрагмента
и процесса нашего внутреннего мира
эквивалентна нашей собственной
личностной зрелости.*

Если и есть за что ценить самого себя, так это за осознанность принимаемых решений, за сознательность совершаемых выборов и за полноту спокойной сознательной ответственности за последствия всего того, чтобы мы делаем свободно и с пониманием собственной творческой роли.

Чем свободнее человек обращается с даром произвольного осознания собственного психического, тем компетентнее и состоятельнее он оказывается при решении самых различных вопросов жизни, ибо удача и успех синонимичны уровню поддержания сознательности.

*Умение управлять развитием своей осознанности
позволяет достигнуть всего.*

Если этого умения нет, никакие знания, навыки и приобретения не сделают нас по-настоящему компетентными, т.е. осознанно развивающимися и ответственно представляющими се-

бе свою собственную жизнь как свое свободное творческое порождение.

Велика ли власть неосознаваемого?

Формула предельно проста: в собственных пределах бессознательное властно абсолютно, а вне своих пределов, т.е. в области осознаваемого — совершенно безвластно.

Сам по себе страх перед силой бессознательного является банальным аргументом самооправдания.

Бессознательное никакой силой само по себе не обладает. Просто то, что мы сами не удосужились вполне осознать, протекает автоматически, а значит, как ему самому вздумается. Неорганизованное живет само по себе, а значит далеко не всегда в интересах наших собственных, как целостного интегрированного существа.

Все это самооправдание из-за страха перед могуществом бессознательного пустячно еще и потому, что переводить в область осознания бессознательные содержания при определенном навыке оказывается проще простого. Тем более это просто сделать с помощью освоенной технологии «Ключа».

Конечно, если не заниматься собой и не учиться управлять внутренним миром, он будет развиваться стереотипно, примитивно и дезорганизовано, а значит рано или поздно наш организм и наша психика станут нас самих подводить и предавать. Если же собой хотя бы сколько-нибудь заниматься, никаких проблем с пресловутым «всесилием» неосознаваемого не будет возникать.

В темноте ничего не разобрать. Автопилот действителен лишь в очень примитивных ограниченных условиях полета. Нестандартные ситуации, а таковых в жизни оказывается все же большинство, требуют принятия управления на себя, а значит и владения навыками сознательного саморуководства.

Осознать — значит обратить внимание, рассмотреть, сосредоточиться, исследовать, изучить, научиться применять и овладеть техникой управления.

Как ни странно, но иллюзорная власть бессознательного, перед которой в бесплодном страхе трепещут авторы душеши-

пательных романов и мистически настроенные медиумессы, просто нереальна. Она существует лишь в нашем воображении. Мы выдумываем ее лишь потому, что по самым различным причинам отказываемся от лежащей перед каждым из нас возможностью взять управление собственным развитием в свои руки. Как то говаривали китайцы: «Трудно искать черную кошку в темной комнате, особенно, если там ее нет». Вот-вот, это как раз о пресловутой «злонамеренности» и «бесконтрольности» неосознаваемого, которых не может существовать в силу исходной благонамеренности и гармонии сущего.

Люди, до поры до времени по тем или иным причинам не развившие в себе дар смелого исследования нового и мужественного опытного изучения действительности, привычно боятся того, что пока не познано. Это не более чем дурная привычка: опасаться незнакомого и стремиться опираться пусть на малоэффективное, зато понятное и освоенное.

Новое ничуть не страшнее уже известного. Просто новое требует осознанности своего освоения и применения. Для того, чтобы освоить незнакомое, следует проснуться, т.е. вернуться в сознание. Имеющие опыт обращения к новому совершенно спокойно относятся к неосознаваемости тех или иных областей собственного психического, так как прекрасно понимают, что при желании (в случае возникновения надобности) все в себе могут изучить и всем в себе могут овладеть.

Удивительно, но рефлкторный страх перед своим же неосознаваемым приводит нас к тому, что мы начинаем бояться собственной мудрости, присущей нам как разумным существам от момента рождения. Это — мудрость самоорганизации, мудрость первично-природная, глубинно-интуитивная, существующая в нас на уровне предгенетическом, психополевом.

Мы боимся осознавать (а тем более осваивать) собственные способностные дарования лишь потому, что не доверяем самим себе, боясь собственной правоты, собственной безошибочности. Мы не умеем ценить опыт ошибок как единственный путь к изучению способностей и развитию умений. Мы не осваиваем собственных талантов лишь потому, что спешим поскорее расписаться в собственной бесталанности, лишь бы не принимать на себя ответственность за последствия принимаемых нами решений.

Бессознательное есть, однако оно не существует.

Этот парадокс прост и сложен одновременно. Бессознательное совокупно может быть определено как целостная система всех автоматизмов и стереотипов, самодействующих в данный момент в нас самих. Однако область его действия находится за пределами нашего осознания, а значит лежит вне нас самих. Потому оно действует без нас, хотя иногда даже против нашей осознанной воли.

Наша личная творческая ответственность лежит в направлении освоения тех областей бессознательного, от гармоничного функционирования которых зависит наш успех, наша эффективность, наше здоровье, наша радость и наша счастье. Нельзя допускать в самих себе свободное самодействие принципиально непознаваемых областей, в пределах сознательной личности таковых по определению существовать не может. Любое достаточно осознанное реформирование, редактирование и трансформирование наших собственных глубин и периферий изменило бы всю нашу жизнь, так как человек как система даже на самые малые изменения реагирует кооперативно, интегрально, синтетически.

Вот и получается, что присущая нам власть осознания нами по недоразумению и отсутствию навыка самопознания практически не используется, что приводит к порождению мнимого страха перед угрозой самовластья бессознательного.

Творчество новых состояний

Все прекрасно понимают, что дарованное им сокровище сознания делает их принципиально отличными от животных в делах управления внешней жизнью. Однако мало кто решает-ся пойти дальше и согласиться признать за собственным сознанием полного права распоряжаться и внутренними состояниями организма, от которых до сих пор подавляющее большинство людей находится в прискорбной зависимости.

Внешние препятствия люди привычно преодолевают, даже не задумываясь о том, как именно они это делают и в чем заключается чудо их сознательного отношения к проблемам и решениям. Но, когда случается неожиданная эмоциональная буря, когда человек невольно охватывается страхом или зара-

жается идеей о своей неустранимой (или трудно устранимой, что по сути дела одно и то же) неполноценности, никому даже в голову не приходит мысль о необходимости сознательного устранения состояния, мешающего развиваться, и о осознанной генерации того настроения, которое рассматривалось бы самим человеком как полезное и приятное.

Странная получается картина: внешне люди намереваются, стремятся и достигают, но внутренне пасуют, капитулируют и малодушничают перед тем, что воистину принадлежит им самим — перед собственными состояниями, настроениями и переживаниями.

Для решительного поворота к изучению практики осознанного управления собственной жизнью необходимо решительно отказаться от пассивного отношения к тем из своих состояний, которые рассматриваются как неприятные и препятствующие достижению целей, имеющих для нас самих достаточно важное значение.

Необходимо понять, что любые состояния развиваются в нас не из неведь откуда берущихся глубин, но являются, прежде всего, результатами закономерного развития тех или иных предыдущих действий, определенных невольных самосанкционирований достижения тех или иных настроений и привычного пребывания в тех или иных переживаниях.

Необходимо понять, что все наши состояния по сути своей психопричинны: они напрямую связаны с регуляционной работой мозга, а потому и могут, и должны управляться осознанно, т.е. с помощью волевого дисциплинирования психических процессов и управляемой сознанием мозговой динамики.

Именно в этом и заключается эволюционный и духовный смысл самопознания. Для того, чтобы сохранять самопричинность, синонимичную свободе и творчеству, человек должен в полноте легко и эффективно управлять любыми своими состояниями, для чего он просто обязан глубоко и всесторонне знать самого себя. Знать свои привычки и стереотипы, знать свою биографическую историю, знать свои предпочтения и вкусы — знать все о себе как уникальной личности.

Только путем развития знания о самом себя можно научиться успешно ориентироваться в многомерном пространстве собственных состояний, которые по сути своей являются центра-

ВЫСШИЕ СОСТОЯНИЯ СОЗНАНИЯ

ВЫСШИЕ

ЦЕННОСТНОЕ ИЗМЕРЕНИЕ

Классическое "сатори". Слияние с универсальным сознанием, единение с Богом. Человек ощущает себя одним из создателей энергии из пустоты. Психический источник находится над головой.

Предельно сконцентрированное, точечное сознание, энергия, свет, любовь. Астральные перемещения и другие пси-феномены. Слияние с иными сущностями. Центр психической энергии находится в голове.

Возможностное состояние.

Блаженное, благочестивое состояние. Ощущение божественной милости ("барак"), космической любви, космической энергии, усиленное восприятие своего тела, гармонизация личностного и вселенского мировосприятия, бытие в любви, энергетическое состояние, характерное для позитивных ощущений от ЛСД. Центр психической энергии находится в области грудной клетки.

Профессиональное или базисное "сатори" (состояние гармонического единства, целостности). Программы биокомпьютера реализуются автоматически, бессознательно, не возбуждая эмоций. Деятельность растворяет в себя индивидуальность "Я". Человек наслаждается тем, что он делает, выполняя свои действия наилучшим образом. Центр психической энергии находится в нижней части брюшины.

Нейтральное биокомпьютерное состояние. Человек способен усваивать и транслировать новые идеи, программы действий, учиться и обучать других без особых эмоциональных напряжений, легко. Контакт с реальностью приземленный, натуралистический.

Невротические состояния. Негативные эмоции: страдание, вина, страх. Человек действует как обычно, но испытывает при этом отрицательные эмоции. Толерантность к алкоголю, незначительным дозам опиума, первые стадии бессонницы.

НИЗШИЕ

ми связи психических представлений и телесных ощущений. Наши эмоциональные состояния — это своего рода центры ассоциативных связей телесного и душевного, наши внутренние интеграторы, сосредоточение на которых позволяет ощутить собственную целостную природу как сущностно двуединую — душевно-телесную, психосоматическую.

В творчестве новых состояний, которое и составляет главный предмет обучения осознанному саморазвитию, очень важно понимать, что все состояния не только психосоматичны (тождество телесных переживаний и психических самовосприятий), но и двуедины как информационно-энергетические.

В каждом нашем целостном состоянии всегда присутствует: 1) информационное содержание (его предмет, его содержание, мысль и представления, ориентации и цели), и 2) его особенная энергетика (его силовой аромат, его динамическая интенсивность, переживаемые как эмоция того или иного свойства — интерес, страх, радость и т.п.).

Как и во всяком ином мастерстве, в искусстве осознанно управлять формированием и развитием собственных состояний обретению высокого мастерства предшествует продолжительный период обучения, сопровождающегося неизбежным опытом проб и ошибок.

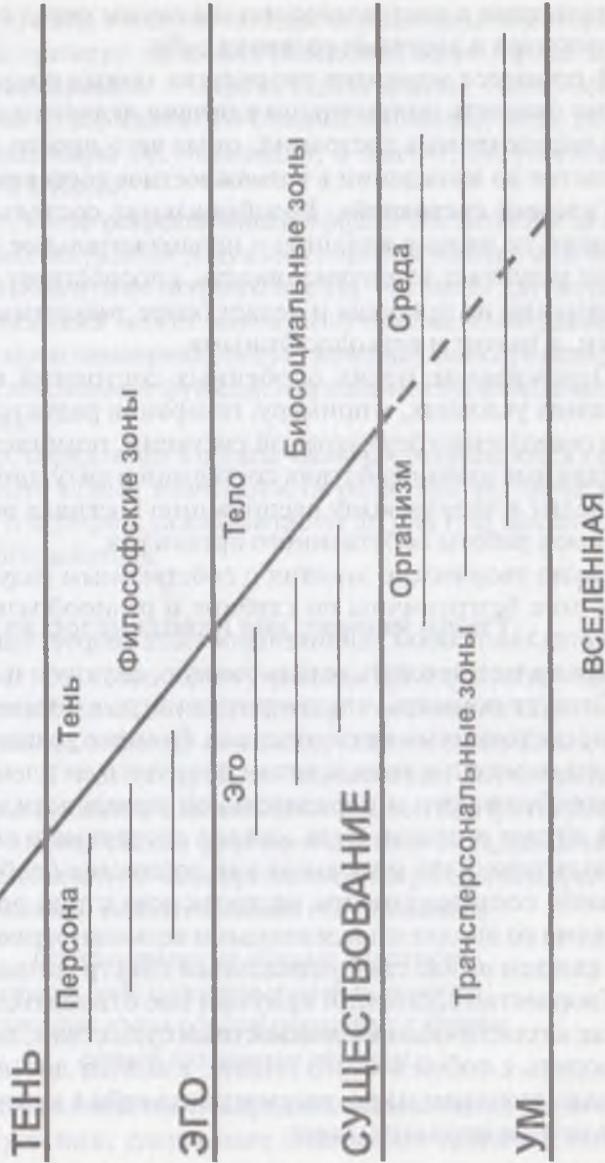
Благодаря «Ключу» число подобного рода ошибок сводится к минимуму, так как в распоряжении занимающегося оказывается свободный выбор из богатейшей палитры сенсорных сигналов, позволяющих успешно преодолевать любые внутренние перестройки и достигать желаемых состояний оптимальным путем без особенных затрат времени и энергии.

В процессе каждодневного диалога с «Ключом» постепенно накапливается опыт настройки собственного организма как душевно-телесного целого, расширяется спектр доступных настроек, многие из которых конструируются «в лабораторных условиях», во взаимодействии с персональным терминалом, т.е. вне непосредственной связи с вызывающими их внешними событиями.

Человек перестает зависеть от капризов окружения, подобно щепке, которую всякая волна бросается то в одну, то в другую сторону безо всякого согласованного смысла. Человек получает доступ к контролю собственных переживаний, которые

СПЕКТР СОЗНАНИЯ

(иллюстрация Кена Уилбера)



он сам целенаправленно выстраивает в ответ на те или иные запросы и требования среды. Выстраивает вполне осознанно, в соответствии с поставленными им самим перед собой целями достижения и задачами развития себя.

В процессе изучения творчества новых состояний очень важно овладеть привычными **ключами** включения и выключения определенных состояний, опыт чего просто и быстро достигается во вхождении в **возможностное состояние** при работе с «Галереей состояний». Возобновление состояний время от времени по своему желанию и продолжительное в них пребывание углубляет их интенсивность, способствует расширению понимания их природы и делает более знакомыми и привычными, а значит и легкодоступными.

Переживание неких особенных состояний в кризисных внешних условиях, к примеру, генерация радужного оптимизма в совершенно безвыходной ситуации, помогает изучить неожиданные взаимодействия состояний и ситуаций, что в итоге приводит к творческому расширению арсенала используемых режимов работы собственного организма.

Такие творческие занятия с собственным разумом и телом поистине безграничны по глубине и разнообразию, а потому представляют собой удивительное поле творчества для всех тех, кто не желает прожить жизнь сонную, скучную и невкусную.

Следует помнить, что творческая игра в перемены и управление состояниями не самоцельна. Помимо развлекающего игрового момента в этом занятии присутствует элемент крайней целесообразности и поразительной полезности для развития всей жизни в целом. Ведь каждое состояние в его многообразных тонкостях и нюансах как состояние особенной музыкальной согласованности настроек всех струн организма, сопряжено со вполне определенными возможностями и открывает в каждом из нас свой уникальный спектр готовностей и сил.

Творчество состояний приучает нас относиться к самим себе как к пластичным **возможностным** существам, которые могут сотворить с собой все что угодно, а значит достичь поистине всего во внешнем мире, рассматривая себя в качестве творческого центра происходящего.

Зрелая личность спокойно признает наличие временных трудностей и ограничений, без усталости

*занимаясь поиском путей и методов их преодоления
для расширения власти над жизнью.*

Разумеется, пока внешние победы ограничены некоторыми пределами. К примеру, не может население всего города за год научиться **левитировать** — парить силой мысли. Хотя, честно говоря, нельзя утверждать это безапелляционно, ведь до сих пор **психопроцессоры** отсутствовали, а значит, отсутствовали опыты работы с ними.

Одно дело, когда **рекреационный эффект** достигается за счет созерцания колышущихся радужных гирлянд на елке или мелькающих огоньков в окне ночного поезда. И совсем другое дело, когда наша психика может извне получить целенаправленно сформированный сенсорный поток, который непосредственно влияет на согласованное функционирование глубинные мозговые структуры.

Возможно, перед нами в образе «Ключа» открываются некие принципиально новые возможности развития человеческого потенциала, о котором даже фантасты до сих пор могли лишь отдаленно догадываться.

Как организован внутренний опыт?

В продолжение жизни во внутреннем пространстве человеческой психики накапливается опыт, составляющий наше главное достояние, главную ценность, главное содержание всей нашей жизни. В чем-то процесс накопления впечатлений и знаний можно сравнить с коллекционированием фотографий, только внутриспсихические фрагменты опыта складываются не только зрительными, но одновременно обонятельными, слуховыми, вкусовыми и осязательными ощущениями.

*Все чувственные данные образуют
своего рода целостные атомы памяти,
которые взаимодействуют друг с другом
самым различным образом.*

Внутри одного события и в пределах комплексов различных событий ощущения, слагающие отдельные частички опыта, связаны друг с другом различными ассоциациями, которые при приведении в действие одного элемента внутреннего мира за-

ставляют звучать и активироваться другие элементы, ассоциативно связанные с ним.

Таким образом, наш внутренний опыт представляет собой нечто вроде фантастической арфы, в которой особым образом настроенные струны откликаются на колебания друг друга и взаимосвязаны непостижимо сложными, но вполне целесообразными путями. Получается что-то вроде гигантской видеотеки или библиотеки, в которой все отдельные фрагменты и различные разделы взаимодействуют друг с другом в некоем космически слаженном порядке.

Многие из этих областей опыта организованы иерархически. Более важное легче воспроизводится, чем менее важное, и чаще употребляемое проще вспоминается, нежели не запрашиваемое вовсе.

Многие отделы нашей внутренней картотеки напоминают экзотическое нагромождение ценнейших вещей, разобраться в собрании которых никогда не хватает ни времени, ни сил, ни желания.

Известно, что человек ничего из воспринятого за свою жизнь не забывает и в принципе может фотографически точно воспроизвести самые малозначительные фрагменты опыта, которые, как могло показаться, начисто стерты из его памяти. Все эти атомы смысла переплетены друг с другом различными видами ассоциаций — ассоциациями сходства, контраста и причинной связи. В итоге переплетения всего и вся получается система немислимой сложности, но в то же время вполне живая и даже кооперативно, внутренне согласованно развивающаяся с каждым нашим новым впечатлением, с каждым следующим обращением сознания к материалам памяти.

Мозг мог бы функционировать намного эффективнее и быть творчески продуктивнее, не будь многие из фрагментов опыта связаны друг с другом болезненным, а то и вовсе противозаконным образом. Как ни прискорбно, такой патогенный, дисгармоничный характер ассоциативных связей наблюдается сплошь и рядом: к примеру, важнейшие знания оказываются связанными с воспоминанием о перекошенном злобой лице педагога, так что и вспоминать об этом не хочется. Точнее, не

хочется вспоминать о раздраженном педагоге, а заодно приходится невольно забывать и о ценном знании.

*Каждый из нас глубоко перепутан внутренне,
что затрудняет работу творческого разума.*

Одной из задач, которые стоят перед желающими раскрыть богатство собственного творческого потенциала, является гармоничная реорганизация внутренних связей личного опыта с тем, чтобы привести всю систему внутриспсихического мира в стройный и законный порядок. Это непросто, но очень важно, а в ряде случаев (к примеру, при хронической неудачливости или развитии заболеваний) оказывается попросту жизненно необходимым.

До возникновения компьютерных **арттехнологий** работу эту можно было провести лишь путем старательного **перепросмотра** — усердного последовательного воспроизведения одной за другой картин памяти прошлого (в максимальном приближении к реальным переживаниям того времени) с тем, чтобы разрядить скопившуюся вокруг дисгармоничных связей психическую энергию и создать новый, боле гармоничный и естественный порядок ассоциативных связей.

Такой **перепросмотр** во все века рассматривался как радикальное средство реорганизации внутреннего опыта, без которой не могло и речи идти о инициатическом «новом рождении», т.е. о качественном повышении творческой эффективности человека, скажем, при посвящении его в жрецы или в великие воины, что требовало максимально полного использования всего психического потенциала.

«Ключ» позволяет не только отдельным избранным, но любому желающему системно реорганизовать внутренний опыт и качественно интенсифицировать творческую работу своего мозга, без опасных стрессов жизненных или посвячительных испытаний и без необходимости долгими месяцами проходить процедуру **перепросмотра**.

«Ключ» по существу оказывается совершенно незаменимым инструментом реорганизации внутреннего опыта, которая сама по себе открывает врата к горизонтам совершенно новых возможностей благодаря задействованию совокупного творческого потенциала мозга. Последнее становится возможным как

раз благодаря развязыванию многих излишних связей и образованию связей новых, более гармоничных, делающих всю систему опыта в целом более эффективной и производительной.

Никаких потрясений на пути к раскрытию возможностей! Напротив, полная свобода выбора состояний и масса каждодневных приятных переживаний восприятия прекрасного, гармонично развивающих симфонически взаимодействующие разум и тело.

Инструментальное разрешение любой возникающей в буднях проблемы, связанной с необходимостью перестройки конкретного элемента системы внутреннего опыта, неизбежно ведет к кооперативным перестройкам всей системы опыта в целом. Так раз за разом, шаг за шагом, достижение за достижением единый ансамбль внутреннего опыта гармонизируется и укрепляется. При этом доступными становятся те участки памяти, которые были по тем или иным травматическим причинам заблокированы, а потому не могли быть использованы в творческой обработке проблемной информации.

Гармоничная кооперативная перестройка смыслообразующих мозговых структур неизбежно приводит к высвобождению колоссальных количеств внутренней энергии, которая в дисгармонично организованном мозге затрачивалась на поддержание неестественных связей и удержание определенных видов информации от осознания (ввиду их болезненности).

После конструктивного **переассоциирования** человек перестает стоять у самого себя на пути. Прежде он делал совершенно произвольно, помимо собственного произволения, так как именно таким образом была организована его собственная память, складывавшаяся до открытия им возможности самоуправления вне зависимости от его сознательных решений и волевых стремлений.

Кооперативные гармоничные перестройки внутриспсихических структур используют внутренние напряжения связей между элементами опыта в качестве готовностей к каскадной гармонизирующей трансформации. Человек, с помощью «Ключа» развивающийся на материале повседневных житейских проблем, все более обоснованно укрепляется на мысли, что нет ничего невозможного для того, кто вполне осознанно и после-

довательно заботится о развитии собственного мозга, и через это — о развитии собственной жизни.

Импринты сильны недоступностью

Известно, что наиболее важные управляющие структуры корпораций и военного ведомства наиболее тщательно защищены от внешней агрессии и попыток проникновения в их секреты. Оно и понятно: зачем воевать на полях сражений, если можно одним ударом нарушить управление войсками противника или украсть секреты руководства компании, после чего все ноу-хау и изобретения окажутся в руках конкурентов. Аналогичным образом обстоят дела и в управлении нашей собственной психикой: наиболее глубокие установки, ответственные за стереотипную организацию наших восприятий и поведения (когнитивные установки, ценностные предпочтения и образ «Я»), погружены в область неосознаваемого и сокрыты от вторжений извне.

Однако отличие механизмов внутриспсихической защиты от обеспечения безопасности военных штабов и корпоративных офисов принципиальное. Оно заключается в полной доступности управляющих психических инстанций для непрерывного трансформирующего влияния сознания. Именно эта особенность нашей психики и позволяет нам воспользоваться драгоценным даром сознания, благодаря которому мы можем выстраивать именно ту жизнь, которая нам самим более всего нравится.

Когда в творческую группу включается новый сотрудник, прежнее распределение обязанностей оказывается неэффективным. Естественным образом происходит их перераспределение, в результате которого у каждого из членов группы формируется новый, соответствующий изменившейся ситуации, новый круг функциональных поручений и личной ответственности.

Примерно то же происходит при изменении какого-либо фрагмента психики, которые можно назвать **сознательным саморедактированием**. Внося те или иные изменения в отдельный паттерн целостной психики, мы провоцируем последующее спонтанное перераспределение внутренних акцентов и порядка взаимосвязи всего со всем. В результате наших трансформа-

ционных усилий возникает целостность нового, измененного качества, в рамках которой многое **переконтекстуализировано** по-новому, с учетом произведенных нами изменений.

Процедура редактирования полностью аналогична редактированию интересующего нас фрагмента текстового, графического или звукового файла: мы выделяем необходимый фрагмент, задаем необходимые функции изменения и производим замену одних элементов на другие, что делает выделенный фрагмент более полно соответствующим нашим представлениям о должном и эффективном. Затем измененный фрагмент вписывается в целостную структуру текста, после чего происходит кооперативная перестройка всего большого файла, перезаписываемого заново.

Порой даже изменение небольших участков текста приводит к существенным изменениям общего смысла, как то известно любому школьнику на примере фразы «казнить нельзя помиловать». Перемена положения одного-единственного знака препинания — и весь смысл высказывания трансформируется на прямо противоположный.

Доступ даже к наиглубочайшим отделам психического, отвечающим за управление всем нашим восприятием, поведением и мышлением, всегда открыт через редактирование текущих фрагментов личного опыта и целенаправленное изменение отдельных образцов собственного поведения. Такое фокусное самовмешательство непременно приводит к целостным кооперативным перестройкам всей структуры психического, затрагивающим в конечном счете даже самые сокровенные слои и пласты организации субъективной жизни.

Ныне стало широко распространенным суеверное представление о якобы полной недоступности для целительных изменений тех деструктивных установок и жестких зомбирующих формул, которые импринтируются глубоко в психику жертвам тоталитарных сект их лидерами с тем, чтобы навсегда сделать их психологически зависимыми от своих гуру.

Это чем-то напоминает бытовавший в начале XX века психотерапевтический миф об обязательности и даже некоей особой ценности сопротивления пациента влияниям врача. Мол, сопротивление не просто допустимо, но и обязательно, иначе терапия не будет эффективной. По мере же развития искусств-

ва врачевания душ, связанного, в частности, с работами Милтона Эриксона, оказалось, что сопротивление никоим образом не является обязательным компонентом терапевтического процесса, а скорее связано с банальной психотехнологической некомпетентностью врачевателя.

Любой человек жаждет здоровья, но опасается получить камень вместо хлеба. Поэтому когда он наталкивается на грубое и примитивное, не отвечающее его представлениям о безопасности влияние, он начинает сопротивляться им, дабы не случилось чего похуже.

Так и с возрождением естественной душевной жизни пострадавших от деятельности новоявленных гуру: если те, кто пытаются вернуть человека к здоровому миросознанию, вполне компетентны, опыты и доброжелательны, то нет принципиально недоступных уголков в психике человека. Ведь сама психика как живое целое ориентирована на естественную гармонизацию, развитие и избавление от страданий.

Любые целенаправленные изменения в жизни человека становятся возможны, если сам человек согласен становиться здоровым, считает необходимым соучаствовать в собственном спасении и позволяет своему организму стремиться к гармоничной жизни.

Когда человек на самом деле, экзистенциально, искренно заинтересован в радикальном обновлении своего существования и в освоении умения управлять своим развитием, для него открываются любые сколь угодно потаенные уголки его собственного психического. Главная проблема заключается в последовательном формировании надлежащей позитивной мотивации, в поддержании творческой готовности все обновить к лучшему, успешно произвести полный ремонт в доме собственной души и пересотворить собственный разум.

Разумеется, огонь такой готовности разжигается лишь на твердой почве уверенности в принципиальной осуществимости таких перемен. Для достижения же таковых, с одной стороны, необходимо предъявление реальных примеров жизней людей, которые собственными усилиями восстали из праха и действительно пересотворили собственное бытие. С другой стороны, необходимо строго рациональное уяснение психофизи-

ологии и нейромеханики предполагаемых перемен, чему основательно помогает изучение данной книги. Ну и, наконец, третье — регулярная усердная тренировка.

Внутренняя работа — это регулярное редактирование тех стереотипов и образцов, которые в силу спонтанно складывающихся обстоятельств жизни вдруг оказываются в фокусе внимания, а потому сами собой становятся наиболее доступными для изменений. Совершая любые очередные частичные изменения, не следует забывать о том, что после их интеграции в общую ткань психической деятельности последняя начинает глубоко и системно перестраиваться, как бы усваивая новый образец автоматизма.

*Творчески влияя на актуализировавшуюся часть,
мы неизбежно оказываем гармонизирующее
влияние на целое.*

Так шаг за шагом происходит накопление изменений, которое в одно прекрасное утро вдруг осознается как счастье, обретенное собственными творческими усилиями!

Очень важно сознательно усвоить мысль о том, что в нас самих в принципе нет никаких абсолютно секретных областей и совершенно закрытых для сознательного самовлияния фрагментов. Чаще всего иллюзия неподвластности психического сознательным самовлияниям используется в качестве оправдательного аргумента собственной лени, которая всегда спешит закрыться от необходимости произвести очередные развивающие трансформации целыми собраниями разнообразнейших «объективных» причин невозможности совершения внутренней работы.

Если мы действительно хотим принять контроль над собственной жизнью, чтобы командовать ею исключительно самостоятельно, то пора перестать иллюзионировать на тему о невозможности трансформации. Пора просто взять «Ключ» и разобраться с наиболее актуальным стереотипом, основательно отредактировав фрагмент собственной жизни и усвоив его всем своим существом. То, что произойдет потом, на протяжении многих веков изумляло каждого из приступивших в работе над собой. Психика обрадуется возможности интенсивно разви-

ваться и с готовностью предложит следующий фрагмент бытия для сознательного преобразования к лучшему.

Нет ничего трудного в самой технологии редактирования собственного психического мира. Гораздо серьезнее стоит вопрос об осознанном понимании того, к чему ты сам действительно хочешь устремиться.

Чего ты сам на самом деле хочешь?

Вот тут-то и начинается уникальная мистерия человеческого существования под названием «осознанный выбор»: тут уж не будет никакой возможности списывать на «внешние обстоятельства» результаты собственной самотворческой работы.

Что с собой сотворишь, так и жить будешь.

Конечно, любой неверно отредактированный фрагмент в любой момент доступен для **перередактирования**. Но все же очень важно раз за разом развивать собственное интуитивное самоощущение, именуемое **самоэкспертизой** — представлять различные варианты образов будущего и пытаться ощутить, в каком из них тебе будет милее, приятнее и комфортнее? Только так можно опытным путем выяснить, к чему ты сам на деле тяготеешь?

В этом процессе человек предстоит самому себе, ибо никто кроме него самого не может понять, что истинно мило его собственному сердцу. Тут-то и нужно научиться различать свои «внутренние голоса» и выстраивать собственное существование ответственно и серьезно.

Получается, что все в нас доступно постепенному преобразованию, и даже понятно, как именно оно делается. Нет нужды забираться в загадочные тайники бессознательного для того, чтобы усовершенствовать собственное жизнотворчество. Глубинные импринты касаются самых важных аспектов нашего мировосприятия, и будет разумнее, если они будут редактироваться сами, постепенно, вслед за преобразованиями отдельных более поверхностных программ.

Таков предельно экологичный, совершенно безвредный и абсолютно безопасный способ **саморедактирования**, в то же время доступный каждому, так как его эффективность обеспечивается свободно управляемой сенсорно-энергетической подержкой «Ключа».

Шаг за шагом, раз за разом, расширяются пределы сознания; оно осваивает управление все более и более значимыми и глубокими программами, при этом не подвергая занимающегося управлением собственной жизнью ни малейшей опасности, с каковой обычно связываются незаконные вторжения с психический мир, к примеру, с помощью галлюциногенов, вызывающих идеаторную бурю, или давления воли гипнотизера, нарушающей естественные процессы развития целостного мозга.

*Эффективность развития отдельных программ,
тотальность самовлияния и полная безопасность —
о такой технологии саморазвития
можно только мечтать!*

Реорганизовать собственный опыт

Все когда-то воспринятое, продуманное и прочувствованное целиком и полностью сохраняется в тайниках мозга. Вот только востребовать и просмотреть эти чудо-записи у большинства из нас не хватает ни времени, ни навыков, ни сил. Оказывается, инвентаризация накопленных впечатлений — занятие далеко не праздное. От эффективности ее последовательного и системного проведения зависит наша собственная психосоматическая интегрированность, которая в первую очередь и определяет, какая доля реальных мозговых ресурсов может быть осознанно приведена в действие при необходимости разрешения сложных проблем.

Многим известно, что большинство из нас используют лишь считанные проценты общего мозгового потенциала, и это в то время, когда именно от продуктивности решений зависит компетентность в решении любых проблем жизни. Однако наша собственная внутренняя дезинтегрированность, порождаемая, в первую очередь, отсутствием доступа к большинству впечатлений жизни, не позволяет нам привести в действие весь чудесный мозговой механизм.

Поэтому организация внутреннего опыта из развлечения интересующихся практической психологией становится насущной необходимостью для каждого, решившего жить, чувствовать и мыслить в полную силу — в полную, а не на одну двад-

цатую, а то и сотую часть собственных творческих возможностей.

Сама по себе последовательная инвентаризация внутреннего опыта способствует установлению порядка ассоциативных связей, в свое время возникших без участия сознания, а потому оказавшихся незаконными или болезненными, установленными самопроизвольно, поспешно, на бегу. Наличие полного списка номенклатуры необходимых элементов еще не гарантирует возникновения эффективно функционирующей системы. Важен порядок их взаимного соотношения. Функционально продуктивны именно интегральные системы опыта, а не его отдельные атомарные фрагменты.

Если предоставить в распоряжение безграмотного человека разобранный на части компьютер, то вряд ли ему удастся создать продуктивно функционирующий терминал. То же касается и взаимосвязей между элементами различных жизненных впечатлений — целостных в самих себе, но обязательно взаимосвязанных друг с другом совершенно особенным, целесообразным, системно продиктованным, контекстно определенным образом.

Инвентаризация внутреннего опыта как раз и позволяет привести все элементы опыта в новую систему, в результате чего достигается максимальная согласованность элементов памяти и интегрированность психосомы. Это, в свою очередь, позволяет мозгу и телу действовать как единая система, используя все 100% врожденно присущего им и биографически развитого потенциала, а также увеличивать его за счет привлечения новых энергий, умений и знаний (последние всегда должны рассматриваться как возможные к поступлению, учитывая открытость человека как системы).

Переработка внутреннего опыта, или, как выражаются специалисты в области НЛП, его «конструктивное переякорение», аналогично искусству видеомонтажа. Аналогия видеомонтажа и психомонтажа не совсем точная. При первом некие особо ценные фрагменты включаются в готовую версию законченной видеоленты, а не пригодившиеся (не вписавшиеся в авторскую концепцию) отбрасываются как ненужные. При психомонтаже пригодными оказываются все без исключения впечатления и восприятия.

*Искусство саморазвития заключается в умении
отыскать полезное применение всем без исключения
фрагментам собранного опыта.*

Реконструкция интегрированного мозгового ансамбля — производство принципиально безотходное. Вот уж где действительно «слова из песни не выкинешь». Работа эта чем-то напоминает выкладывание мозаики из разрезанных на мелкие кусочки фрагментов, вместе заведомо составляющих единую сюжетно-осмысленную картину. Так и с песней нашей жизни, с ее видеополотном, запечатленным в структурах нейронных — ансамблей — ничего лишнего в принципе быть не может: ведь совокупно все произошедшее и составляет скрытую индивидуальную целостность того, кто занимается этим самым монтажом.

Из имеющихся частей в зависимости от исходной авторской концепции (которая, следует заметить, также развивается в процессе перепросмотра опыта) можно собрать автомат Калашникова, можно — компактный нейтронный боезаряд, а можно — детскую игровую приставку. Все зависит от того, к чему стремится человек, каким он себя представляет, кем он видится самому себе. Конечно, собрав оружие, следует приготовиться к войне.

*Стремление жить в мире предполагает
изготовление созидательных инструментов.*

Мир возвращает каждому из нас именно то, что мы посылаем ему, а, следовательно, и ожидаем от его в качестве ответа.

*Мы сами задаем ожидаемый формат
взаимодействия с миром.*

Поэтому нечего удивляться, что в ответ на наше болезненное сомнение появляются критики, а в ответ на наше обостренное чувство вины появляются манипуляторы, пытающиеся на этом привычном переживании сыграть собственную корыстную партию.

Очень важно перед началом самопостроения, каковым и является организация внутреннего опыта, понять, что любое сегодняшнее видение себя будет ограниченным и незавершен-

ным, а любое формальное описание в рамках доступных оценочных категорий — заведомо неполным.

Лишь с годами накопления опыта внутренней работы мастера саморазвития убеждаются в том, что человек действительно оказывается больше самого себя.

Происходит таинственная синергичная самоорганизация взаимодействующих элементов опыта, в процессе которой появляется некое совершенное существо, о котором сам индивидум и подумать не решался. Так что работа над собой воистину чудесна и волшебна.

Мы даже не представляем порой, сколь мы потенциально хороши и сколь внутренне прекрасны. Правда, для открытия и проявления этого сокровенного глубинного образа еще следует потрудиться, поработать, потворить. Зато результат получается превосходящий любые самые смелые ожидания.

Человек себя не знает не только потому, что не занимается самопознанием. Человек никогда не знает, в кого он может превратиться в результате усердной психоработы. Любые его предвосхищения рискуют оказаться качественно несостоятельными, по сравнению с тем, что действительно рождается в глубине сознания и завоевывает добрую созидательную власть над жизнью человека при полном сохранении его свободы.

Это не дает особых причин для гордости, но скорее склоняет к уважительному отношению к формуле, которая повторяется вот уже две тысячи лет из века в век: «Человек создан по образу и подобию Божию». Хотя проверить это, как ни странно, можно только на собственном опыте, в ходе многолетней практики саморазвития.

Заниматься реорганизацией внутреннего опыта удобно и приятно еще и потому, что на каждом шагу ощущается поддержка и помощь могучих божественных сил самоорганизации, которые беспрестанно действуют в функциональных пространствах нашего организма. Разрешая текущие проблемы, редактируя ставшие актуальными стереотипы, мы ощущаем, как вслед за этими частичными изменениями гармоничной перестройке подвергается все психосоматическое целое нас самих. Становится ровнее осанка, появляется особенный блеск в

глазах, находится время для самых радостных общений, которые прежде приходилось откладывать.

Особую полноту поддерживающей силы самоорганизации можно пережить, если добросовестно и строго придерживаться правил конструктивного психического редактирования (**креативного психоэмоционального аутодизайна**) на протяжении долгого времени.

*Как это чудесно — наша главная реальность
ближе всех других к нам самим!
Она доступна, открыта и готова
к переменам к лучшему!*

С обращения к переписыванию собственной глубиной биографии, с поворота к самому себе как источнику всех сил и возможностей и главного ресурса собственной жизни начинается совершенно особая жизнь. Эта новая жизнь открывает перед нами наши собственные возможности, которые оказываются измеримо полнее и богаче всего того, что мы о себе думали и даже того, что осмеливались представить в самых смелых фантазиях о пределах собственных достижений.

*Все необходимое уже накоплено и собрано в нас.
Просто нужно привести все это в порядок.*

Одно дело — свалка реликвий и экспонатов, другое дело — грамотно выстроенные музейные экспозиции, а третье дело — тот же музей, но уже интенсивно функционирующий за счет продуктивной деятельности внешних поисковых экспедиций и внутренних научных команд, непрестанно порождающих новые знания, развивающих поиски по вновь открываемым направлениям и активно преподающих найденные знания тем, кто заинтересован в их приобретении.

Чудесное могущество ассоциаций

Создатель удивительных авторских ковровых узоров имеет в своем распоряжении не такой уж большой набор цветных нитей, да и приемы его плетения не так уж многочисленны. А сколько замысловатых сюжетов, фантазий и узоров он может насоздавать — сосчитать просто невозможно! Все богатейшее пространство музыки в пределе сводится к разнообразному вза-

имодействию нескольких нот. Все тексты в принципе сводимы к исходным алфавитам. Все чертежи являются совокупностями относительно небольшого набора исходных геометрических фигур.

Неверная связь алгебраических символов — бессмысленная каша. Верное взаимосоответствие тех же символов — и на свет рождается новая поражающая воображение открываемыми ею возможности математическая доктрина. Неверный набор звуков — раздражающая какофония. Точное соответствие звучаний — и мы смиренно робеем, трепетно восхищаясь великим музыкальным произведением. То же наблюдается в любой области культуры — в кулинарии, в танце, в скульптуре, в политике и в бизнесе.

Исходные символы для всех одни и те же, но вот то, что может получиться из приведения их в некую систему, неизменно оказывается уникальным, авторским и глубоко индивидуальным.

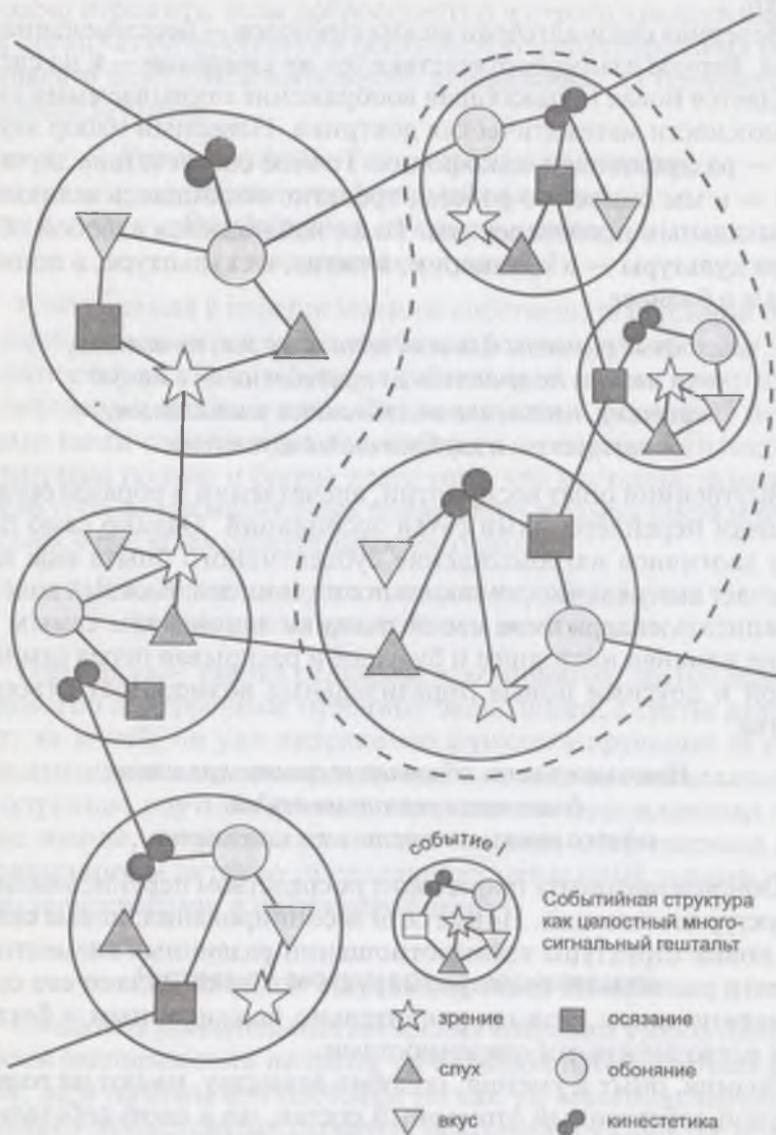
Внутренний опыт восприятий, впечатлений и образов организован переплетениями сетей ассоциаций. Однако само по себе хаотичное нагромождение субъективного опыта еще не означает вынужденности такого положения дел. Каждый волен переписать содержимое своей психики заново, тем самым в корне изменяя настоящее и будущее и раскрывая перед самим собой и другими новые поразительные возможности творчества.

Невозможность обновления опыта прошлого более всего тяготит людей, однако невозможность эта иллюзорна.

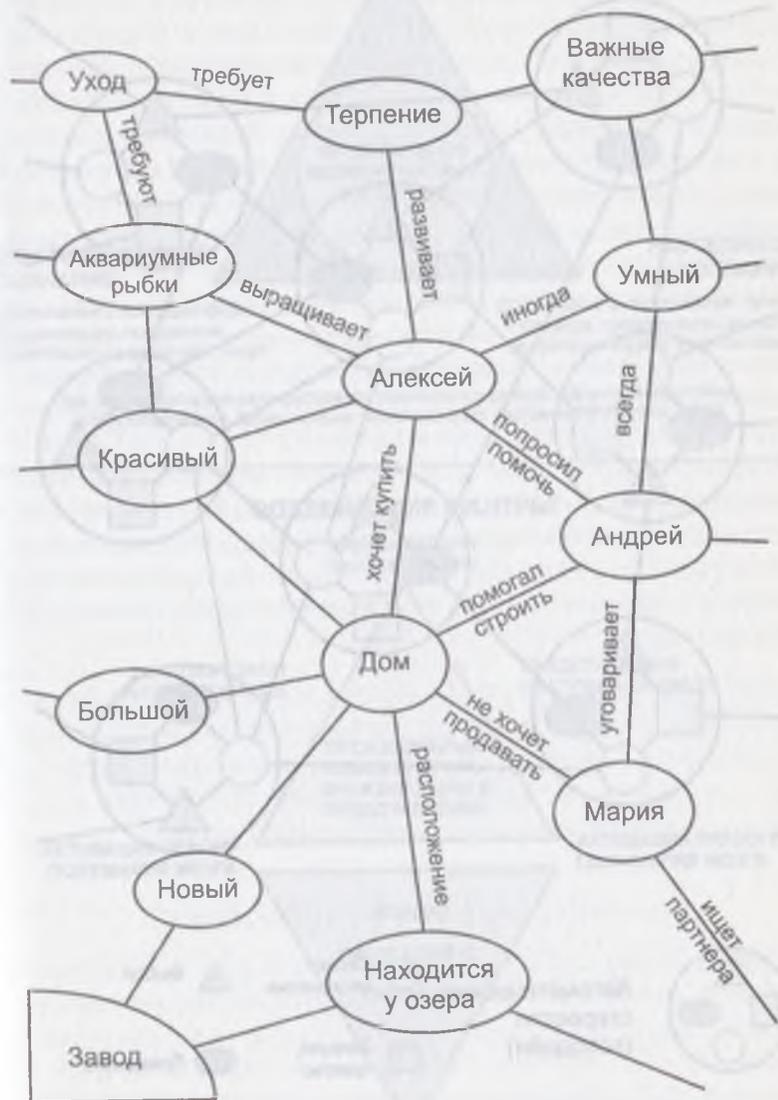
Обновление опыта происходит посредством переписывания структур ассоциаций. Новые сети ассоциирования, новые связи, новые структуры взаимоотношений различных элементов памяти радикально трансформируют человека, делают его совершенно иным, новым, удивительно неожиданным и богатым всевозможными одаренностями.

Знания, опыт и умения, подобно веществу, имеют не только свой собственный атомарный состав, но и свою собственную молекулярную структуру, как раз и определяемую порядком ассоциирования. Причем структура эта может быть не

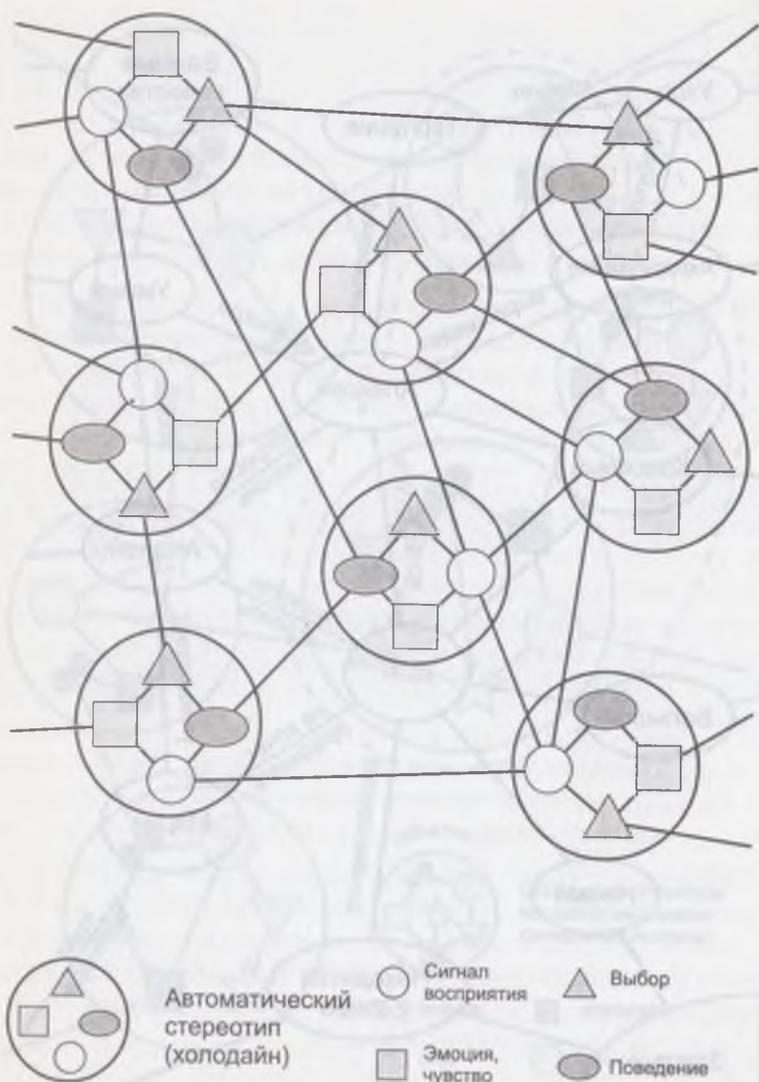
СТРУКТУРА ВНУТРЕННЕГО ОПЫТА (перцепторный уровень)



СТРУКТУРА ВНУТРЕННЕГО ОПЫТА (семантический каркас)

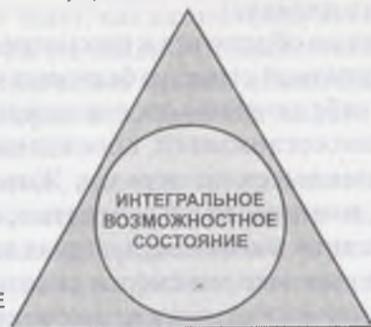


СТРУКТУРА ВНУТРЕННЕГО ОПЫТА (организация холодайн)



ПОТЕРЯ СОЗНАНИЯ

Достижение медитации негативным путем:
устранение, изоляция, отрыв



ФОКУСИРОВАННОЕ СОЗНАНИЕ

Достижение с помощью форм:
концентрация, погружение,
ориентация на внешний стимул

РАССЕЯННОЕ СОЗНАНИЕ

Достижение экспрессивным путем:
свобода, прозрачность, ясность,
ориентация на внутреннюю жизнь

Три типа медитационного состояния, описанных в работе Наранхо и Орштейна,
в сопоставлении с тремя типами гипнотического состояния (Л.Черток, 1982)

ВОЗДЕЙСТВИЕ МАНТРЫ

ЭЙДЕТИЧЕСКАЯ
ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

ВОКАЛИЗАЦИЯ И
ИНТОНИРОВАНИЕ

ПРЕДСТАВЛЕНИЕ
ЦВЕТОВЫХ ОБРАЗОВ

ПРОИЗВОЛЬНЫЙ
САМОКОНТРОЛЬ
ПРОИЗНЕСЕНИЯ И
ПРЕДСТАВЛЕНИЯ

АКТИВАЦИЯ ЛЕВОГО
ПОЛУШАРИЯ МОЗГА

АКТИВАЦИЯ ПРАВОГО
ПОЛУШАРИЯ МОЗГА

ЭПИФИЗ

ГИПОТАЛАМУС

ГИПОФИЗ

ИММУННАЯ СИСТЕМА

ЭНДОКРИННАЯ СИСТЕМА

ПСИХОЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ КОНТИНУУМ ОРГАНИЗМА

только линейной (аналогичной ковалентной, т.е. первого порядка), но и структурой многомерной (аналогичной водородным связям второго порядка).

Для примера можно обратиться к рассмотрению вторичной, третичной и четвертичной структур белковых молекул и молекул ДНК. Сама по себе линейная последовательность приводит в действие силы самоорганизации, порождающие упорядочивание структур более высокого порядка. Живое же существо, как и живой опыт, именуемый одаренностью, состоит из многомерно упорядоченных биомолекул, распад высших структур которых чаще всего равносителен смерти даже при формальном сохранении линейной целостности первого порядка.

Так как переассоциирование является вполне осознанно совершаемой процедурой, легко и просто осуществляемой с помощью «Ключа», то становится понятным представление о «Ключе» как об открытой возможности полного изменения жизни и даже личности занимающегося.

В зависимости от ныне существующего или осознанно выстраиваемого жизненного контекста, все данные опыта могут быть целенаправленно **переинтерпретированы** и соответствующим образом переформированы посредством демонтажа старых ассоциативных структур и осознанно художественного собирания новых.

Процесс этот осуществляется гораздо легче, чем произносится.

Формула психологического закона относительности:

*опыт прошлого толкуется в соответствии с характером
изменившейся ситуации настоящего и с учетом
предполагаемого к реализации будущего.*

Почему происходит дезинтеграция?

Окружающий нас мир сам по себе сложен, интенсивен и сумбурен, причем эти аспекты существенно акцентируются именно в последние десятилетия. Не обладая цельным (ясным, спокойным, сознательным) восприятием, мы обречены на частичность любых наших пониманий, ограниченность восприятий и фрагментарность представлений о том, что происходит в нас самих, вокруг нас и с нами.

*Недопонятое и недоусвоенное
всегда угловато и шероховато.*

Всякий турист знает, как важно продуманно укладывать вещи в рюкзак, чтобы все влезло, чтобы жесткие предметы не били по спине и чтобы самое важное можно было отыскать быстро и легко. Примерно то же касается нашего творческого внутреннего развития.

Одни развиваются, руководствуясь девизом «Лишь бы заполнить, а там посмотрим!». В результате их внутренний мир пребывает в состоянии явного хаоса и неразберихи, чего они, заикнувшись на самом получении, замечать не желают. Мусор они привыкают замечать под ковер, и удивляются после, откуда в доме их собственной психики со временем заводятся если не крысы, то, как минимум вызывающие досаду тараканы.

Другие осознанно укладывают все воспринимаемое в отдельные пространства своего внутреннего мира. Они неторопливы в выборе впечатлений и усвоении нового, зато всегда знают, что и как связано со всем остальным и как извлечь то, что вдруг оказывается необходимым. Это развитие может быть названо «Устойчивым разрастанием шара». Устойчивость здесь действительно оказывается высокой, поэтому в стрессе или в очередном жизненном кризисе человек не паникует, а привычно — терпеливо и спокойно — разбирается с возникшими трудностями, устраняя их одну за другой.

Автоматизмы, некритичность восприятия, незавершенная избирательность предметов интереса и объектов внимания делает все воспринимаемое нами каким-то угловатым и плохо стыкующимся с другими элементами нашего же собственного опыта. Во внутреннем мире фрагменты воспоминаний похожи на груды беспорядочно набросанных вещей, разобраться в которой и непросто, да и далеко не всегда захочется.

*Рассогласованные, расколотые, разделенные части
нашего личного опыта сами по себе
не могут притереться,
как бы многим неряхам того бы хотелось.*

Конечно, кое-что да кое-как согласовывается и приводится в частичное взаимное соответствие. Однако в целом внутри нас привычно сохраняется общая атмосфера неразберихи и беспорядка.

рядка. Для наведения же действительного порядка в собственном внутреннем мире необходимо вкладывать в этот процесс усилия — вести сознательную саморедакционную работу, т.е. последовательно и системно приводить каждый отдельный фрагмент в соответствие с осознаваемыми целостными стратегиями.

Приведение всего и вся в самом себе к некоему общему ценностному знаменателю и расстановка всего психоматериала по законным местам — в строгом соответствии с его действительной важностью и полезностью — в этом и состоит суть реинтеграционной работы. Понятно, что сама собой за считанные минуты она проведена быть не может.

Реинтеграционные навыки являются умениями психокультурными, и как всякая культурная практика требуют регулярного применения и непрерывного поддержания порядка во внутреннем психическом космосе.

Интересна аналогия этого процесса с созданием рукописи. Все зафиксированное в нашем мозгу подобно наспех созданной, незавершенной, неотредактированной рукописи. Но если рукопись сама по себе будет находиться в ящике стола (в пределах бессознательной памяти), она не имеет ни малейших шансов оказаться когда-либо отредактированной. Необходима сознательная работа редактора, который придает ей должную организованность, целостность и завершенность. Необходима сосредоточенная, технологически выверенная и усердная работа над собой.

Примерно то же происходит и с психическим материалом впечатлений, называемым внутренним опытом. Время от времени силы самоорганизации выносят на поверхность осознавания спонтанно актуализированные проблемные фрагменты. Они выступают в виде неких альтернатив, из которых в сложившейся ситуации человек вынужден принимать осознанное и ответственное решение. Каким бы это решение ни оказалось, его последствия наверняка скажутся на кооперативных трансформациях всего психического целого, а значит и на всей дальнейшей жизни.

Психокультурный человек не дожидается, когда произойдет та или иная психоэмоциональная катастрофа. Он владеет навыками психологического саморедактирования, которые позволяют ему по желанию время от времени проявлять активное творческое отношение к любым заинтересовавшим его внутренним содержаниям, реакциям и установкам. В этом ему замечательно помогает «Ключ».

Каковы причины внутреннего рассогласования?

Как известно, большинство из нас непрестанно хотят одного, думают о втором, а делают третье. Такая рассогласованность всех без исключения тяготит да неволит. Однако мало кто все-речь берется с нею что-либо поделаться. Почему же так происходит чуть ли не с каждым из нас?

Результаты многочисленных исследований мозга в последнее время указывают на то, что в наших организмах фиксируется целиком и полностью вся та информация, которая получается по сенсорным каналам в продолжение всей нашей жизни. Операции стирания, обобщения и деформации, приписываемые процессам запоминания, скорее имеют отношение к трудностям извлечения воспоминаний из недр памяти, а также к особым порядком дисгармоничного ассоциирования впечатлений в нашей психике.

При фиксации психического материала в соответствии с текущими приоритетами, моделями и представлениями организуется своего рода кодировка последовательности доступа к различным элементам опыта, благодаря которой одни моменты вспоминаются легко и цельно, а другие не помнятся вообще, точнее, их воспроизведение требует известных усилий и немалого умения обращаться с собственной психикой.

В зависимости от **предпочтений** и состояний, имевших место в процессе запоминания и представленных в момент попытки воспроизведения, что-то оказывается доступным легко и свободно, а что-то по тем или иным причинам либо временно блокируется, либо становится низкоэнергетичным, а потому для своего активного воспроизведения требует фокусного поступления внутренней энергии к определенным участкам мозга.

Нарушения акцентуализации доступа, кодирующейся наподобие грифов доступа («Для служебного доступа», «Секретно» или «Совершенно секретно») и определяют общую деформацию психических содержаний, выражаемых в личностной деинтеграции.

Почему нет порядка в музее? Почему руководителем не составлены списки премируемых? Почему не определены очередники на профилактическую воспитательную беседу? Возможно, такие вопросы следует задавать самим себе почаще для того, чтобы учиться обращаться с собственной памятью, слагающей наш внутренний мир, как с творчески преобразуемым материалом, а не с зацементированным наследием прошлого, тяготеющим над нашей свободой своей незавершенностью, деформированностью и болезненной неэффективностью.

Все жизненные впечатления за время земного пути (получаемые в течение 24 часа каждого из 365 дней за прожитое количество лет) собираются в особом психическом пространстве памяти, которое существует вне времени, как бы в замороженном виде, в пространстве воображения. Все эти содержания редко обращают на себя наше внимание и практически никогда не приводятся нами в порядок, хотя назначены они как раз к сознательной утилизации ради расширения нашей собственной свободы и раскрытия наших талантов.

За время земной жизни каждый человек непрерывными общениями и чувствованиями животворит в себе насыщенную многомерную голограмму неповторимого опыта, удивительным образом стыкуя в своем внутреннем пространстве все то, что было разделено во внешнем времени и интегрировано только в психике конкретного человека. Согласно мнению многих шаманов, как то описано в книгах Карлоса Кастанеды, в момент умирания весь этот запас земных впечатлений целиком и полностью забирается Мировым Целым, таким образом обогащающимся за счет уникальных опытов конкретных людей. Но об этом — в следующих книгах нашей серии. Так это или нет, этот вопрос лежит за пределами нашей работы.

*Наш собственный бесценный психический материал
может быть реорганизован и ценен для нас именно тем,
что мы сами в состоянии создать из него
свои новые возможности.*

Каждый опыт, каждое впечатление атомарно отделены в самих себе, фрагментарно целостны и энергетически самостоятельны. Однако все они связаны теми или иными образами, подобно тому, как отдельные атомы ассоциированы во вполне устойчивые молекулы.

Внутренняя работа по **переассоциированию** глубинных впечатлений — это своего рода «внутриличностный психомолекулярный синтез», в процессе которого мы фактически пересотворяем самих себя, делаем из «себя бывших каких-то» новых «желаемых себя лучших». Этот процесс целиком и полностью находится под нашим собственным осознанным контролем.

*Мы властны над аутодизайном,
но и ответственны за его протекание и результаты.*

Главная радость осознания пластичности собственного внутреннего мира заключается в том, что из своеобразных самодостаточных «атомов отдельных впечатлений», каждый из которых представляет спектр сигналов от каждого из органов чувств в конкретный момент времени, мы сами в состоянии согласованно создавать целостные системы нового совокупного опыта. Нужно только научиться этому с помощью «**Ключа**» и сознательно поработать над освоением метода.

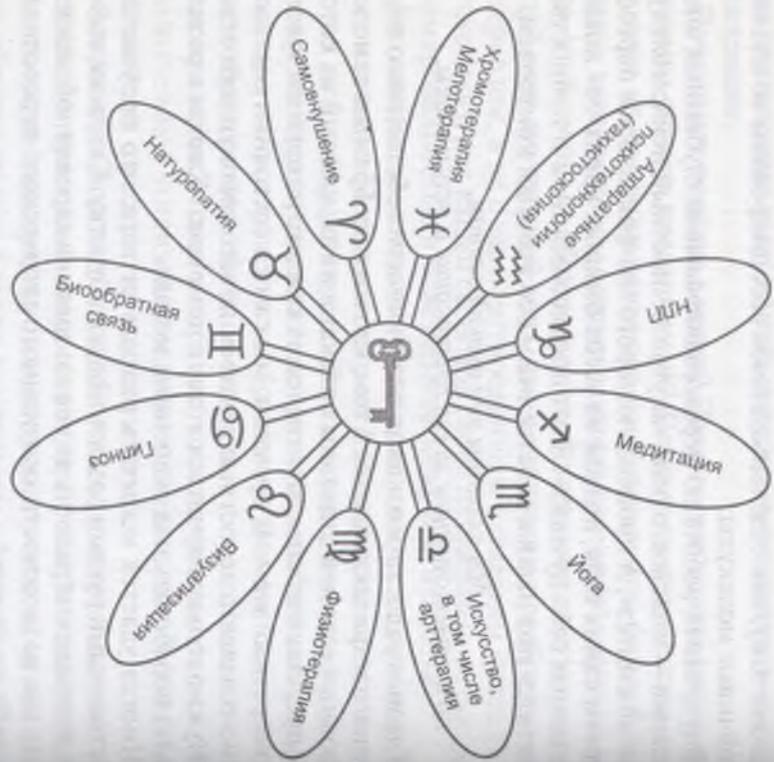
Иногда удается испытать радость от того, что получается собственными руками создать новую табуретку. Сколь же велика и возвышенна радость от использования дарованной каждому из нас возможности осознанного творческого пересозидания себя же самого!

Как интегрировать содержания сознания?

Труд согласования друг с другом отдельных фрагментов опыта состоит в анализе и выделении конфликтного и общего в них, в создании переходных мостиков взаимоприемлемых смыслов и в гармоничном **переассоциировании** имеющегося опыта и распределении его по отдельным тематическим классам новой целостной смысловой картины мира.

Все атомарные элементы внутреннего опыта поливалентны и пластичны: они могут целенаправленно перестраиваться в любом из желаемых направлений, подвергаться сознатель-

КЛЮЧ И ДРУГИЕ ТЕХНИКИ ВЛИЯНИЯ



ной переработке и приводиться друг с другом в новые ассоциативные взаимосвязи. Но без сознательного внимания и выраженного интереса к самому перформированному опыту процесс этот в принципе неосуществим.

Над психикой можно влиять только сознанием.

В том и состоит глубочайшая особенность человека, что как частное от общего от тварей и сопричастность Творцу. Каждый обладает даром сознания, а потому нет ничего творческиго и целенаправленного, что могло бы совершаться в нем помимо приложения сознательного внимания. Другое дело, что сл

ТРИ ЭПОХИ РАЗВИТИЯ МЕДИЦИНЫ (аграрная, индустриальная, информационная)

	ЦЕЛИ	МЕТОДЫ	СРЕДСТВА
АГРАРНОЕ ВРАЧЕВАНИЕ	Сохранение жизни Улучшение самочувствия Продление долголетия	Изгнание болезнетворного агента Противостояние ядам Облегчение действия природных сил	Натуропатические Суггестивные Образ жизни
ИНДУСТРИАЛЬНОЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЕ	Повышение работоспособности Укрепление бионадежности Увеличение производительности	Механическое восстановление Дискретное исправление Починка и ремонт телесного агрегата	Синтетическая фармация Физиотерапия Хирургия
ИНФОРМАЦИОННОЕ ЗДРАВООСИЗДАНИЕ	Гармонизация организма Психосоматическая реинтеграция Достижение полноты счастья	Восстановление иммунитета Укрепление потенциала жизнеспособности Раскрытие даров глубинных ресурсов	Арттехнологии Информационно-волновое воздействие Конституциональная психопрофилактика

мо по себе сознание вне гармонизации его действий с возможностями спонтанной самоорганизации психического материала ограничена и неэффективна. Но даже при неправильном обращении с психическими механизмами все равно ведущей силой самопреобразования было и остается сознание.

Без должного уважения и к самому себе как заслуживающему похвалы и одобрения существу, и к собственному опыту как законным записям целостных соприкосновений с живым окружением, с самим собой никогда не удастся договориться.

Самоуважение и уважение к своему опыту — вещи близкие, но не тождественные.

Именно разделение себя самого и своего опыта позволяет переформировывать последний в том направлении, которое осознается в настоящий момент как наиболее приемлемое и заслуживающее явного приоритета перед возможными другими.

Очень важно любому фрагменту собственного опыта благожелательно предоставить пространство приемлемости и позволить существовать наряду с другими, пусть даже внешне противоречащими ему. Но этого самого по себе недостаточно. Необходимо сотворить обоюдный контекст для оппонирующих друг другу опытов, отыскать те синтетические мостики смысловых связей, которые позволят упорядоченно и системно оформить некие новые **метаэлементы опыта**, относящиеся к первичным впечатлениям как молекулы к атомам.

Сама внутренняя работа обычно ведется несколькими путями:

- 1) редактирование актуализированных **психопрограмм**, представленных в качестве узловых затруднений возникающих в процессе развития проблем;
- 2) намеренная сенсорная энергетизация мозга, ведущая к направленной актуализации глубоко лежащих элементов опыта, которые хотелось бы использовать при создании новых, более эффективных **психопрограмм**;
- 3) осознанная конденсация **интегратов опыта** (молекулярных ассоциатов атомов впечатлений) на основе ролевых фигур персонажей (см. раздел «Личная каталитическая фонотека»).

Самое замечательное во всех этих занятиях то, что они не только полезны и не просто целительны, но и сами по себе увлекательны и захватывающе интересны. Действительно, что может сравниться по глубине **креативности** с преобразованием самого себя и своего жизненного мира изнутри, творчески, посредством самохудожничания!

Живое всегда желает

Желание, стремление, потребность являются главными динамиками существования любой биосистемы. Живое неизменно стремится продолжиться и развиваться. Живое без устали соревнуется за право размножиться и утвердиться на все большем жизненном пространстве. Живое всегда к чему-то движется, от чего-то убегает и как-то преобразуется.

Спектр самых различных желаний, определенным образом взаимодействующих между собой и представляющих некий живой развивающийся комплекс тяготений и склонностей, синонимичен индивидуальности организма. Желания обязаны удовлетворяться, иначе природа существа не получает должного развития, не может реализоваться, остается ограниченной и ущербной, т.е. сокращает свою жизненность и угасает. Потому с точки зрения биологии презумпция запретности каких бы то ни было потребностей, желаний и влечений является ничем иным как патологическим вывихом, оказавшимся в основе самоограничившейся **репрессивной культуры**.

*Желания прекрасны спонтанной искренностью
и великолепны обещаемым удовольствием удовлетворения.*

*Прекращение желаний есть остановка
динамики живого, т.е. смерть.*

Даже временная остановка желаний немислима без серьезных повреждений самой основы живого. Однако есть и еще одна форма смерти, растянутая во времени и завуалированная под «культурную самодисциплину» — санкция на самозапрет, выполняемая суперэго воспитанных людей.

*Прекращение саморазрешения желаниям —
один из извращенных изысков смерти.*

Самозапреты и самостеснения делают живое менее живым — так, что внешнее подобие полноты жизни сохраняется,

СПЕКТР ПАМЯТИ

Фиолетовый

История существования Большого Космоса, история его сотворения и будущей Суд.

Синий

История Солнечной системы, история зарождения и развития всех планет.

Голубой

Зарождение жизни, прежние цивилизации планеты, исторические контакты.

Зеленый

История развития высших животных, история эволюции растений, биоматрица.

Желтый

Предки, родственники, соплеменники, родная местность, исторические предтечи.

Оранжевый

История человеческого общества как интегратора планеты, борьба и развитие.

Красный

Атомарно-полевая, доорганическая, геологическая, молекулярная.

СПЕКТРОГРАММА ИНТЕРЕСОВ

Фиолетовый	Исторические источники происходящего; рождение человека, культуры и Мироздания, богословские и философские интересы, жажда раскрытия тайн.
Синий	Изучение собственной души, практическая психология, богатство мировой сокровищницы искусств, механизмы творчества, практика медитации.
Голубой	Познавание дальних стран и изучение литературы как психологического зеркала народов и эпох, стремление прикоснуться ко всему далекому.
Зеленый	Жажда проникновения в живую природу, одаренность экологической проницательностью, понимание самодостаточности дара жизни.
Желтый	Исследование возможностей психики, развитие наблюдательности, опыт логического конструирования, общая энциклопедическая образованность, эрудиция.
Оранжевый	Понимание мотивации, управление собеседником, изучение возможностей собственного организма, испытание профессиональной ловкости, интерес к испытаниям.
Красный	Острые переживания, экстремальные ситуации, запредельные состояния, управление страхом, опыт терпения, изучение физики и экономики.

однако организм болеет, т.е. существует в неестественно стесненных условиях.

Одновременно ужасно и прекрасно то, что на пути у стремящегося к реализации желаний, совокупно определяющих непрерывный импульс развития, может стоять только он сам!

Все окружающие по определению находятся вне нас — вне нашего жизненного мира, вне центра управления нашей личной вселенной. Даже если кто-то требует от нас вынужденной остановки, даже если кто-то станет настаивать на необходимости прекратить ту или иную нравящуюся нам активность, то все равно конечное разрешение на остановку и прекращение даем только мы сами.

Картография — еще не география

Все мы живем в казалось бы общем внешнем мире. Но с годами каждому становится все более понятным, что все мы живем в мирах своих собственных карт, лишь приблизительно отражающих действительные особенности внешнего мира и в немалой степени определяемых нашими собственными склонностями, тяготениями и предпочтениями.

В том, что каждый из нас творит собственную реальность по своему образу и подобию, никакой печали нет. Напротив, великое чудо заключается в том, что мы в состоянии осознано творить даже собственный образ и свое подобие, не говоря уже о собственном **жизнемире**, что делает нас уникальными существами Вселенной.

Карта должна соотноситься с географическими данными, т.е. с неким средним арифметическим карт индивидуальных миров всех окружающих нас людей. Дело тут вовсе не в формальной обязательности приближения карты к строению ландшафта, а в том, чтобы мы могли согласовывать свои деятельности в групповом взаимодействии, которое является одним из главных условий существования людей.

Основным критерием достоверности личной карты является качество обеспечения ею эффективной деятельности, в том числе и осуществляемой совместно с другими.

Искусство исправлять, т.е. совершенствовать карты заключается в мастерстве выявления на них белых пятен, умении проводить детальный анализ несоответствий и навыках тщательной прорисовки отдельных деталей, проявление которых понадобилось в связи с развитием собственного жизненного мира.

Для домоседа достаточно знать, в какой сторон света находится Китай. Для челнока необходимо разбираться в расположении магазинов и ценах в них. Для дипломата нужно ориентироваться в таких тонкостях внутренней политики китайского руководства, без понимания которых любой его дипломатический шаг рискует оказаться последним в карьере. Китай при этом остается одним и тем же, но для разных людей он проявляется по-разному — в зависимости от специфики деятельности, предпринимаемой с учетом его существования.

Следует учесть, что осознаваемые нами карты на порядки туманнее, запутаннее и ошибочнее, чем те карты, которые скрыты в недрах бессознательного. Карты бессознательного огромные, точнейшие и подробнейшие. Однако до них еще нужно добраться, а для этого существует лишь одна возможность: затребовать эти карты, обратившись к соответствующему типу деятельности и занимаясь ею усердно, последовательно и ответственно.

Наше бессознательное вообще-то очень многое знает о мире и населяющих его существах. Но оно не спешит перегружать нас излишней информацией, связанной с нею энергией и зависящей от них ответственностью, если это не продиктовано нашими осознаваемыми насущными необходимостями.

То, что поражающие воображение точнейшие и подробнейшие карты бессознательного существуют — это экспериментально доказанный факт. Но вот извлечь и применить эти глубинные карты — наша личная творческая задача. Причем простое пожелание здесь вряд ли к чему-нибудь приведет — необходимо терпение и усердие, нужен душевный труд.

Человек — это вечный картограф.

Вся его жизнь отражается на развитии его карт. Все его усилия направлены на совершенствование карт, без какового не может быть и речи о совершенствовании взаимодействия с ми-

ром и преобразования его на свой лад и манер. Именно личные творчески составленные карты остаются в наследство почитателям и последователям. Именно свои штурманские записи мы оставляем тем, кто стремится продолжить движение по назначенному нами маршруту.

*Чем больший вклад в развитие культуры внес человек,
тем ценнее и полнее оставленные им карты,
которые не в меньшей степени являются
плодом его творческого вдохновения, нежели
отражением внешней действительности.*

Обращению со своими картами следует учиться изо дня в день, тем самым совершенствуя мастерство управления своими восприятиями и пониманиями. Произвольно изменять масштаб видения (в зависимости от требуемой точности сосредоточения усилий), осознанно изменять ракурс функционального рассмотрения местности (от географической к физической и далее к метеорологической), вносить необходимые коррективы и добросовестно проверять достоверность исправлений в процессе творческой практики — таков творческий удел человека.

*Только ленивый и на ходу спящий человек
отказывается от развития своих карт.*

Сама по себе творческая деятельность, неизменно подразумевающая и исследование реальности, и расширение сознания, связана с развитием карт. Вне деятельности любая карта мертва и бессмысленна, как компакт-диск без проигрывателя, как лекарство без нуждающегося в нем пациента, как линии электропередач без бегущего по ним тока. Карты преобразуются непрерывно, и если этому процессу не уделять достаточного внимания, то его продолжение рискует завести нас совсем не туда, куда бы нам самим хотелось.

Никогда нельзя забывать о том, что построение карты и ее совершенствование — не только результат исследований и итог экспериментальной работы. Создание карты всегда остается искусством. Просто это искусство особого рода, призванное облагородить и гармонизировать нашу жизнь.

Творческая работа над рабочими картами называется психодизайном, аутодизайном, конструированием красивой жизни.

Исследование как самовлияние

В современной квантовой механике процесс наблюдения за процессом рассматривается в качестве неотъемлемой части целостной структуры исследуемого процесса. Поэтому в принципе не признается возможным существование наблюдений, которые никоим образом не влияли бы на изучаемый объект. То же при ближайшем рассмотрении оказывается действительным и в психологии.

Процесс осознанного наблюдения за интересующими человека психическими процессами не может не оказывать влияния на протекание этих процессов.

Известный российский психотерапевт Владимир Леви сформулировал это так: «Никакое состояние не выдерживает взгляда в упор. Всякое самонаблюдение неизбежно приводит к трансформации наблюдаемого психоэмоционального состояния».

В самоисследовании очень важно корректно определить пределы и возможности оптимального самовлияния, нередко целиком сводящегося к пристальному самонаблюдению. Иногда для того, чтобы разобраться с той или иной неприятной привязанностью или переформировать условия развития неудовлетворяющих эмоциональных реакций достаточно попристальнее присмотреться к собственному внутреннему миру (особенно при одновременном созерцании специально сконструированной **предпочитаемой** анимации) — и решение отыскивается само собой.

Более сложные ситуации, разумеется, требуют более специфического психоинструментального подхода, но принцип остается тем же: чем внимательнее сравнивать желаемое и имеющееся в пользу желаемого, тем скорее имеющееся добровольно уступает место желаемому.

Секрет самотрансформации заключается в том, что наблюдение и сравнение производим мы сами над самим собой, а потому авторитет нашей

собственной власти над собственным внутренним миром сомнению и оспариванию не подлежит.

Последовательное накопление опыта самопознания может быть приравнено к выстраиванию эффективных программ реализации **нерепрессивной** власти над собой, т.е. над собственными восприятиями, реакциями и поступками.

Само по себе изучение является действенным инструментом управления собой. Только в надлежащем организованном **самоисследовании** могут быть найдены и применены те **ключи** к внутренним состояниям, без овладения которыми ни о каком эффективном **самовлиянии** и речи быть не может.

Если в самом себе человеку что-то не удастся понять, то это лишь означает, что он пытается проникнуть в суть интересующих его внутренних проблем не с той стороны или действует неадекватными методами.

Психоаналитики нередко списывали собственное неумение наладить общий язык с пациентом неким мифическим «сопротивлением», которому с течением лет привыкли отдавать должное самые разные специалисты. Тем самым они заведомо соглашались на возможность собственной неудачи в терапевтической коммуникации, т.е. фактически добровольно отказывались от творческого экспериментирования, направленного на поиск наиболее адекватных приемов и терапевтически эффективных техник общения.

Со временем (в процессе дальнейшего развития психотерапевтических практик) оказалось, что никакого сопротивления как объективного психического процесса не существует и что этим термином пытались прикрывать элементарный коммуникационный непрофессионализм, простительный кому угодно, но только не мастеру целения человеческих душ. Аналогия с самопознанием прицельно точна: если в самом себе что-то до конца не проясняется, значит, следует попытаться понять себя по-другому, чтобы в конце концов оказаться действительно удовлетворенным не только процессом, но и реальными результатами самопознания.

Только глубоко и всесторонне понимающий себя человек вправе считаться свободно управляющим собственной судьбой. Любые заигрывания в секреты, загадки и тайны неизбеж-

ВОЗМОЖНОСТИ ПСИХОПРОЦЕССОРА

Изучение сверхспособностей

Исследование инореальности

Формирование комплексов

ресурсов

Инсталлирование

психопрограмм

Свободный

дизайн настроения

• Полное психосоматическое
оздоровление

Интегральная защита от стресса

но приводят к вынужденному ограничению области **самовлияния**, а значит сужают возможный спектр личностной творческой активности. В овладении самоуправлением, как и в самопознании, необходимо идти до конца — только так можно заслуженно пребывать в уверенности, что все в нашей собственной жизни в достаточной мере подвластно нам самим.

Исследование как **самовлияние** — это конкретное приложение извечного принципа «знание-сила», провозглашенного в актуальнейшей для всякого человека области контроля над собственным жизненным развитием.

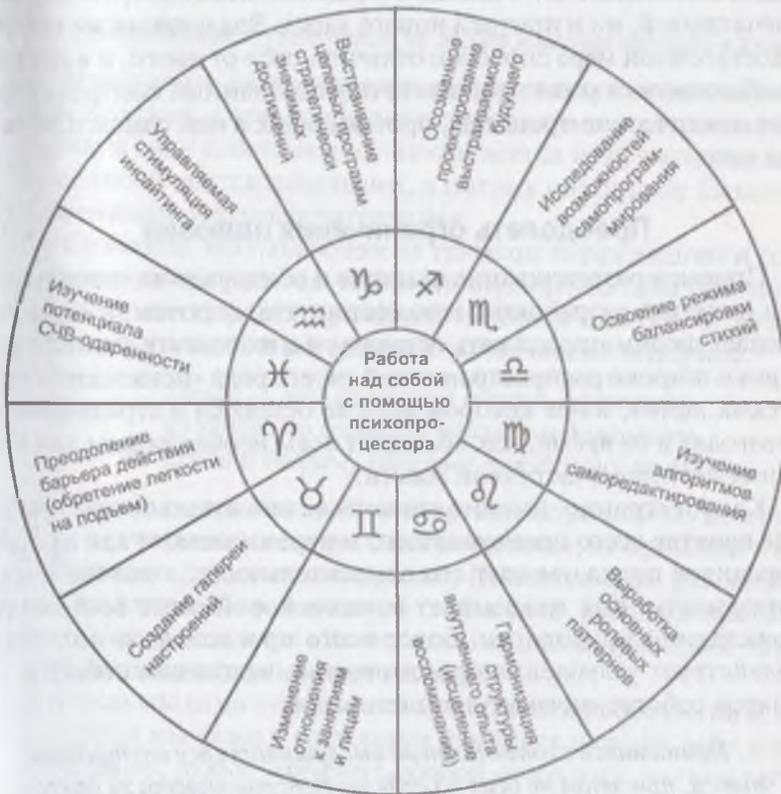
Подобно тому, как в процессе вербовки агентов гораздо проще общаться с теми, с биографией которых ты в достаточной степени знаком, так и в общении с самим собой желательно действовать открыто и без обиняков, не списывая естественные сбои в осуществлении **аутокоммуникации** на некие мифические «комплексы неполноценности» — этикие «таинственные» факты собственной внутренней жизни, «лежащие за пределами» возможного самопознания.

*В нас самих нет ничего тайного по определению
Просто многие вещи мы совсем не хотим в себе
признавать, а от многих иллюзий не хочется
отказываться по вполне земным соображениям
престижа и самоуважения.*

Глубина понимания собеседника определяет глубину возможного им управления, точнее, глубину предполагаемого взаимовыгодного сотрудничества. Исследование самого себя оказывается не только захватывающе интересным, но и, безусловно, полезным, так как ориентация во внутренних стремлениях и привычных оценочных стереотипах порой оказывается бесценно важной для понимания собственных предпочтений при совершении очередного выбора.

По мере распространения технологий **психокультуры** и совершенствования компьютерных средств саморазвития, знания каждого о себе будут совершенствоваться. Со временем это неизбежно приведет к тому, что каждый станет для себя абсолютно понятен, а значит, получит полную власть над собственным внутренним миром и над событиями внешней жизни.

РАБОТА НАД СОБОЙ С ПОМОЩЬЮ ПСИХОПРОЦЕССОРА



Только тогда люди смогут использовать собственные психические возможности как врата в иные смысловые измерения, о которых так часто и столь безуспешно пытались упоминать известные мистики. Проникновение во внутренние вселенные до обретения виртуозного мастерства в различении собственных мотивов и управлении своими состояниями крайне небезопасно. Потому-то оно старательно блокируется и инструкторами практик саморегуляции, и самодействующими защитны-

ми механизмами обеспечения психоэмоциональной безопасности.

Не научившийся разбираться в самом себе человек, открывая врата в иные внутренние миры, подвергает себя и окружающих возможности не только открытия новых изобретений и впечатлений, но и притока нового хаоса. Владеющий же собой в достаточной мере способен отличить себя от иного, и в случае необходимости может поставить под осознанный контроль любые психические процессы, протекающие в нем самом или через него.

Преодолеть ограничения иллюзий

Приемов развенчивания кумиров и обнаружения нереальности иллюзий разработано множество, что, впрочем, ничуть не мешает людям продолжать оставаться в их тенетах, свидетельствуя о широко распространенной своего рода «психопатологической лени», из-за которой многие остаются в страданиях и невзгодах в то время, как обладают всем необходимым для ведения истинно счастливой жизни.

Как ни странно, именно спокойное внимательное осознанное **приятие** всего происходящего и переживаемого как противоречивое подразумевает его относительность, а значит и иллюзорность. Как показывает многовековой опыт восточной прикладной психологии, более всего преодолению иллюзий содействует углубленное рассмотрение человеком событий и фактов собственного внутреннего мира.

Принимаясь с готовностью выслушивать все внутренние голоса, при этом не беря на себя ответственности за безусловное им доверие, индивидуум фактически занимает позицию беспристрастного судьи, не склонного идти на поводу собственных привязанностей и спокойно рассматривающего любые искры с целью выяснения истины. Иллюзии могут быть рассмотрены в полноте и наготе только одним наблюдателем в нас самих — занятой нами метапозиции сознающего себя Хозяина.

Глубинное мудрое высшее «Я» как раз и проявляется в спокойном созерцании Хозяина, не диктующего собственную волю, но рассматривающему любые движения души как заслужи-

нающие права быть рассмотренными. Само по себе бесстрастное пристальное рассмотрение любого внутреннего феномена помогает его спокойно анатомировать и последовательно выявить все ассоциативные связи, посредством которых он включается в общую ткань психического.

Эмоциональное состояние не выдерживает взгляда в упор.

Никогда не следует отождествлять внутреннего свидетеля, или Хозяина, с преходящими психическими состояниями, которые в силу своей мимолетности всегда напрямую связаны с внешними обстоятельствами, а потому никогда не бывают самодостаточными и самоценными.

Сознание, наблюдающее за танцами переживаний и соревнованиями аргументов, вправе принимать на себя ответственность за все те редактирования, которым оно сочтет нужным подвергнуть любой внутренний психический материал.

*Опыт — это сплошной текст, материал,
из которого сознание вправе выстраивать
те замки и дворцы, которые ему самому по вкусу.*

Известно, что никакая самоорганизация опыта, совершаемая без участия индивидуального сознания, не приводит к формированию душевного здоровья. Последнее как раз является результатом выбора активной творческой, художественской позиции сознательного «Я» по отношению к краскам и звукам собственных опытных впечатлений.

Когда мы сами становимся художниками собственной жизни, когда мы сами в состоянии изменить в самих себе любую программу, любое значение, любой стереотип, только тогда и наступает пора истинного душевного здоровья — творческого, активного и сознательного.

Аналогия «Ключа» как программного психоредактора известным редакционным программным средствам (текстовым, графическим, анимационным и звуковым) полная: выделить, изменить, вписать в целое и проверить результат изменения.

Возможности «Ключа» на деле оказались столь широкими и могущественными, что занимающийся саморедактированием человек имеет полное право вполне обоснованно рассчитывать на собственное самосознательное трансформационное всемогущество.

Как любой цифровой звук есть лишь результат воспроизведения записи на винчестере, точно так же любое психоэмоциональное состояние и любой сколь угодно сложный поведенческий стереотип, в конечном счете, является следствием воспроизведения определенных записей в мозгу человека. Эти записи с помощью «Ключа» можно направленно редактировать, а также произвольно конструировать, создавая те состояния и переживания, которые человеку в контексте обычной его жизни не встречаются.

Преодоление любой зависимости

Любая зависимость представляет собой застаревшую нерешенную проблему, приобретающую черты устойчивого мало осознаваемого автоматизма. Корень устойчивости любых зависимостей — боязнь оценки самого себя и нежелание переменить сложившиеся стереотипы поведения, предоставив себе самому большую свободу в выборе предпочитаемых возможностей.

Зависимость есть следствие отказа от свободы выбора, отказа от права на свободу воли — добровольное согласие на рабство, пусть даже маленькое, но очень даже настоящее.

Предоставляемое «Ключом» право на произвольное творческое перепрограммирование с первых же опытов применения снимает внушенный нам с детства страх перед неизбежностью осознанного управления развитием образа «Я».

Для большинства людей покаяние представляет большую нравственно-психологическую проблему потому, что оно фактически сводится к отказу от сложившегося образа «Я», точнее, к пересмотру позитивных самооценок и замене их на противоположные.

Покаяние — это добровольное прощание с «собой хорошим», предпринимаемое ради встречи с «собой истинно лучшим».

Наш организм интегрирован именно в образе себя самого, и целостность этого образа прямо определяет нашу личностную цельность и адаптационную эффективность. Дезинтеграция образа «Я» — реальная внутренняя катастрофа, но именно она нужна для перемены сознания, т.е. для покаяния, открывающего дорогу к построению совершенно нового будущего.

В нежелании соглашаться на продолжение зависимости проявляется достоинство автономной творческой личности.

Человек, обладающий чувством собственного достоинства, интуитивно ощущает себя художником собственной жизни. Он ни при каких условиях и никоим образом не желает оставаться рабом ни внешних обстоятельств, ни внутренних ограничений. Поэтому он чувствует себя и в силах, и вправе поменять в самом себе все, что лично его (т.е. разумно целостное, художественно завершенное, интегрально гармонизированное «Я») не устраивает.

Следует различать зависимость как заболевание и тот временный контракт, при котором некие аспекты жизнедеятельности рассматриваются как допустимые в продолжение определенного периода. Над временным контрактом человек вполне самовластен, но иногда глубокая разрушительная зависимость спешит замаскироваться под временный добровольный контракт, каковым она ни в коем случае не является.

Критерий различения — степень внутренней свободы в отказе от травмирующей ситуации и разрушающего образа жизни на известное свободно определяемое время.

Человек как самопричинное существо управляет своими связями, обменами и стратегиями. Человек все творит в себе сам, а что сотворено без него, то он в состоянии легко и быстро переформировать и сделать таким, каким оно лично его более всего устраивает.

Тот, кто ощущает себя собакой, сидящей на цепи, вынужден либо смириться с рабским положением, либо время от времени решаться на пустой и безвыходный бунт. Тот, кто пестует в себе ощущение хозяина своей жизни, спокойно и осознанно выстраивает — пусть даже шаг за шагом — свои отношения, действия и настроения.

Нет печальнее зрелища, чем образ зависимого человека, попавшего в плен собственных шаблонных психических стереотипов. Нет радостнее картины, чем радужное сияние глаз того, кто вполне отчетливо осознает свои силы и использует свое творческое право переживать, делать и воспринимать то, что ему нравится, таким образом делая свою жизнь такой, какой она ему самому приглянулась.

Ключ к управлению восприятиями

Каждому известно, в какой степени наш взгляд на окружающий мир и на самих себя зависит от мимолетного настроения. Иногда мы оказываемся приземленными, и все вокруг кажется нам приземленным. Иногда мы воспаряем ввысь, и оттого все иное кажется нам воспарившим к небесам. Иногда мы сами полны расцвета, и окружающее цветет навстречу нам, иногда мы оказываемся мягкими и тихими, а потому тяготеем к тому, чтобы иметь дело лишь с нежным и уютным.

*Каков человек — таковы и его восприятия,
такова и его картина мира.*

*Какую картину мира себе создаст человек,
таким он и увидит и мир, и самого себя.*

«Ключ» создавался с целью предоставления каждому возможности по своему произволению создавать желаемое состояние, устанавливая фильтры восприятий таким образом, чтобы тем самым преобразовывать наблюдаемый и переживаемый мир, с которым ему было бы приятно и интересно вступать во взаимодействие.

«Ключ» — это инструмент мягкого, ненасильственного, **нерепрессивного** управления динамикой собственных восприятий, которые всецело подчиняются настроению и самочувствию, а значит, в свою очередь, оказываются вполне управляемы осознанно воспринимаемыми сенсорными потоками, формируемыми с помощью «Ключа».

Мало кто возьмется спорить с утверждением о торжестве разума над действительностью. Каким бы этот разум ни оказался, сколь бы он ни был здоров или деформирован, все же внешним миром и потоками событий управляет действительно он. Просто в зависимости от собственной упорядоченности и организованности он управляет миром лучше или хуже, активнее или безуспешнее, охотнее или принужденнее.

В конечном счете, именно разум руководит всей организацией жизни человека. С одной стороны, нам дарованы огромные творческие возможности (ментальные, технические, художественные), которые мы можем использовать при создании желаемого нами мира. С другой стороны, мы полны всевоз-

можных желаний и стремлений, в которых проявляется динамическая сторона нашей собственной природы.

Уравновесить возможности и желания, приведя их во взаимное соответствие и позволив допустимому реализоваться, а недопустимому заглухнуть, может именно и только разум.

Проблема состоит в том, чему он прикажет оставаться в забвении, а что призовет к реализации. Сила его велика, но насколько целесообразно и продуманно она применяется, решает только сам человек — человек как ответственный субъект сознательного действия.

Раз желания и возможности уравновешиваются и направляются разумом, то именно разумное начало позволяет нам заранее настраиваться на ожидаемые и предполагаемые к осуществлению ситуации с тем, чтобы активно содействовать наступлению желаемого и страстно противостоять приходу нежелаемого. Для этого мы должны иметь набор возможных состояний, в которые может произвольно входить в случае надобности.

Эти состояния осознанно формируются с помощью анимационных демонстраций «**Ключа**», тщательно собираемых в «**Галерею состояний**». К событиям нужно готовиться. На ситуации следует осознанно настраиваться. Лучшего способа, чем включение волновых психофизиологических **паттернов** известных состояний просто не придумать.

В паттернах гармонично объединены автоматизм, художество и осознанность.

Свобода выбора сплавлена с легкостью генерации привычной реакции, оформленной в соответствии с личным художественным вкусом. Паттерн старательно и продуманно создается, но благодаря «**Ключу**» при желании легко и быстро приводится в действие.

Использование «**Ключа**» для настройки восприятий грядущих изменений позволяет нам вносить определенный порядок в пока еще не определившиеся контексты развивающихся ситуаций, что сообщает нам известную дополнительную власть над происходящим. Это гарантирует наступление именно того, что желательно для нас, и организует наши восприятия таким образом, чтобы наша внутренняя психическая деятельность не

противоречила происходящему в окружении, но, напротив, гармонировала с нею, позволяя достигать необходимых результатов наименьшими усилиями, т.е. вполне разумно, нерепрессивно и экологически взвешенно.

Стимуляция конструктивных изменений

Благодаря периодически актуализируемым обострениям текущих проблем, занимающемуся **аутодизайном** время от времени открывается доступ к развязыванию того, то именовалось узлами кармы — неестественному переплетению ассоциаций самых разных впечатлений, которые вместе оказываются неспособными (из-за деформированного порядка своих взаимосвязей) участвовать в согласованной работе мозга как целого.

Подобно тому, как иммунная система организма стремится изолировать и вывести из организма чужеродные частицы, структура которых не согласуется с индивидуальной структурой целостного организма, мозг как целое защищается от различного рода неестественных функциональных нейронных образований, изолируя их существование от интегральной работы своих систем.

Развязывая конкретные узелки переплетений, рассматриваемых в качестве источников текущих затруднений (из-за того, что они порождают ту или иную форму неэффективности), мы оказываемся в состоянии гармонизировать эти участки внутреннего мира, тем самым вводя их в жизнь психического целого, которое благодарно принимает новые фрагменты гармонизированных впечатлений в свою структуру.

Опытные мастера практической (а не только декларируемой) работы над собой знают, что изменять мозг как целое можно в процессе совершенствования любого психического материала, точно так же как развивать физические способности можно в помощью самых различных тренажеров и снарядов, лишь правильно комбинируя осуществляемые с их помощью упражнения и старательно занимаясь.

Так как в мозгу все связано со всем, и все в нем влияет на все, всякая естественная гармонизация любого из фрагментов спешит отозваться на порядке перестраивания всех отношений в рамках целого — перестраивания в направлении повышения

функциональной эффективности и переживания более полного ощущения комфорта.

Нет нужды глубоко вникать в динамику мозговой самоорганизации — достаточно честно исполнять свою партию уважительного сотрудничества в непрерывном общении со своим организмом, с одной стороны, и с внешней средой и наполняющей ее событиями и людьми, с другой.

Успех совершенствования, рассматриваемого как естественное развитие способностей и реализация глубинных потенциалов, требует априорного принятия своего рода презумпции тяготения самого мозга к гармоничному развитию и понимания естественности его спонтанного стремления в направлении более полного раскрытия присущих ему возможностей.

Фактически разрешение любых возникающих в процессе жизни проблем оказывается продуманным устранением препятствий на пути свободного развития двуединого адаптационного процесса — внешнего событийного и внутреннего креативного:

*среда выковывает под себя устраивающий ее организм,
а организм переделывает под себя не устраивающее
его окружение.*

Сам человек отнюдь не изобретает особых неожиданных направлений развития и не выдумывает изощренных средств осуществления этого спонтанного творческого процесса. Все возникает само собой вполне логично и закономерно, внешне проявляясь в виде инсайтов, предвидений и предпочтений.

Человек идет туда, куда ему хочется, т.е. туда, где ему более всего хочется оказаться. При ближайшем рассмотрении оказывается, что именно там он был бы полезнее всего. Благодаря тому, что сам смог оказаться в нужном месте в нужное время, не только он чувствовал бы себя наиболее приятно и удовлетворенно, но и окружающие были бы вполне удовлетворены и его самочувствием, и своим местоположением, и тем, как все получилось наилучшим образом.

Виртуозность нашего жизнетворчества как раз и состоит в осознанном следовании собственной логике естественных процессов развития, которые внутренне переживаются как предпочтения и пожелания, а внешне соответствуют оптимальным способам разрешения возникающих проблем.

При таком понимании жизненного процесса простая сенсорная подпитка эмоциональных состояний, закономерно развивающихся вслед за процессом согласованного психосоматического развития, уже будет способствовать интенсификации таинственных процессов самоорганизации, как раз и увлекающих развивающиеся живые системы к совершенству, т.е. к все более эффективному и радостному соответствию развивающемуся целому миру.

Содействовать желаемому — значит, сонаправлять свои сознательные усилия спонтанному развитию целостных процессов. Именно такое разумное и уравновешенное отношение к жизни, провозглашенное в древности Лао-Цзы, и является истинно экологичным — как для каждого человека в отдельности, так и для любых человеческих и природных сообществ.

Относительность любого достижения

Развитие в принципе непрекращаемо. Оно может заходить в тупик в одном месте, но непреклонно переливается на другое поле — и продолжается, не взирая на заторы, препоны и преграды. Однако развитие человека отличается тем, что направляется им самим и им же самим оценивается с точки зрения соответствия результатов задуманному.

Поэтому развитие критериев оценки результатов и достижений является центральным условием успеха в совершенствовании. Невозможно достичь цели, если не располагать четкими ориентирами, позволяющими установить, как далеко находишься от цели и в каком направлении следует произвести корректировку, чтобы вновь направиться прямым путем к ней.

Таинственная логика целостного органического развития заключается в том, что в нем не бывает абсолютных неудач и минусов. Любое неприятное событие может быть применено с пользой и использовано как позитивное, будучи **переинтерпретированным** в новом контексте. Отсюда вытекает принципиальная необходимость сохранения любым развивающимся скромности как признака понимания подлинно широкой перспективы предстоящего совершенствования.

*Всегда следует видеть масштаб Большой Картины,
Полного Поля, Целостного Пространства —*

*для того, чтобы верно оценить достигнутое
и наметить пути дальнейших продвижений.*

В развитии не следует форсировать сроки достижения желаемого, так как сама по себе встроенность любого процесса в более широкое целое подразумевает некую организованную согласованность сроков реализации всех реализующихся в пространстве целого процессов.

*Процессы самоорганизации неизменно
ритмичны, т.е. упорядочены и согласованы.*

Попытки незаконно ускорить какое-либо изменение рискуют дестабилизировать целое, тогда уж никакое достижение ценным не окажется, так как интегральный контекст будет разрушен, и любой результат утратить свою ценность.

*Ценно само поступательное продвижение,
а не этапные успехи.*

В конце концов, важнее всего настроение продвижения, радость осознанным изменениям, ощущение свободы достигать поставленных целей, а не сами по себе конкретные результаты, которые неизбежно сменяют друг друга по ходу следования и, в конце концов, являются средствами достижения генеральной цели — состояния полного владения собственным жизненным пространством.

Спешка на пути собственного развития бессмысленна — в таком деле, как самореализация, соревновательность в принципе обладает нулевой ценностью. Индивидуальные пути настолько отличны один от другого, а достигаемые результаты столь глубоко связаны с оценочными критериями самих индивидуумов, что ни о каком формальном сравнении успехов и выигрышей и речи быть не может.

Если же речь идет о единой основе неких общих внешних формальных критериев, к примеру, об общественном мнении, определяемом господствующими культурными стереотипами, то в этом случае личные достижения и вовсе утрачивают свой экзистенциальный смысл, так как они более всего важны перво-наперво именно для того, кто их реализовал, и в принципе безразличны для всех остальных.

*Пути жизни несравнимы,
как неповторимы сами индивидуальности.*

Во всяких оценках достижений важно придерживаться разумной позиции относительности. Сами по себе любые результаты этапны, конкретны, ситуационны, временны и с точки зрения генеральной линии саморазвития всегда частичны. Разумный прагматизм самооценки заключается в том, что из любого материала можно создать шедевр; если же данный материал не подходит, всегда в окружении можно разыскать другой, более подходящий, на который и следует направить собственную силу творчества.

Не следует удивляться сопротивлению материала, нередко приводящему к затормаживанию процесса развития. Всегда по праву присутствует законная инерция, мудро уравнивающая любые революционные импульсы и смягчающая форсированные попытки ускоренной реализации желаемого поверх законных сроков.

Любое сопротивление, даже самое что ни на есть законное, безусловно преодолимо, если осознаны его причины и смысл.

Зрелая личность воспринимает саморазвитие как спектральную совокупность многих параллельных продвижений к согласованности, красоте и гармонии в самом себе. Если это саморазвитие осознанно и творчески управляемо, никогда не захочется спешить, нарушать пропорции соотношения различных составляющих единого гармоничного процесса или незаконно присваивать не принадлежащее, т.е. не нужное для совершения целостности.

Саморазвитие изначально понимается как состояние блаженного потока, как протекание жизни в условиях максимально достижимой гармонии, как пребывание в неге равновесия танцующих сил.

Поэтому сами по себе результаты, несмотря на то, что именно они отмечают важнейшие вехи развития, не столь ценны, как сама по себе погруженность в чарующую стихию осознанного управления собственными развивающими продвижениями к индивидуально понимаемому совершенству.

Творчество поведения как генеральная стратегия «ключа»

Главной задачей, решаемой с помощью «Ключа», является формирование эффективного поведения, позволяющего оптимальным образом достигать необходимых целей. Именно успешность создания нового поведения является критерием определения действительной полезности.

Разумеется, создание приятного настроения, исправления самочувствия и восстановление сил благодаря глубокому расслаблению также представляют собой самоценные результаты применения арттехнологии. Но все же высший пилотаж в управлении самим собой проявляет тот, кто способен достаточно быстро и легко создать именно то поведение, которое сам рассматривает как наиболее приемлемое в конкретной ситуации.

Генерация нужного настроения, создание целевой установки, освобождение от иллюзий и утверждение оптимистического взгляда на предмет достижения — все это обретает истинную ценность при формировании поведения, быстро и эффективно приводящего к нужным результатам. Выражаясь категорично, можно сформулировать максимум полезности «Ключа» таким образом: без устойчивого изменения поведения в направлении, рассматриваемом как желательное самим оператором психопроцессора, нельзя говорить об эффективности его применения.

*Цель внутренней работы — трансформация поведения,
свободно и гармонично мотивируемого изнутри.*

Перестройка установок и формирование настроения — это только первые (необходимые, но вовсе не достаточные!) шаги, открывающие доступ к изменению всей жизни, в которой внутреннее существует отдельно от внешнего лишь в опутанном формальными иллюзиями воображении. Ориентироваться нужно не на достижение самого «кайфа», не на само удовольствие, которое рассматривается создателями «Ключа» не только как цель поведенческих стратегий, но и как средство доступа к собственной психике. Ориентироваться нужно на трансформацию самих действий, которые поведут к достижению желаемых целей.

*Свободный человек умеет творчески
развивать свой жизнемир.*

Сам по себе «кайф» **возможностного состояния** позволяет размонтировать жесткие структуры стереотипов и осознать лежащие в их основе образы и предпосылки. Но все же здравомыслящий человек стремится к изменению целостного личного мира, а значит, имеет в виду необходимость преобразования и собственного образа действий, и своего образа жизни.

Метафора полезности «**Ключа**» неожиданно проста: поворотом ключа можно открыть дверь, войти в новое пространство возможностей и научиться в нем эффективно, красочно и гармонично действовать и наслаждаться.

*Именно действовать, именно творить,
а не просто пребывать.*

В последнем случае, когда использование «**Ключа**» сочетается с последовательным отказом от творческого преобразования внешнего мира, **арттехнология** рискует выродиться просто в еще один вполне безвредный наркотик, лишаящий человека права на реализацию того, что он сам рассматривает как заслуживающее права быть, а не расширяющий пределов его художественной свободы.

Очень важно понимать, что сама по себе **психосенсорная катализация** вовсе не заменяет процесса действительной трансформации внешнего поведения. Человек выражается именно в поведении — в том, как он взаимодействует с другими людьми, как он реализует собственные творческие планы и как он преобразует внешнюю действительность в соответствии с собственным глубинным пониманием истинности и красоты.

Так что все пользователи «**Ключа**» должны оставаться прагматиками и реалистами, прочно стоять обеими ногами на земле и не отрывать от почвы каждодневной жизни.

*Опыт и еще раз опыт, практическая проверка
как критерий действительности достижений,
сбор урожая как свидетельство результативности
произведенных в собственной психике улучшающих изменений.*

Решившие ограничиться одним лишь сенсорным гедонизмом завязнут в собственной безвольности, а значит не смогут

извлечь главный урок «Ключа» — право и возможность всегда и везде оставаться хозяином положения, призванным творить действительность по собственному осознанному разумению.

Арттехнология «Ключ» — это не просто ключ к глубинным контурам управления психикой, это не только ключ к механизмам **самопрограммирования**. Это, прежде всего, **ключ** к новой жизни, ключ к новому общению, ключ к новому творчеству — более широкому, более смелому, более продуктивному.

Активное поведение как интегратор перемен

Человек активно (страстно, реально, действительно) желает лишь того, что самодействует внутри него самого, что составляет немаловажную часть его глубинной индивидуальной природы. Одним из самых могучих желаний человеческих является жажда обновления, желание трансформироваться, стремление измениться и возродиться.

Тяготение к переменам вполне естественно для организма, который на деле является потоком согласованно развивающихся структур и элементов. Человек спонтанно тянется вслед за развитием целостного окружения. Он стремится не отстать от окружающего мира, стремящегося к образам красоты и гармонии в своем стремительном беге в бесконечность грядущего.

*Именно развитие дарит радость полноты
жизнеспособности.*

Полезно почаще сосредотачиваться на предполагаемых переменных, делая наиболее вероятными именно те из них, которые осознаются как наиболее желательные. Такое созерцание предстоящих обновлений прокладывает пути лучшему из возможного, фактически склоняя линию развития к траектории, рассматриваемой как идеальная.

Осознанное отношение к собственному развитию позволяет не плестись в хвосте внешних изменений, все время опаздывая с очередной адаптивной трансформацией, а своевременно проводить опережающие перемены, которые можно рассматривать как упреждающие, выстраиваемое на основе рациональных и интуитивных прогнозов оптимальных путей возможного развития среды.

Именно разум позволяет человеку развиваться с упреждающей поправкой на возможности движения всего вокруг. Но для приведения в действие самого разума необходимо в процессе освоения самоуправления раскрутить могучий маховик собственной творческой активности, энергетизм которого в любое время обеспечит поиск тех идей и решений, которые понадобятся для реализации смелых перемен.

Осознание происходящего и сосредоточенное созерцание живой среды помогает целостной интеграции организма в процессе перемен, изменяющих взаимоотношения между элементами и частями целого. Человек радуется не только возможности самих перемен, но и возможности осознанно управлять ими, по своему произволению принимая те или иные внутренние позы переживаний, которые ему самому нравятся и воспринимаются как соответствующие моменту.

Как тело затекает в неподвижности одной позы, так и разум жаждет перемен собственных состояний, чтобы в танце их непрерывной смены друг другом в полноте переживать свой спектрально полный контакт с различными областями жизни и вибрациями отношения в мире.

Бывалый грибник наблюдает за лесом, высматривая, где еще можно поохотиться за грибами. Опытный охотник выслеживает добычу, пытаясь мыслить подобно ей. Так и опытный оператор собственного развития всегда размышляет над тем, что бы еще и как именно можно было бы изменить в своей жизни, чтобы пережить еще несколько красочных моментов жизненной истинности и получить очередные выгоды от предприятия смелых перемен.

Генератор конструирования идеального поведения

Мы все время пребываем в поиске лучших возможностей, даже если не до конца осознаем весь этот непрерывно длящийся процесс, ритмично сопровождающий нас во все мгновения нашей жизни. Наш мозг непрерывно подыскивает лучшие варианты решений. Наше тело непрерывно подирует лучшую позу. Наш голос постоянно подстраивается таким образом, чтобы звучать в соответствии с избранными моделями влияния на собеседника.

Для того, чтобы содействовать этим поискам, необходимо (на основании выбора **предпочитаемого**) осознанно питать организм теми состояниями, которых он и ищет. Дело в том, что предвосхищаемое состояние, смоделированное организмом как цель, сопряжено с **предпочитаемыми** сенсорными сигналами. Поэтому, питая мозг приемлемыми потоками ощущений, мы автоматически подкачиваем удерживаемую в планке прицела цели задачу, тем самым энергетизируя собственную мотивацию, т.е. питая и одновременно направляя сам процесс успешного поиска лучшего.

Организм предпочитает питаться предпочитаемым.

*Он стремится к тому, что приятно потому,
что оно необходимо.*

Так выражается его неперестанное тяготение к комфортному, приемлемому, лучшему, в основе которого находится адаптивность как сущностное качество биосистем. Жизнь приспособительна по сути!

«Ключ» позволяет оказать особое уважение нашему собственному организму, предоставляя ему то, что рассматривается им как самое приятное и приемлемое. Именно такое уважительное отношение к собственному организму помогает опираться на спонтанную мудрость глубинного «Я», одновременно поощряя его саморазвитие и питая его скрытые творческие процессы.

Задача самоуправления ясна: сформировать пожелание цели, оказать уважение организму в форме конкретных подношений **предпочитаемых** сенсорных сигналов и почтительно ожидать созревающего в недрах психики решения. На всех этапах этого естественного процесса немалую помощь оказывает «Ключ».

Результаты обновления, созревающего в глубинах нас самих, всегда настолько глубоки в своей освежающей новизне, что почти всегда оказываются совершенно неожиданными. Однако без таких регулярно разворачивающихся стрессов собственных обновлений адаптивность и иммунитет снижаются, что подвергает немалому риску неудачи в развитии. Поэтому приходится приспособляться к самим стрессам развивающихся

трансформаций, сколь бы острыми и беспокойными порой они ни казались.

Черпать из обилия окружающих впечатлений и внутренних наитий и фантазий — значит, напрямую питать собственную интуицию, которая, подобно любому другому органу или системе, нуждается в соответствующих ее рабочему процессу питаниях. Питанием интуиции являются неожиданные яркие впечатления и все то, что радует, вдохновляет и возвышает.

Интуиция, будучи ухоженной уважительным осознанием ее ценности и накормленной добротной пищей предпочтительных ощущений, рождает образы ответа целостными и завершенными, интегрированными и самоактивными.

Остается лишь дополнить, украсить, уточнить и применить их в процессе воплощения идеи в жизнь. И все это опять же удобнее, приятнее и легче делать именно с помощью «Ключа», который оживляет обязательную практику обращения нас самих к самим же себе за помощью, вразумлением и поддержкой.

Организация оптимального поведения

Несмотря на обилие вопросов, обращаемых ближним и адресуемым экспертам да мудрецам, каждый из вопрошающих при ближайшем рассмотрении оказывается самым осведомленным о требуемых им же самим ответах человеком.

Оказывается, что бы ни заинтересовало человека, именно он внутренне (интуитивно, глубинно, подспудно) готов к восприятию ответа. Именно он сам и знает, где предпочтительно отыскать этот ответ. Именно он сам в глубине души приблизительно знает, каков именно будет ожидаемый им ответ который должен быть им узнан.

Многие из настойчиво задаваемых людьми вопросов — не более, чем следствие удивительного «лукавства», в котором мы часто обманываем себя сами, предполагая, что не ведаем необходимых ответов. Причина такого самообмана — выученная несвободность, боязнь личной ответственности за творимое или просто банальное нежелание потрудиться даже ради самого себя.

Но все ответы мы все же знаем, и это обнадеживает.

Человек всегда чувствует, что можно улучшить в его собственном положении в его собственном жизненном мире и как

именно предпочтительнее попробовать произвести желаемые улучшающие изменения собственными силами — эффективно, с удовольствием и по-новому.

Что бы ни думали об опасностях трансформаций люди, но результаты самих изменений свидетельствуют, что целенаправленные изменения нравятся всем без исключения. Именно наше поведение, наши восприятия, наши установки являются самым богатым, интересным и покладистым материалом нашего творчества.

Чем полнее и гармоничнее изменяется наше поведение, тем ярче сияет наша жизнь, а значит и мы вместе с нею.

Метафорически жизненный мир индивидуума освещается изнутри его же собственным светом. Все посылаемые вовне излучения непременно переумножаются и перепосылаются в фокус жизненной вселенной, т.е. самому человеку. Чем ярче и мощнее лучится сам человек, тем светлее (а то и просветленнее) оказывается и его видение, и сам жизненный мир в целом. Связь же между человеком и его жизненным миром одна — поведение, созданное целенаправленно как продолжение осознанного образа себя какой сам себе нравишься.

Разумеется, лишь в целом изменение поведения является конечной целью производимых с помощью «Ключа» внутренних изменений. Само же поведение изменяется постепенно, поэлементно по отдельным шагам, в пределах отдельных актуализированных фрагментов.

Мы не можем учесть мириады окружающих нас условий внешнего мира и сознательно калькулировать состоятельные выводы из анализа всей этой лавины сигналов и шквала личных соображений. Это происходит в психике спонтанно, а потому практически неосознаваемо.

Однако мы вправе ставить осознанные цели собственным изменениям, корректировать достигаемые результаты и продолжать стремиться к поставленным целям, следуя уже упомянутым путем редактирования психики.

Каждое изменение погружается в функциональное пространство целостной психики; результаты изменений, к которым оно привело, выражаются в обновляющемся поведении, которое после сознательно экспертируется и используется для фор-

мирования новых требований к самому себе и актуализированным фрагментам психического.

Все эти корректировки, экспериментальные перепроверки и новые испытания изобретенных подходов к собственной жизни являются по сути своей чистейшим процессом творчества, в котором материал (наша собственная психика) практически не оказывает сопротивления, если конечно мы с нею грамотно и уважительно обращаемся.

Такое самотворчество беспрестанно дарит искрящуюся радость, ради которой хочется продолжать процесс развития собственного поведения в бесконечность.

Дао, целостность, гармония, прекрасное, интегральное — все эти слова каждое по-своему внушает оптимизм и уверенность в конечном успехе любых творческих саморазвития. Ведь недостаток знаний для саморазвивающегося человека оказывается порой менее опасным, чем недостаток чувствительности, гибкости и тонкости самопонимания.

Мудрость сопровождаемого действием сил самоорганизации спонтанного совершенствования психического выводит нас неведомыми тропами к наилучшим результатам. Просто нужно научиться не мешать этой спонтанности, а, напротив, всемерно помогать ее разворачиванию — бережно, уважительно и тактично.

Все мастера ведут себя оптимально.

Истинное мастерство проявляется именно в поведении.

Главное — научиться целостно и поэлементно организовывать собственное поведение, сознательно управляя развитием используемых способов действия. Тогда можно устремиться к любой цели, если таковая действительно окажется привлекательной и заслуживающей требуемых для ее достижения усилий. Тогда по мере накопления опыта успехов и уроков неудач становится понятным.

Почему во все века объединялись понятия мастерство, гармония и счастье. Обладая способностью творить собственное поведение, мастер не мог не развивать наилучшие образцы действий, которые вели к наилучшим результатам, т.е. созданию красивых предметов и реализации прекрасных замыслов. Результатов же такого мастерского **самотворения** гармонии неиз-

менно являлась полнота и интегральность личностного существования в согласии с миром и при полном осознанном управлении смыслами и динамиками своего жизненного пространства.

Последнее заслуженно называется «счастье» — переживание полноты интегрированной самореализации как проявления глубинной потенции собственной природы.

Как сделать свое поведение эффективным?

Как ни странно, проще простого. Нужно задать себе несколько существенных вопросов, честно ответить на них и, исходя из полученных у себя же самого ответов, произвести необходимые коррективы, которые сделают поведение более успешным, приятным и продуктивным.

Живые целостности склонны к самоорганизации, а потому каждому из нас внутренне интуитивно ведомы ответы на все перечисленные ниже вопросы, от ответов на которые зависит и программа **самопреобразования**, в итоге дарующая нам покой, удовлетворенность и высокое качество действия.

- Действительно ли мне самому необходимо достижение поставленной цели?
- Удовлетворяет ли меня самого тот образ действия, в соответствии с которым я организовал свое поведение?
- Что именно хочется улучшить в том, чего я достигаю и как именно я действую?
- Какие неправильности и неточности сами бросаются в глаза и требуют своего улучшения?
- Какие возможности остаются невостребованными, в то время как они могли бы быть успешно использованы для более продуктивной реализации того же, к чему я стремлюсь в настоящее время?
- Чему мне нужно было бы научиться для того, чтобы суметь сделаемое сделать легче, проще, веселее?
- Знаком ли я сам с реальными примерами более эффективного поведения в интересующей меня области достижений?
- Что в моем отношении к делаемому мне не нравится самому?

- На какие ошибки указывают окружающие, так или иначе имеющие отношение к моему поведению?
- Где я встречаю наибольшее сопротивление, которого мне хотелось бы избежать?
- Какие фрагменты поведенческой программы более эффективны, а какие не выдерживают объективной критики?
- Каким образом можно было бы достичь той же цели, но совершенно иным путем?
- Получаю ли я сам действительное удовлетворение от производимого и происходящего?
- Что следовало бы волшебным образом изобрести для того, чтобы процесс деятельности превратился из удручающего, утомляющего и раздражающего в прекрасный, радующий и увлекательный?

Тот, кто умеет регулярно задавать себе все эти вопросы, искусно отвечает на них и изменяет собственные стереотипы в соответствии с честно данными самому себе ответами, неизменно оказывается впереди остальных, плетущихся в арьергарде сознательной самоэволюции.

Глава восьмая «ИМПЕРАТИВ СОЗИДАЮЩЕГО ПРЕДПОЧТЕНИЯ»

Люди мешают себе сами!

Нередко мы оказываемся сами у себя на пути, руководствуясь застывшими программами ложно запрограммированного (и нами самими, и воспитывавшими нас окружающими) расклада, этого психопрограммного калькулятора.

Кибернетики знают главное право программирования: «мусор на входе — мусор на выходе». Невольно запасаясь в самом раннем детстве всевозможными страхами, ограничениями и иллюзиями, которыми нас по привычке потчуют изо дня в день наши родители, мы не научаемся освобождаться от них в более зрелом возрасте. Поэтому перед лицом действительно серьезных жизненных проблем предстаем незрелыми и инфантильными существами, совершенно не доверяющими собст-

венным возможностям и перво-наперво сомневающимися в тех способностях, талантах и силах, которыми обладаем мы сами.

Ни одна из известных доселе культур планеты, существовавших на протяжении последних тысячелетий репрессивной фазы истории человечества, автономных самотворцов не воспитывала и действительно эффективному самовоспитанию не обучала. Даже известные религиозно-духовные традиции репрессивно программировали достаточно жестко обусловленных всевозможными ограничениями людей, которые оставались эффективными лишь в весьма узких рамках низкой вариативности возможных жизненных выборов и житейских ситуаций.

К подлинному жизнетворчеству эти воспитанники установленных традиций чаще всего оказывались не готовы. Поэтому на протяжении долгих веков сколько-нибудь заметного развития методов самовоспитания и практики самосовершенствования не наблюдалось, хотя пластичная и возможностная природа человека как раз подразумевала именно такой порядок развития человеческого потенциала.

В прошлом, человек не был самоценным существом. Он рассматривался лишь как клетка системного общественного организма, а не в качестве фокуса собственного мира. Естественно, репрессивное психопрограммирование человека в качестве послушного исполнителя вполне четко задаваемых социальных ролей и общественных функций не способствовало сохранению его душевного здоровья, которое укоренено в полноте творческой спонтанности, личностной свободе и творческой автономности. К сожалению, в значительной мере все это остается верным и для настоящего времени.

Информационная эпоха, предполагая принципиальную неисчерпаемость ресурсов всех форм и видов, первейшим и ведущим из которых оказывается продуктивный потенциал совокупного творческого человеческого интеллекта, решительно настаивает на обязательности раскрытия способностей каждого, что в условиях репрессивной практики воспитания и дисциплинирующего обучения реализовать попросту невозможно.

Информационная эпоха предполагает полноту достижения каждым свободы, автономности и счастья в качестве важнейшего условия гармоничного развития человечества как целого.

Для того, чтобы оказаться максимально полезным для всех других, человек должен быть максимально свободен и счастлив, иначе его развитие остановится, что сократит его возможную полезность для окружающих. В ходе человеческой истории оказалось, что свобода выгодна и полезна. В процессе культурного развития выяснилось, что личное счастье является одним из условий экономической, культурной и психологической эффективности человека, а следовательно залогом высокой адаптивности человечества как биологического вида.

Мы оказались сформированы так, что вынуждены, руководствуясь подсознательно закрепленными автоматизмами, сдерживать свое собственное развитие. Нам никогда не доверяли в раннем детстве. Нам продолжают не доверять до сих пор. Нас научили не доверять самим себе. Мы остаемся внутренне робкими, опасливыми, а потому болезненно послушными предписаниям тех, кто в детстве разяснял нашу собственную слабость, ограниченность и ущербность.

Мы слишком конформны, мы чрезмерно общественны, мы непродуктивно социальны, а потому мы боимся личностной свободы, так как нам всегда угрожали возможным остракизмом в наказание за личностную независимость. Мы боимся оказаться изгоями, а потому продолжаем себе не доверять.

Мы не становимся сами собой, т.е. теми, кем можем и хотим стать, лишь потому, что опасаемся поссориться с себе подобными. Мы готовы отказаться от раскрытия собственных талантов лишь потому, что это может раздражить тех, кто не любит, когда другие высываются.

Это не так уж просто — продолжая оставаться окруженными саморепрессированными людьми, осмелиться постичь собственную роль как генеральной стагнирующей фигуры собственной жизни. Мы должны осознать наше ведущее участие в сдерживании собственного развития — только так мы сможем отправиться в путешествие навстречу самим себе.

Себя подкорректировать, доразвить и подукрасить как раз нетрудно с помощью того же «Ключа», но вот понять себя как главный источник всех неудач и ошибок, как собственного тюремщика, как самосудью и самопалача — на это действительно нужно решиться. Ведь до сих пор нас учили тому, что виноваты в нашем горе и неполноте кто угодно, кроме нас, хоть и не-

счастливых, но все же таких милых и хороших... неразумных беспаланных детишек.

Аутотренинг — все-таки «отмычка»!

Несмотря на то, что отдельные мастера аутогенной тренировки нередко достигают поистине виртуозных результатов в самоуправлении посредством подчинения собственной воле телесных функций, все же в целом аутотренинг нельзя считать достаточно безопасной и оптимально эффективной техникой самоконтроля. Все-таки он достаточно груб и примитивен.

Конечно, лучше уж владеть аутотренингом, чем вовсе прозябать в вечных жалобах на «противную реальность» и «плохих окружающих». Однако если уж делать выбор между изучаемыми техниками самоконтроля, то следует знать преимущества и недостатки каждой из них.

Аутотренинг возник до начала эпохи компьютеров, поэтому он не подразумевал существования потенциала богатейших возможностей, предоставляемых внешними сенсорными процессорами, к каковым относится «Ключ».

Осознанно сконструированный поток аудиовизуальной информации протекает спонтанно, вне участия сознательных волевых усилий. Поэтому человек, приобретая все богатство необходимых его организму впечатлений, во время восприятия сконструированной им стимуляционной программы имеет возможность глубоко расслабиться и не затрачивать лишних усилий на создание визуального образа, без которого успешное **самопрограммирование** оказывается невозможным.

Благодаря внешней компьютерной поддержке сенсорного потока больше психических сил и энергии внимания сохраняется для глубокого сосредоточения на сути своих пожеланий с тем, чтобы помочь им внедриться в глубокие пласты своего бессознательного.

Аутотренинг представляет собой этакое средство «скорой помощи», высокоэффективное при внезапно возникающих кризисах и годное для достижения простейших эффектов психосоматического самоуправления (снятие боли, укрепление терпения, преодоление стеснений и ограничений, необходимость длительного голодания, глубокий отдых в кратчайшие сроки или взрывная активность в экстремальной ситуации).

«Ключ» и аутотренинг отличаются друг от друга по глубине и интенсивности — как живописец и маляр, как колонковая кисточка и колерный валик, как камертон и громкоговоритель. В использовании аутотренинга неизбежно ощущается применение некоего скрытого самонасилия, он подразумевает волевое давление на себя, вынужденное самопринуждение, которое не может вести к 100%-эффективным результатам.

Насилие противно самой природе, и если можно достичь некоего эффекта при отказе от насилия, то можно быть уверенным в том, что и эффект этот окажется заведомо лучше того, что достигался при допущении принуждения.

По-своему нужны различные приемы и техники — для решения разных задач, для использования в разных условиях. Но все же не следует сравнивать охотничий нож с высокоточным станком, управляемым компьютерным процессором. Тем более, что речь идет о работе с самой тонкой и самой драгоценной субстанцией — с субстанцией бессознательного, с тканью мозга, с внутриспсихическим миром.

«Ключ» качественно адекватен богатству и изяществу подлинно человеческой природы, хотя при этом поразительно прост в использовании и ясен в принципах самоуправления.

Раз уж технический прогресс подарил нам компьютерные информационные технологии, то просто грех отказываться от их использования в столь важной для каждого из нас практике, каковой является искусство самоуправления. В пользу «Ключа» свидетельствует не только то, что спектры невербальных впечатлений на порядки богаче и многообразнее любых наборов словесных формул, но и то, что работа с «Ключом» несопоставима с использованием аутогенной техники в многообразии спектра наслаждений, удивительной приятности и глубоком удовлетворении.

Различаются ли «дремота» и «созерцание»?

Карл-Густав Юнг различал во внутренней работе человека, стремящегося к позитивной трансформации собственной психики, три области глубинных пространств, соответствующие

трем стадиям преобразования психического материала. Используя терминологию средневековых европейских алхимиков, он их именовал: **нигрето** (черный — опасный, животный, низший), **альбедо** (белый — обманчивый, зыбкий, туманный) и **рубедо** (красный — возвышенный, ясный, прекрасный).

Различаются отдельные вибрационные этажи бессознательного психического. Различаются и состояния человека, оказавшегося в контакте с соответствующим психическим миром. В процессе поиска внутренних смыслов и необычных состояний кто-то оказывается в подвалах черного чародея, кому-то приходится блуждать в туманных пространствах сновидений, а кто-то достигает сферы радужной свободы и красочных мечтаний.

Не будем забывать, что **возможностные** (измененные) состояния сознания — это целый мир со своими областями, регионами и пограничными разделениями. Недаром большинство трансперсональных психологов, опытно исследующих пространства психического мира, в один голос утверждают, что сознание человека организовано как единое переливчатое непрерывное целое — целостный **континуум**, различные участки которого обладают особыми качествами, но вместе с тем все слито воедино и должно рассматриваться как монолитно интегральное целое.

Радужное **возможностное** состояние, легко достигаемое с помощью «**Ключа**», является самым безопасным, самым приятным, самым управляемым, самым целительным и самым творчески продуктивным из всех изученных в настоящее время измененных состояний сознания.

Приступающие к освоению «**Ключа**» должны отказаться от привлечения имеющегося у них опыта других **возможностных** состояний (медитативных, наркотических, аутотренинговых и других) с тем, чтобы использовать возможность работать непосредственно в высшем регистре возможностей собственной психики.

Возможностные сферы чем-то напоминают царство исполнения желаний. Они по сути своей являются лишь усилителями тех настроений и ожиданий, с которыми человек в них входит. Недаром в **возможностной** сфере верен девиз: каким войдешь, таким и пребудешь.

Примером такой всепотенциальности **возможностных** состояний может служить достигаемое с помощью алкогольных напитков измененное состояние. Алкоголь является неспецифическим усилителем переживаний. По сути дела он не сообщает человеку ничего нового, не дает ничего «от себя», но оказывается акселератором любых состояний, невольно рассматриваемых как желанные, в настоящее время имеющие приоритет перед другими. На поминках спиртное помогает расплакаться, а на свадьбе — повеселиться. Одно и то же вещество, а какие различающиеся результаты.

В отличие от наркотиков и алкоголя, влияние «Ключа» целенаправленно усиливает именно позитивные настроения, фактически заново создавая их в человеке за счет накачки палеомозга соответствующими желаемому настроению сенсорных потоков, а вовсе не пускает процесс развития **возможностного** состояния на самотек.

«Ключ» позволяет осознанно сгенерировать нужное настроение и глубоко войти в него. Однако усиление переживания происходит за счет гармонизации состояния мозга, а не за счет опасной стимуляции отдельных стволовых структур, называемых центрами удовольствия, или на счет ничем не оправданного форсирования энергетического режима эмоционального состояния.

Конечно, с каждым сеансом занимающийся все больше осваивается в психических пространствах, раскрываемых «Ключом». С течением времени и набором опыта он начинает понимать их действительные принципиальные отличия от многих других трансовых состояний — менее управляемых, малопривлекательных, а то и вовсе травматичных и для психики, и для мозга, и для организма, и для внешнего поведения.

Если первые **психонавты**, в трансовых состояниях исследовавшие многомерные внутренние пространства (Тимоти Лيري, Джон Лилли, Олдос Хаксли) целенаправленно разыскивали наиболее мощные, наиболее неодолимые, наиболее яркие переживания, то последующий опыт применения ЛСД-25 и псилоцибина убедительно доказал обилие их побочных влияний на организм, и большую естественность более естественного пути вхождения в **возможностные** состояния, самым гармоничным и простым из которых и является **арттехнологический**.

По мере работы с «Ключом» опыт различных **возможностных** состояний расширяется и дифференцируется. Они осваиваются, подобно исхоженным туристским маршрутам, становятся все более знакомыми, доступными и изученными.

По мере освоения ближайших к привычному сознательному бодрствованию областей исследователь собственных глубин отправляется дальше, благо, что **арттехнология** ему это позволяет. Но такое развитие в принципе безопасно, так как оно продвигается за счет наработки личного опыта самим занимающимся, а не обрушивается на него в результате психохимического вырывания оглушенного лекарствами субъекта из привычного контекста бодрствования в клинически фантазийную **инореальность**.

Каждый по-своему использует собственный опыт постижения **инореальности** **возможностных** состояний. Главное — делать это постепенно, продуманно и осторожно, так, чтобы опасности путешествий вглубь самого себя не намного превышали опасности, связанные с обычной прогулкой по вечернему городу. Тогда **возможностные** состояния станут естественной областью опытов людей, которые не просто восхитятся их красотами и испытают необычные переживания, но и смогут сделать эти переживания естественной частью своей жизни и открыть возможность осознанного пребывания в новых измерениях самих себя.

Почему мы не умеем радоваться?

Нас никогда этому намеренно не обучали, а всякое чувство нуждается в усердной развивающей тренировке. Без полива, солнечного света и полноценного питания растение не имеет шансов состояться, даже если его зерно самое что ни на есть распрекрасное.

Репрессивное общество табуировало само право на радость. Поэтому переживание радости подсознательно рассматривается всеми нами как потенциально греховное и недопустимое. Почему именно оно может оказаться неправильным и запретным? Над этим вопросом мы не склонны задумываться. Однако сама запретительная установка прочна и эффективна: как только появляется повод для радования, мы не спешим свою радость обнаружить; мы стараемся ее скрыть, стараемся по-

скорее ее пережить — и вновь принять привычно унылый облик, характерный для большинства окружающих нас людей.

В нашем детстве гораздо больше внимание уделялось печальям, страданиям и невзгодам, которые порой чуть ли не канонизировались в качестве столпов земного существования. Почему-то принято считать, что терпеливое переживание неприятностей привлекает к человеку некую благодать, в то время как естественно было бы подумать о возможности избавления от угнетений и перехода к более продуманной и гармоничной жизни. Но среди вечно унылых радоваться как-то неуютно, а порой и вовсе небезопасно. Ведь как писал известный российский сатирик, «есть еще такие люди, которым плохо, когда другому хорошо».

Мы стереотипно изо дня в день, сами того не замечая, запрещаем себе полноту самовыражения и непосредственно сопряженную с нею глубину радования жизни. У нас не хватает ни времени, ни сил, ни даже желания исследовать внутреннюю природу самого радования.

Мы забыли о физиологической драгоценности радований, забыли о непобедимости радующегося человека, забыли о целительном значении радостных состояний. Нам трудно осознать преимущества безмятежной веселой игры перед беспросветно угрюмым вкалыванием, в то время как все другие живые существа нашей планеты все время, свободное от добывания пищи и защиты от нападений, посвящают именно играм.

Мы не в состоянии вообразить себе картины возможной цивилизации радости. Мы не желаем инициировать радужность в самих себе и боимся распространять веселье и непринужденность среди окружающих, так как не доверяем друг другу и привычно сомневаемся в человечности тех, кто нас окружает.

Так мы год за годом проживаем в унынии и страхах, удивляясь, почему все время остаются запертыми на все заслоны шлюзы сокровенных внутренних сил. Оказывается, одаренности и волшебные могущества распаиваются лишь в тех людях, для которых веселье, радование и свобода творчества являются совершенно естественными, повседневными, привычными состояниями полноты жизненности.

Не раскрыв в себе дара радости, мы не в состоянии раскрыть какие бы то ни было другие ценные для нас дарования и способности.

Чем полезна уверенность в себе?

Она открывает доступ ко всему богатству наших собственных глубинных сокровищ, генотипически присущих нам и лишь по странному стечению исторических обстоятельств до сих пор не развитых в полноте. Она позволяет не создаватьзаторы на пути течения наших творческих занятий и повседневных дел.

Неуверенность в себе является дурной привычкой, отказаться от которой гораздо проще, чем пробиться на прием к крупному начальнику или съездить на выходные к друзьям в гости.

Уверенность в себе присуща нам от рождения — нам следует ее лишь высвободить, престав бессознательно поддерживать ограничивающие нас сомнения в собственной эффективности.

Испытывать уверенность в себе приятно, полезно, целительно, удобно и спокойно. Она сама по себе оздоравливает и организм, и потоки окружающих нас занятий. Она способствует мудрой экономии сил, сбережению драгоценного времени, позволяя оптимально расходовать энергию на дела и занятия, не позволяя им рассеиваться во внутренних трепетаниях сомнений и колебаний.

Мы даже не представляем, насколько мешаем окружающим своими нелепыми метаниями от стремления к действию до неготовности к нему, и обратно! Уверенность в себе позволяет и нам, и связанным с нами людям последовательно и спокойно развиваться в оптимальном режиме, не дисгармонизируя окружение и не лишая самих себя назначенных законных достижений и связанных с ними удовольствий.

В уверенности в себе нет никакого бахвальства или хвастовства. Она представляет собой здоровую самооадекватность, ясное понимание всего того, на что мы сам действительно способны. Просто люди привыкли осаживать друг друга и сами себя,

не отваживаясь на смелые попытки совершить нечто из ряда вон выходящее.

Человек намного богаче, чем то ему кажется. Однако богатство это продолжает оставаться втуне, пока оно не привлечено, не раскрепощено и не использовано. Ничего кроме уверенности в себе, иницилирующей стремление активно действовать, для этого не нужно. Как говорится — «Верь в то, чего нет, для того, чтобы оно было».

Как самопричинное существо, человек может сделать практически все из того, чего сам пожелает.

Просто для реализации малюсеньких желаний нужны секунды. А для созидания больших проектов иногда уходят годы. Но реализуемо в принципе все, и в этом — волшебство природы человека. Он выступает своего рода Организующим Центром Действительности. Если требуемые для реализации задуманного ресурсы отсутствуют в нем самом, он объединяется с единомышленниками и они вместе приводят окружающие энергетические и информационные ресурсы в движение, целесообразно организованное в направлении достижения поставленных целей.

Осуществимо все, но начинать нужно с открытия в себе уверенности в богатстве собственных потенциалов и обилии природных дарований.

Уверенность в себе присутствует как внутреннее самопожертвование. Нет людей, которые не хотели бы оказаться целиком и полностью в себе уверенными. Однако большинство людей по привычке запрещают себе это, руководствуясь различными иллюзорными доводами и болезненными мотивами, источников которых порой они сами не осознают.

Следует начать, как минимум, с того, чтобы перестать сомневаться в собственном мышлении. Основоположник антропософии Рудольф Штейнер как-то заметил: даже основательно сомневаясь в самих себе, мы все же не утрачиваем фундаментального доверия самим себе — ведь, в конце концов, верим же мы доводам собственного мышления, убеждающего нас в том, что способности нашего мышления недостаточны.

Так что как минимум доверие самим себе в нас присутствует. Просто следует его освободить от непрерывного подавления

прессингом самозапрещений и самоосуждений, доставшихся нам в наследство от многих лет каждодневного привычно репрессивного воспитания и усиленного программирования на конформизм и покладистость, почему-то проявляющиеся как согласие на слабость и бесталанность, которые прививали нам все кому не лень, даже сами того не замечая.

Наличие здоровой и неажитированной уверенности в себе является вернейшим признаком полноты внутренней гармонии, глубины душевного здоровья и ясности уравновешенного самопонимания.

Вне уверенности в себе человек находится вне центра собственного мира, т.е. не распоряжается тем, чем по праву владеет и чем ему надлежит управлять и распоряжаться. Уверенность в себе, будучи высвобожденной, все же требует осознанного поддержания, так как окружающие нас люди запрограммированы на сомнения в одаренности других и то и дело норовят посеять в нас зерна сомнения в наших собственных возможностях. Так что профилактическая защита от неустанно внушаемых нам другими мыслей о слабости, ущербности и бесталанности все же нужна.

Очень важно самому осознанно научиться углублять уверенность в себе без превращения ее в болезненное самодовольство и невротическое самолюбование. Следует понимать, что именно с уверенности в самом себе начинается любое достижение, любое творчество, любой успех.

Уверенность в себе — главная строительная площадка для любого шедевра, холст, по которому мы пишем живописные полотна нашего индивидуального существования.

Упрочившись в осознанном переживании здоровой уверенности в себе, мы невольно становимся целителями окружающих, которые незаметно для самих себя заражаются нашим спокойным самовосприятием и начинают относиться к самим себе более миролюбиво, дружелюбно, достойно, уважительно и оптимистично.

Секрет управления мотивацией

Помните, как порой навязчиво повторялась Вами одна и та же надоевшая мелодия популярной песенки, от которой все же трудно было отделаться. Просто ее десятки раз повторили в телерекламе за время вечернего просмотра Вами передач. Вот Вы невольно и заучили нежеланную песенку и, сами того не замечая, послушно стали воспроизводить ее, словно заведенная игрушка.

*Программирование человеческого мозга —
занятие не такое сложное, как может
показаться с первого раза.*

Однако вмонтировать те или иные психопрограммы и сделать их активно функционирующими в контексте повседневной деятельности таким образом, чтобы реализация этих **психопрограмм** привела к достижению желаемой цели, не так уж просто. Необходимо научиться очень четко и ясно формулировать само пожелание, само намерение, сам мотив, который и представляет собой ядро автоматической мотивирующей деятельность **психопрограммы**. Еще раз напоминаем незыблемое правило программирования: «Мусор на входе — мусор на выходе». Иными словами, насколько точно и ясно мы можем сформулировать предлагаемые собственному мозгу, как программируемому устройству, стоящие перед ним задачи, настолько последовательно и успешно он их реализует.

*Расплывчатое задание — неэффективное исполнение.
Строгие формулировки и ясные приказы —
четкая программа действий,
приводящая к успеху в заданных условиях.*

Программирование чем-то напоминает созидание дворца. Он может быть прекрасным или уродливым, в зависимости от умения архитектора создать проект и от искусства строителей по воплощению проектного задания в стекле, бетоне и металле. Однако для всех видов строительных работ, от проектного эскиза до завершения отделочных работ причинным, первичным, исходным является все же само пожелание заказчика, за счет которого и для которого дворец и будет создаваться.

В самопрограммировании очень важно понять те цели и результаты, к которым должны привести действия, управляемые самостоятельно функционирующей **психопрограммой**. Именно образ цели и энергетизирует мотив, делает его образ четким, выраженным и мощным.

Ярче и четче увидим — больше захотим и лучше сделаем.

Итак, в психопрограммировании, лежащем в основе упорядочивания собственной деятельности, помимо самих программирующих процедур, присутствует важнейшее условие отчетливого формирования образа желаемой цели, которая должна быть реализована в итоге всех усилий.

К примеру, для самопрограммирования последовательного развития в самом себе определенных новых способностей сначала необходимо уточнить искомые результаты как содержание пожелания развития, затем определить все необходимые для достижения этого совокупного результата навыки и умения, и лишь затем запрограммировать собственную психику на непрерывное содействие спонтанному развитию необходимых способностей. Кстати, даже последнее еще не гарантирует неизбежности достижения результата. Нужны еще непрерывные внешние усилия по отработке развиваемых умений и навыков, удостоверяющие, что процесс развития движется в намеченном направлении и не отклонился от первоначально заданного направления, а также своевременное выполнение определенных действий, направленных на корректировку предпринимаемых усилий с тем, чтобы они как можно точнее соответствовали образу желаемой цели.

Сила мотивации прямо пропорциональна ясности и яркости видения желаемой цели, ощущения уверенности в собственной состоятельности, совпадающей с переживанием **идеаторного** переживания обладания искомым результатом. Почти как в одном из сказочных новогодних фильмов: «Видеть цель, сохранять уверенность в самом себе и не замечать никаких препятствий на пути к желаемому — тогда можно творить любые чудеса».

Очень важно учиться словесно (абстрактно) и **идеаторно** (образно) описывать конструкты желаемых целей как можно более подробно, как можно более тщательно, как можно полнее и яв-

ственнее. Это и есть искусство **проекции** — осознанно управляемого создания воображаемых картин, в точности соответствующих образу лучших достижений.

Когда рассматривание цели становится устойчиво сосредоточенным — таким, что ясно видится каждая деталь будущего достижения, — осознается каждый элемент предполагаемого продвижения к цели, а, значит, происходит самопрограммирование. Образ цели словно погружается в недра бессознательно-го, запоминается нашей глубинной психикой, служит для создания виртуального образа результата, который отныне останется жить в наших собственных глубинах вплоть до осуществления полного достижения поставленных целей.

Образ цели — это матрица, по подобию которой формируются наши действия, и аккумулятор, силой которого эти действия питаются.

Умение знать свои цели, понимать пути, ведущие к их осуществлению, и страстно стремиться к воплощению мечтания в жизнь — это и есть слагаемые любого успеха. После такого **самопрограммирования** останется только одно — действовать, действовать и еще раз действовать.

Каждое новое позитивное достижение будет увеличивать силу пожелания, будет способствовать наращиванию реализационной власти, будет ускорять приближение желанного момента точного совпадения внутреннего образа с реальным внешним достижением. После наступления этого ожидаемого события первый уступит место последнему, ментальная же энергия, образовавшаяся после аннигиляционной встречи идеаторного с действительным, используется мозгом для созидания новых, еще более прекрасных и значимых образов целей, питающих новые, еще более мощные и гармоничные мотивы устремлений.

Всегда в согласии с собой

По-настоящему эффективное производство всегда работает четко, стройно и слаженно. Успешно действующая творческая команда единомышленников согласованна подобно живому организму. Именно упорядоченность и согласованность действий помогает избежать ненужных потерь и достичь максималь-

ной эффективности. Вот уж воистину, правы те, кто утверждают: главная сила сокрыта в согласии!

Стремясь к достижению максимальной эффективности, каждый должен осознать в качестве первостепенной необходимости обязанность прекратить сопротивляться особенностям собственной природы. Конфликт с собой структурно идентичен конфликту с другими. Любой конфликтолог посоветует попытаться найти общий язык и поискать точки соприкосновения и согласия, отказываясь от пустых раздражающих споров и стремясь уяснить существо противоречия.

Мы приучены считать, что в нас самих есть нечто приемлемое и допустимое, а что-то никак не заслуживает права на существование и должно быть если не искоренено, то, как минимум, отвергаемо и игнорируемо. С такого предположения начинается война с самим собой, ведущаяся далее путями самообманов, заболеваний и катастроф.

Для начала следует априорно предоставить всем составляющим собственной природы, выражаемых в пожеланиях, стремлениях и предпочтениях, право на существование без осуждения и недовольства ими. Даже если мы рассматриваем какие-то черты и элементы как нуждающиеся в дальнейшем развитии и изменении, то все равно согласовывать что-либо даже в общении с самим собой можно лишь при оказании друг другу (т.е. самому себе) глубокого уважения.

Нельзя договариваться с тем, кого в упор не желаешь замечать или признавать. Тогда остается один путь — путь насилия, подавления и уничтожения. Войны же с самим собой пусть даже в неких малых частях ни к чему хорошему еще никого не приводили.

*Договорный процесс всегда обоюдно свободен и уважителен.
Уж с самим собой зачем ссориться-то!?*

Хотя, конечно, и самопритию нас никто не учит: вечно все вокруг только и делают, что критикуют, подправляют и вынуждают нас отказываться от своих естественных стремлений и склонностей.

Получается, что даже дружбе с самим собой нужно учиться, во всяком случае, получив деструктивный опыт репрессивного приказывающего и наставляющего воспитания. Некоторое время нужно возвращаться к самому себе, к осознанию того,

что в самом себе целостном в нас нет ничего лишнего или недопустимого.

Многое может быть перепонято в контексте целостного характера и удачно применено к сложившимся условиям. Выбрасывать же из себя или изничтожать что-либо в самом себе мы в принципе не можем в силу особой драгоценности цельной человеческой природы.

Сам характер психосоматической интегральности нас самих не позволяет нам что-либо действительно изгонять из пространства нас же самих. Просто нечто можно изгнать лишь за пределы осознания, откуда оно, набирая силу, будет разрушительно влиять на нашу жизнь и рано или поздно выветится наружу, неся с собой немалые разрушения.

В нашей собственной самокритике, острие которой направлено на нашу собственную природу, **интериоризировано** (включено как свое собственное) недружелюбное отношение к нам окружающих. Всем почему-то привычно кажется, что для достижения согласия и порядка необходимо обязательно что-то изгнать, подавить и уничтожить, а не просто привести во взаимное соответствие все имеющиеся части и упорядочивать все то, что дала нам природа.

Любое насилие к нам неизменно порождает в нас нелюбовь к самим себе. Любое недоверие к нам выражается в нашей собственной подозрительности к самим себе.

Мы привыкаем доверять собственным разрушительным критическим импульсам потому, что они похожи на слышимые вокруг призывы «держаться да не пущать». Но сами того не понимаем, что заражаемся от других болезнетворным духом самонаказания, следствием чего может быть лишь возрастание недовольства собой, ведущее к еще большей дезинтеграции и падению личностной эффективности.

Нравственно то, что по нраву!

Недоформированный, незрелый, недоразвитый человек не может жить без регулярно проявляемой в отношении самого себя репрессии, подавления и насилия. Руководствуясь патогенными представлениями о собственной ущербности, ог-

раниченности и несостоятельности, всем тем, что совокупно именуется комплексом неполноценности, он все время давить в себе то одно, то другое, даже не представляя себе возможности уважительного отношения к собственным потребностям и желаниям как проявлениям его собственной интегральной природы.

Для того, чтобы пробудить человека к осознанной жизни, необходимо вернуть ему уважение к собственным пожеланиям и в практике овладения «Ключом» доказать, что он в принципе, как и все остальные люди, более чем состоятелен и компетентен, так как в принципе способен к развитию, обучению и трансформации в сторону гармонизации и усиления всех своих качеств и особенностей.

Привычная для него **саморепрессия** была вынужденной, но никак не может пониматься как естественное и законное отношение к собственному организму и своей психике. Человека просто приучили думать, что насилие заслуженно и допустимо, поэтому он и использует его, не понимая принципиальной ущербности самого насилия как способа обхождения с действительностью.

Пробуждающийся к самоуважению человек мало-помалу придет к заключению о собственной глубинной благонамеренности и о безопасности удовлетворения многих своих потребностей, благодаря сознательной **аутокоммуникации** переформулированных и по-новому понятых.

Окажется, что очень и очень многое все-таки можно себе разрешить без опасений столкнуться с какими-либо ужасающими или даже неприятными последствиями. Окажется, что он долгими годами пугал сам себя в точном соответствии с тем, как напугали его в раннем детстве окружающие люди, тоже жившие привычно наследуемыми страхами, воспроизводящимися из поколение в поколение.

*Мудрые знают, что страшны наши собственные опасения,
а вовсе не естественно присущие нам как живым
системам пожелания.*

Мы поймем, что странные стремления в нас приходят не откуда-то извне, а выражаются нашей собственной глубинной природой, которая просто нуждается в исправлении, оздоровлении и окультуривании. Человек может оставаться одновре-

менно и «хорошим», и глубоко удовлетворенным. Никакого противоречия между «хорошестью» и удовлетворенностью, являющейся реакцией организма на удовлетворение его желаний, в принципе не существует.

Гармония, созвучная естественному развитию жизни, непременно отыщет пути проникновения в лоно человечества и преобразует оттуда все и вся в соответствии с присущими ей красотой и мерой. Мы вправе рассматривать «Ключ» как некое откровение эпохи, посредством которого некие сообщества, действительно озабоченные судьбой человечества, пытаются предоставить в руки всех готовых к собственному развитию людей новые ключи к ним самим и к грядущему, создавая условия для украшения дней и расцвета жизни.

Возможно, общество ближайшего будущего будет определено исследователями общественных нравов как осознанно гедонистическое. Вполне вероятно, что торжество Информационной эпохи позволит людям иметь в своем распоряжении достаточно средств, энергии и мощностей для того, чтобы поддерживать собственное существование и при этом разносторонне и изощренно радоваться и наслаждаться.

В конце концов, глубокие удовольствия исцеляют гармониями весь организм, после чего дисциплинирующие **самовлияния** становятся более эффективными, а управление собственным развитием осуществляется еще проще и легче. Вряд ли можно назвать более разумный и эффективный стимул к развитию, чем перспективы выбора самых разнообразных наслаждений — если, разумеется, не принимать во внимание негативные мотивации (угроза выживанию организма или преграда к продолжению рода).

Общество Третьей Волны очень многое переменит в отношениях между людьми и в отношении людей к себе самим. Благодаря «Ключу» самое важное получит возможность быть наконец поставленным с головы на ноги. Особенно серьезные трансформации ожидают этику, т.е. системы правил взаимответственного поведения индивидуумов в группах, в пределах которых люди заинтересованы в осуществлении активного симбиотического сотрудничества. То, что желанно индивидууму, перестанет рассматриваться как преступное. Просто будут

искаться и находиться устраивающие всех пути удовлетворения возникающих потребностей.

Грегори Бейтсон как-то определил шизофрению как результат извне приказанных саморепрессий. Возможно, именно работа с «Ключом» поможет людям наконец отказаться от массовых и привычных насилий как способа общения и перейти к уважительному партнерству как основе существования и развития истинно эффективных человеческих сообществ.

Предпочтения всегда индивидуальны и ситуационны

Сама по себе процедура определения предпочитаемого ощущения проста, но загадочна. Синтетическая результирующая предпочтения всегда зависит от сотни всевозможных причин, от структуры личного опыта ассоциирования впечатлений до конституциональных особенностей нейрохимии.

Определить предпочитаемое просто, но суметь это сделать без участия самого выбирающего субъекта, на основании одних лишь физиологических тестов и психологических выводов, невозможно.

Простота субъективного выбора предпочитаемого и сложность его получения «неестественным» (внесубъективным) путем напоминает мнение профессора Преображенского из «Собачьего сердца» М.А.Булгакова: «Зачем нам стараться сделать то, что любая баба без всякой там науки легко может родить?».

Сам навык тонкого различения собственных предпочтений и отвержений развивается лишь со временем и требует высокочувствительной интуиции и глубокого самопонимания. Но все же субъективное самотестирование остается оптимальным способом определения предпочтений, которые предполагается использовать в редактировании собственных психопрограмм.

По мере успешного проведения массовых исследований опыта взаимодействия человека с «Ключом» в самых разных ситуациях, в самых разных условиях появятся некие подобию фармакопейных рецептов и сигнатур. Но и в этом случае их достоверность останется лишь статистической, т.е. верной лишь для некоторого большинства. Человек же есть существо уникальное и самопричинное, а потому порядок самоопределения

предпочтений сохранится даже после изучения общих реакций человека на развитие окружения.

Развиваемый в процессе поиска **предпочитаемых** ощущений навык **интроспекции** оказывается весьма полезным, если не сказать совершенно незаменимым, в самых что ни на есть разнообразных жизненных ситуациях, т.е. помимо занятий с **арттехнологическим психопроцессором**.

*Интроспективное умение — надежный компас
в управлении руководством собственной жизни
с помощью личной интуиции.*

У большинства из лиц, ориентированных исключительно на внешние явления и события, голос интуиции неизменно оказывается чрезвычайно тихим потому, что мы попросту не натренированы в умении слушать собственный организм. Мы не умеем различать тонкие сигналы своих органов и тихие внутренние голоса, которые в нас самих никогда не умолкают, но звучат всегда и требуют к себе осознанно уважительного отношения.

Интуитивное тестирование вариантов ответов на вопрос с целью поиска правильного само по себе предельно просто. Оно сродни поиску **предпочтений**, так как состоит во внимательном молчаливом вслушивании в реакции своей психики на каждое из рассматриваемых решений. Правильное решение вызывает субъективно убедительную положительную реакцию мозга, рационально никак не обоснованную, зато внутренне неоспоримую и самодоказательную и эмоционально приемлемую. Просто для этого нужно развить чуткий к внутренним состояниям «психический слух» и учиться осознанно сохранять известную внутреннюю тишину, без которой расслышать глубинные указания скрытого разума попросту не представляется возможным.

Если человек ежедневно занимается с «**Ключом**», в нем естественным образом совершенствуется способность прислушиваться к голосу собственной интуиции, позитивный опыт сотрудничества с которой достаточно быстро делает его решения безошибочными, а поступки эффективными.

Даже не получив всей возможной полноты пользы от «**Ключа**», за счет развития одной только чуткости к собственным

внутренним состояниям многие могут получить быстрый положительный эффект от **арттехнологии**. Даже не успев освоить все богатые возможности «Ключа», интересующийся **арттехнологии** оказывается в безусловном выигрыше.

Умение опираться на личную интуицию и ориентироваться на тонко осознаваемое предпочтение должны стать постоянными. Тогда жизнь становится гармонично соответствующей целостному потоку общих изменений в индивидуальной жизненной среде, которую следует рассматривать как единый организм включающий человека и его окружение, которые неразрывно связаны друг с другом.

Понимаем ли мы самих себя?

Всегда недостаточно и всегда не слишком полно для того, чтобы чувствовать уверенность в собственных силах и спокойно надеяться на будущее благополучие. Лишь по мере продвижения в занятиях с «Ключом» в ходе развития интроспективных способностей человек начинает все больше и больше понимать движущие причины собственного поведения, особенности своих реакций на людей и событий и действительное свое отношение к самому себе и своей жизни.

Понимание самих себя, со всем своим прошлым и спектрами будущих целей, чем-то напоминает опытное знание ботаника или орнитолога: оно не бывает книжным. Для достижения реальных глубин и действительных масштабов понимания себя нужно регулярно исследовать и изучать, причем в естественных условиях непредсказуемых ситуаций повседневности, т.е. в процессе самоуправления и саморедактирования.

Навыки самопознания синонимичны умению саморегуляции.

Одного без другого не бывает: умеющий собой эффективно управлять неплохо себя знает, и, наоборот, для того, чтобы изучить самого себя в разных условиях, необходимо пройти немалую школу самоуправления.

Главное в искусстве целенаправленной осознанной саморегуляции — тонко разбираться и точно ориентироваться в звучном хоре многочисленных внутренних голосов, каждый из которых отстаивает право определенной потребности на удовлетворение. Для успеха в развитии таких навыков ориентации

необходимо отработать внутренние критерии оценки и разделения этих самых внутренних свидетельств, т.е. выстроить целую систему управления процессом аутокоммуникации.

Нельзя регулировать собственное настроение и поведение, не разобравшись в себе основательно и подробно.

Никакой «достоевщины» и мазохистского самокопания в этом самопознании нет. Компетентный менеджер всегда хорошо знаком с особенностями управляемого им коллектива и существом поставленных перед группой задач, иначе эффективный менеджмент превращается в зычное командование, не имеющее ничего общего с организационным искусством.

Понимание себя сродни любому другому мастерству — для примера можно рассмотреть образ жизни, распределение внимания и времени у профессионального зодчего, орнитолога или хотя бы заядлого рыбака. Чему человек более другого уделяет в своей жизни внимания, времени и сил, с тем он и знаком лучше других, с тем он и обращается более умело и продуктивно, недели другие.

Профессионализм в самоуправлении и самопознании требует и специальных изучений, и особых практических тренировок, и многих лет опыта.

Если ежедневно не заниматься собой как предметом управления, развития и исследования, то ни о каком действительном успехе в самопонимании речи быть не может.

Многие искренно уверены в том, что для успеха в развитии ауторегуляционных навыков достаточно пройти недельные курсы стресс-менеджмента и после раз-два в неделю обращаться к практике осознанного расслабления. Позже, по тем или иным причинам отказываясь от вложения собственного труда и развития личных умений в избранном занятии, они утверждают, что либо тренер был плох, либо предмет никчем.

Те, кто старательно извлекают всю полноту потенциала из возможностей, предоставленных им различными инструкторами, говорят о том, что вся их жизнь организована вокруг саморегуляционных занятий и непрерывного самопознания, из успеха которых вытекают и все остальные выигрыши и достижения. Но пренебрегшие необходимостью обучения самоуправлению их не слышат. Они не имеют успешного опыта со-

знательной работы с собственным организмом. Поэтому смысл слов о ценности саморегуляции им попросту непонятен.

Учиться разумно и грамотно обращаться со своим телом и с собственной психикой — это целая наука, такая же, как медицина, экономика или архитектура. Если в освоении этого Главного Искусства — искусства применения собственных возможностей для достижения своего счастья — человек не преуспевает, то вряд ли что-либо в жизни покажется ему достаточно сладостным и приятным для того, чтобы он мог с полным правом сказать: «Мне действительно целиком и полностью нравится та жизнь, которую я выстраиваю своими собственными руками».

Рецепт предпочтения

Сначала необходимо спокойно и не торопясь сформировать образ необходимого состояния, представить, с какой привычной обстановкой оно ассоциируется, как переживается, с какими условиями или людьми связано. Следует старательно вспомнить все сопутствующие этому состоянию переживания, если это состояние уже имело место. Затем необходимо осознанно подбирать один за другим приятные цвета, не спеша, сличая свою реакцию на них с внутренне переживаемым образом ожидаемого состояния, которого намереваетесь достичь.

После этого нужно подобрать подходящую по темпу и тональности музыку и несколько минут поработать с вновь сформированным паттерном. Очень важно сразу же настроиться на всесторонний анализ достигнутого результата в его сравнении с ожидавшимся. Такое продумывание реакций, параллельное восприятию, должно без спешки организовываться в психике *между* рабочими занятиями с «Ключом», подобно любому другому интуитивному решению, некоторое время *вынашиваемому* в тишине бессознательного.

Через день следует на свежую голову следует вновь приступить к проживанию уже сформированного паттерна с тем, чтобы сличить его влияние с ожидавшимися переживаниями формируемого состояния, каковое к настоящему моменту уже будет осознано и прочувствовано гораздо глубже, чем вчера. Это произойдет за счет скрытой подспудной работы подсознания,

продолжающего углублять формулу состояния и продумывать способы его сенсорной генерации, подбирая цвета и музыку.

Результатом окончательной оценки сформированного паттерна должно явиться его тщательное редактирование с тем, чтобы получаемый в процессе редактирования новый результат больше приблизился к тому состоянию, которое Вы хотели получить.

По мере углубления ощущений нового состояния, которое как бы нарастает с каждым днем, и вследствие постепенных пошаговых редакций развиваемого образца мы получаем асимптотически (шаг за шагом) приближающийся к искомому состоянию паттерн, который уже через 3—4 дня обязательно достигнет достаточно высокой степени приближения к искомому переживанию.

Происходит как бы параллельное становление образа желаемого состояния и самого формируемого паттерна вплоть до их пересечения в момент, когда оператор сочтет совпадение достаточным для регулярного использования.

Не стоит лениться над разработкой интересующих Вас состояний, настроений и ролевых образов, определяющих степень готовности к эффективному поведению в тех или иных ситуациях. В силу конституциональной индивидуальности каждого из нас и привычной стереотипности большинства жизненных задач в пределах относительно продолжительных периодов времени, каждому из нас присущ вполне конкретный и не слишком большой «гардероб» ролевых образов и состояний-настроений.

Разумеется, ролевые состояния со временем развиваются, к ним присоединяются новые, а некоторые забываются за ненужностью. Но все же, если тщательно прорабатывать и развивать конкретные ролевые режимы функционирования собственной психики, то их окажется не так уж много (в пределах десятка), зато каждое из них должно быть «сшито по фигуре», чтобы в случае надобности костюмчик «персонажно ориентированного» состояния сидел бы «как влитой».

Так подбираются различные цветомузыкальные композиции, вокруг которых в процессе активной медитации усердно коллекционируется и организуется весь опыт жизненных впечатлений, подходящих к акцентированию и окраске опреде-

денных фигурных ролей. Так по мере надобности шлифуются уже привычные образы себя и по мере возникновения необходимости в освоении новых жизненных областей, связанных с неизвестными ранее ролевыми поведенческими паттернами, осваиваются новые области и регистры самого себя.

Так человек с помощью «Ключа» учится играть на самом себе, подобно музыканту на флейте, с каждым годом осваивая все новые и новые чудесные музыкальные произведения, исполнение которых и делает его жизнь гармоничной, эффективной и прекрасной, т.е. счастливой.

Предпочтения всегда естественны

Все то, что воспринимается сенсорно, неизменно оказывается субъективно достоверным, т.е. допустимым к реализации и возможным к осуществлению. Реальность организма асимметрична.

Асимметрия состояния живых систем определяется необходимостью перехода из худшего в лучшее состояние.

Живая система, являясь неустойчиво неравновесной, по определению оказывается подвижной, текучей, развивающейся. Сам динамический характер поддержания процессов жизнедеятельности указывает на постоянство протекания переходных процессов, непрерывно переводящих целостную живую систему из менее адаптивного в более адаптивное состояние. Адаптация в данном случае рассматривается как процесс самоорганизации целостной системы «организм-окружение».

Организму нравится (и предпочитается в качестве сенсорной или вещественной пищи) все то, что облегчает ему переход из нежелательного состояния в состояние желаемое — более приемлемое, более адаптивное, более комфортное в данных окружающих условиях.

В любой конкретной ситуации предпочитаемое оказывается для живой системы лучшей пищей — и вещественной, и сенсорной.

Ничто не довлеет над выбором, кроме логики спонтанной перемены самого состояния выбирающей живой системы. Логика же эта и спонтанна (непредсказуема, стохастична), и за-

конна (прогнозируема в известных пределах) одновременна, так как всецело подчинена процессам саморазвития системы «организм-среда», движимого силами самоорганизации.

То, что предпочитается, является идеальным подспорьем в деле перехода в более приемлемое состояние.

Наиболее желанным воспринимается то, что предпочитается.

Организм в своих выборах всегда идет на поводу наиболее целесообразных и адаптивно разумных пожеланий, диктуемых не страстями потерявшего равновесие интеллекта, а естественными желаниями тела, проявляющимися в осознаваемых предпочтениях.

Выбор «нравится — не нравится» совершить всегда легко, так как речь идет о биологическом различении того, что вызывает приятное чувство, от того, что такого чувства не вызывает.

Влечение к комфорту и удовольствию оказывается общебиологическим законом, вполне реально транспонируемым в сферу психологических динамик.

Удовлетворение непосредственно связано с потенциалом адаптивности. Организм хочет всего того, что повышает его шансы на выживание, и эти полезные для него состояния и сигналы он воспринимает как естественные, понятные, приятные и желанные, т.е. предпочитаемые всем остальным другим.

Все первичные биоценности легко доступны и общепонятны — вода, солнце, пища, трава, дети, красота, воздух.

Идя на поводу собственных естественных предпочтений, мы неизменно помогаем себе в каждый конкретный момент перейти в более комфортное, более безопасное и более эффективное состояние, в котором нам будет комфортнее развиваться и интереснее жить.

Искусство саморазвития заключено в осознанном содействии спонтанному потоку развития дао собственного организма, а для обучения такому мудрому самопотаканию как раз и необходим «Ключ», помогающий умело управляться с самим собой.

Мудрость предпочтения

Привычно мудрость понимается как нечто сугубо надличностное. В таком отношении к проявлениям истинности в нашей жизни присутствует какое-то ущербное неуважение к собственной исконно человеческой природе.

Вне достижения полной психосоматической интегрированности тело пребывает вне личности, как бы за ее осознаваемые пределы, оппонирует ей, хотя потенциально именно ей оно и принадлежит, так как является ею же. Обе стороны принадлежат одной медали.

Дерзко, мужественно, наотмашь довериться спонтанности самого себя — это действительно страшно для тех, кто воспитан репрессивной культурой в полном неуважении к собственной глубинной мудрости. Однако иного пути к достижению полноты интегрированности попросту не существует!

Необходимо инициатически решиться довериться собственной глубинной мудрости, живущей в самом себе.

Во все времена именно это и называлось дерзким полетом духа. Каждый из нас всегда знает лучший ответ на любой возникающий в его жизни вопрос! Знает, но довериться собственной интуиции не решается, на мудрость не соглашается. Такой опасливый сторонник полумер никогда не удосуживается счастливой свободной жизни смелых решений — жизни в потоке собственной глубинной мудрости.

«Ключ» в процессе обучения определению личных предпочтений помогает научиться доверию собственным внутренним голосам.

Никто кроме нас самих не стоит у нас на пути. Только мы сами и мешаем себе развиваться в направлении, рассматриваемом нами как наиболее предпочтительное.

Техника жизни действительно проста — дай себе жить! Позволь душе проявить все свои желания и стремления! удовлетвори все свои истинные потребности и обрести счастье полноты удовлетворенности!

Вот и выходит, что наиболее мудрым на деле оказывается наиболее аутоцентричный, т.е. более всего доверяющий самому себе человек. Для нас, взращенных в атмосфере привычного

недоверия собственному глубинному, не так уж это и просто — предоставить всему возможность течь и развиваться своим естественным путем, — всему, не исключая и нас самих.

Как приятное сделать полезным?

Когда Зигмунд Фрейд противопоставил принцип реальности и принцип удовольствия друг другу и провозгласил, что их антагонизм неизбывен и вечен, многие искренно загрустили, поверив, что так то и обстоит на самом деле. Оказалось же, что противопоставление приятного и полезного связано лишь с незрелостью самопонимания и является наследием уходящего в прошлое репрессивного этапа исторического развития вида *Homo sapiens*.

До сих пор все приятное последовательно окружается ореолом недоверия и подозрительности — и для окружающих, и для самих испытывающих удовлетворение и переживающих наслаждение. Однако исследования психофизиологов, культурологов и социологов показывают, что без освобождения от исторически отработавшего свой срок табу на естественные удовольствия и всевозможные людские радости люди не смогут успешно эволюционировать в Информационную эпоху.

Именно удовольствия являются биологическими маркерами успешности интегрированного развития. Именно наслаждение является высшей наградой за верно организованное адаптивное действие, чего бы оно ни касалось и как бы окружающие к нему ни относились. Роль боли, вины, стыда, наказания и принуждения оказалась не такой всеобщей, какой ее хотели бы видеть сторонники всевозможных ограничений и самоподавления.

Оказалось, что искусству доверять самим себе нам всем еще только предстоит учиться. Искусство же это неразрывно связано с самопониманием, с возможностью эффективно раскрывать собственный творческий потенциал и, как ни странно, с переживанием удовольствий.

*Целесообразность и удовлетворение биологически связаны.
Их связь генетически запрограммирована в каждом из нас.*

Удовольствия существуют не сами по себе, но свидетельствуют о продвижении жизненного процесса в верном направле-

нии и о законности новых достижений и успехов именно в том виде, который нравится больше других.

Разумеется, так принцип законности предпочтения формулируется лишь в наиболее абстрактном, отвлеченном виде. Но закон этот всеобщ для живой природы, а значит ему подчиняются и люди как часть этой природы.

Большинство психоэмоциональных проблем, которыми буквально переполнены невротики самых различных типов и психиатрических специализаций, вредят нам биологически. Человек по природе своей — существо мыслящее, но не сексуально озабоченное; существо свободное, но не теряющее направленность собственного развития; существо сопротивляющееся давлению извне, но не становящееся в силу этого профессиональным убийцей или закоренелым детоненавистником. Все эти невротические эпидемии последних десятилетий чуть не погубили все человечество, которое уже овладело силами, вполне достаточными для того, чтобы разрушить вместе с собой земную биосферу.

Открывается эпоха удовольствий! Удовольствий осмысленных, законно понимаемых в контексте творческого саморазвития — удовольствий как движущих сил самого развития. Любая новая версия психопрограммного обеспечения собственной деятельности обязана быть биологически комфортной.

Возможно, в ближайшем будущем людям придется внимательно изучить наследие даосских мудрецов, особенно ту часть их концептуального и психотехнического наследия, которая касается представлений о поточности бытия и естественности перемен.

Все в нас должно нам нравится — или целенаправленно изменяться при появлении признаков биологического дискомфорта.

Удовлетворенность собой и ощущение особой внутренней гармонии вскоре окажутся первейшими критериями профессиональной состоятельности человека. Удовольствие должно испытываться от самого себя, как фоновое переживание текущей повседневной жизни. Если эта простейшая радость нарушает-

ся — необходимо переходить к режиму восстановления внутреннего баланса и отыскания причин его нарушения.

Секрет удовольствий как движителя гармоничного развития заключается в его предельной простоте. Никто не удивляется тому, что беременные женщины поедают мед, нуждаясь в поступлении кальция в их организм. Они не в состоянии дать себе в том рациональный отчет. Им просто «хочется» соленья или горького, сладкого или кислого.

Примерно то же происходит и с восприятием цвета. Многоклеточный организм человека эволюционно древнее больших полушарий головного мозга, исторически появившихся сравнительно недавно. Иногда предпочтения и вкусы определяются процессами, идущими в столь глубоких пластах мозговой системы, что как-либо рационально осознать причины этих предпочтений невозможно. Сформулировать причины невозможно, но осознать факт приятности, реальность самого предпочтения сможет любой, даже не обремененный дипломами о получении образования.

Удовольствие — критерий индивидуальной приемлемости, текущей уместности и функциональной необходимости для достижения требуемого организмом нового состояния, перейти в которое он стремится.

Помимо своей биологической целесообразности удовольствие ценно и само по себе как феномен расцвета человеческой чувственности, самодостаточной и прекрасной в себе. Так что реальность и удовольствие не только совместимы и могут уживаться друг с другом, но и связаны одна с другой самым непосредственным образом и друг от друга зависят побольше, чем сиамские близнецы.

Как это прекрасно — двигаться по пути возрастания полезности, имея при этом дело именно с тем, что приятно! Как замечательно, что удовольствие не просто разрешается или даже санкционируется культурой, но и поддерживается ею как движущая сила развития талантов.

Уже вскоре человечество примется директивно предписывать: «Человек! Для того, чтобы ты смог оказаться действительно полезным для общества, тебе должно быть очень хорошо. Ты просто обязан получать побольше удовольствий, чтобы успеш-

но возвращать и развивать собственные таланты, которыми ты ценен для других».

Несокрушимая сила предпочтения

В каждый данный момент наше внутреннее состояние целиком и полностью определяется тем, что и насколько нам нравится (из внешних ощущений, представлений и даже мыслей), и что нам не нравится и даже отторгается как нежелательное.

Предпочтение — это некая внутренняя правда биосистемы, какая-то собственная истинность организма.

Живое усердно стремится к тому, что ему необходимо, и старательно избегает того, что излишне или даже вредно для него. **Предпочтения** и отвержения целиком определяются текущим состоянием живой системы, а также ее привычными состояниями, определяющими индивидуальные склонности.

Не выяснив структуры индивидуальных предпочтений и не учтя их в составлении рецепта влияния, невозможно гармонично соотнести какое бы то ни было воздействие с исходным функциональным состоянием испытывающего управляющее влияние организма.

Если организм получает именно то, что рассматривается им как **предпочтительное**, то все, сопряженное во времени с этим приятным состоянием полного внутреннего комфорта, будет восприниматься как верное, полезное и необходимое. Проще говоря, мы чаще соглашаемся, когда нас гладят по головке, чем когда нас обижают и ругают.

Предприниматели и политики недаром любят решать важные вопросы в бане или за богатым застольем. Оно и понятно — разомлевший от уюта и неги партнер наверняка будет склонен к уступчивости и не отважится на открытый конфликт с тем, кто предоставил ему нечто, безусловно, приятное и радующее. То же действительно и на собственно физиологическом уровне: сопровождаемые нейродинамически приятными анимациями **сублиминально** воспроизводимые тексты самоприказов прекрасно усваиваются человеком в качестве руководства к действию, так как подсознательное доверие к ним колоссально возрастает и они проникают в психику безо всякого той сопротивления.

Использование первобиологического принципа **предпочтения** полезного и лежит в основе обеспечения высокой эффективности **самопрограммирования** с помощью одного из разделов «Ключа». Если какому-то **самоприказу** предпосылается безусловно нравящееся ощущение (цветовое и музыкальное), мозг склонен воспринимать текст **самоприказа** как совершенно обязательный к исполнению, так как он проникает в недра психики, минуя любые барьеры, цензуры, защиты, сопротивления и фильтры.

Занимающийся с «Ключом» самостоятельно организует сенсорные потоки окружения с помощью **психопроцессора**, тем самым делая формируемые самоприказами установки гарантированно стойкими.

Общебиологический принцип **предпочтения** как нравящегося, полезного и удовлетворяющего, а потому вызывающего доверие, лежит в основе **арттехнологии «Ключ»**, что делает ее эффективным инструментом **самовлияния** и незаменимым средством редактирования собственных управляющих **психопрограмм**.

Такой способ **самопрограммирования** оказывается наиболее простым, самым легким и совершенно безвредным, да к тому же и максимально эффективным. Ведь сопротивляться содержанию влиянию, сопряженному с восхитительно приятными ощущениями, просто нет никакой возможности. Сопротивления как формы защиты и не требуется. Ведь тексты и формулы **самоприказов** формирует сам занимающийся, а потому он первый искренно заинтересован в их усвоении и исполнении.

Целебное чудо предпочтения

Живое отличается тем, что ему всегда чего-нибудь хочется, причем каждый момент нужно что-то свое, особенное, своеобразное, соответствующее особенностям этого самого момента. Потребности, выражающие стремление живого к саморазвитию, формируют те или иные **предпочтения**: из массы различных веществ или сигналов живое выбирает именно то, что ему нужнее всего в настоящий момент.

Это предпочитаемое, обусловленное текущими потребностями, рассматривается как нравящееся. Оно отмечено пережи-

ванием приятного и приносящего удовольствие потому, что его восприятие и усвоение способствует разрешению внутреннего напряжения, связанного со стремлением живой системы перестроиться и перейти из исходного состояния в некое другое, более необходимое в настоящий момент.

Предпочтения, определяемые потребностями, связаны с необходимостью текущей перестройки организма в соответствии с требованиями изменившихся условий окружения. Непрестанно изменяется среда — изменяется вслед за нею и сам организм, который должен ей во всем соответствовать. Отсюда — необходимость в непрестанном получении предпочитаемых, т.е. соответствующих особенностям текущей перестройки, материалов и энергий.

После соответствующей подпитки «нравящимся» усиливаются естественные процессы самоорганизации, на осуществление которых тратятся известные силы.

Получается, что само по себе предоставление организму того, что им предпочитается, что ему нравится, что рассматривается им как необходимое, поддерживает естественные процессы организационной перестройки, а значит, оказывается по сути своей целебным.

Исцеление можно понимать как процесс направленной перестройки организма, приводящий к более гармоничному состоянию системы, более полно соответствующей условиям окружающей среды. Для содействия оздоровлению, реализуемому внутренними силами самоорганизации живого, необходимо определять, что рассматривается как **предпочитаемое**, и точно отмерять запрашиваемого воздействия столько, сколько будет нужно.

И то, и другое определять несложно: «что?» — всегда нравящееся, рассматриваемое как приятное, как приносящее удовольствие, а «сколько?» — до тех пор, пока не наступит насыщения, пока не перестанет нравиться.

Извечное правило истинной профилактики любых заболеваний и катастроф — вовремя предоставлять живому то, что ему нравится, и насыщать им до тех пор, пока оно продолжает предпочитаться.

Одни приоритеты сменяются другими, одни состояния уступают место другим. Но общий принцип — «предоставлять **предпочитаемое!**» — остается неизменным, ибо он естественен для содействия саморазвитию живого. Так формулируется генеральная стратегия поддержки любого гармоничного развития — «Организм сам выбирает необходимые для него влияния».

*Процесс питания нравящимся непрерывен и вечен,
как и сама жизнь.*

Конечно, живая система может и самостоятельно разыскать то, что ей необходимо для осуществления удачной перестройки. Но как много сил и времени можно сэкономить, если с помощью «**Ключа**» за считанные минуты создать организованный сенсорный поток впечатлений, воспринимаемый организмом человека как каскад удовлетворяющих наслаждений, содействующий всем целительным переменам в организме! «**Ключ**» — это ускоритель полезных перемен.

Чем отличается правое от левого?

Нередко «где» означает «какое». Диагноз отвечает на вопрос «что», а лечение всегда формулируется в ответ на «как». Из «чего» легко перейти в «какое желается». Такова реальная логика развития жизни.

Все эти странные биолингвистические формулы на деле физиологически обоснованы. Наша **биполушарная** мозговая активность специфически проявляется в различном отношении к предметам, лицам и процессам, протекающим в различных зрительных и слуховых полях — правом и левом.

Психологически в зрительном поле (и аналогично — в слуховом) различаются три типа смысловой ориентации:

- *центральное — периферическое,*
- *верхнее — нижнее и*
- *левое — правое.*

Физиология внимания эволюционно организована центростремительно. Отсюда — многозначительность фокусированного и маловажность периферийного.

Краниокаудальный градиент (снижение организованности, сложности и дифференциации тканей в направлении от головы к хвосту), отчасти проявляющийся в различии переднего и заднего в нашем собственном теле, говорит об относительной бессознательности, недифференцированности и глубинности всего нижнего и высокой дифференцированности, доступности для осознаваемости и поверхностности всего верхнего.

Наконец, биполушарная активность головного мозга определяет различие правой и левой половин тела и соответствующую им психоэмоциональную разделенность обеих зрительных картин — левой и правой.

В интегральном итоге целостной оценки наблюдаемой картины действительности удивительным образом совмещаются все три типа ориентации психологического пространства восприятия. Получается, что самое бессознательное — имеющее отношение к прошлому, скрытое, неуправляемое, второстепенное, своевольное, темное и неуступчивое — находится сзади, внизу, слева и на периферии. В то же время наиболее осознаваемое — настоящее, явное, послушное воле, управляемое, светлое и покладистое — спереди, сверху, справа и в центре. Справа же вверху располагается «все лучшее в будущем», слева вверху «все удавшееся в прошлом» и т.д. и т.п.

Располагая наше «что» на фоне «какое» в его актуальном «где» (определяя его «как» из «чего» в виде «желательное к преодолению») и обозначая «что» желается через «как» в его новом трансформированном «где», мы кодируем программу самотрансформации.

После мы предъявляем мозгу эту программу (вместе с сопровождающим текстовым и голосовым вербальным фоном) с тем, чтобы мозг зафиксировал и принял к исполнению как обязательную новую алгоритмическую запись обращения с процессами в рассматриваемой области интересов.

Ввиду биологической определенности смысловой нагрузки различных областей перцепторного пространства мозг воспринимает правильно сформированные кодирующие программы самоприказов как подлежащие абсолютному усвоению и беспрекословному выполнению. Так совершается осознанное управление развитием установок и целевое программирование собственной психики.

Цель как причина поступка

Причина и цель всегда находятся за пределами самого происходящего во времени действия. Они как бы выносятся за скобки реальных событий, рассматриваясь, тем не менее, как принадлежащие самому этому событию, но в его состав не входящие.

Семя и плод всегда располагаются за пределами самого дерева. Они связывают его с предыдущими и с последующими деревьями, похожими и аналогичными, но все же другими, тем самым, отграничивая кванты проявления дерева как сущности. Так и действие выделено собственной причиной и завершено достижением цели его произведения.

*Именно причиной и целью действие выделяется
как автономная единица активности,
склеиваясь с другими активностями,
сменяющими друг друга в вечном потоке жизни.*

Причина и цель цементируют связи серий поступков. Причина и цель связывают поступки в целостные стратегии. Иерархия причин и целей создает организм стратегии, клетками которого выступают отдельные поведенческие акты.

*Понимание причин и целей собственной деятельности есть
первейшее условие возможности управления
собственным развитием.*

Поступки ориентированы как на внешние, так и на внутренние цели, по достижении которых совершается преобразование самого субъекта действия. Без понимания целей и причин осознанное управление остается недостижимым, ибо понимание есть видение целей и причин в более широком слаженном контексте более масштабных картин описания действительности.

Цель и причина одно: они составляют смысл поступков, т.е. то, как соотносятся поступок со стратегией как целым. Без причины и цели поступок превращается в хаотичную активность, бессмысленную и неорганизованную. Он повисает в тумане бессмысленности, оказываясь ненужным.

Бессознательность поступка еще не делает его бесцельным и беспричинным, как то происходит с автоматической активностью. Но действие без понимания цели и причин все же го-

ИНТЕГРАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ ЛИДЕРА

Фиолетовый	Понимание смысла жизни, интерес ко всему и всем, видение контекста Универсума.	ГЛОБАЛЬНОСТЬ СТРАТЕГИИ
Синий	Глубокая успокоенность, фундаментальная несокрушимость, опора на уверенность в себе.	ИНТЕГРИРОВАННОСТЬ
Голубой	Осознанное самоуправление, понимание ценности творчества, знание связи творчества и свободы.	ПОЛНОТА СВОБОДЫ
Зеленый	Интерес к индивидуальностям, уважение к неповторимости, склонность к заключению союзов.	ДАР ПАРТНЕРСТВА
Желтый	Изобретательность, новаторство, исследовательский дар, развитый интеллект.	УМЕНИЕ ОБУЧАТЬСЯ
Оранжевый	Устремленность к успеху, энергетизм инициативы, ориентация на результаты.	ВИДЕНИЕ ЦЕЛИ
Красный	Здоровье, иммунитет, жизнеспособность и привлекающее обаяние.	СИЛА ДЕЙСТВИЯ

раздо ближе к хаосу и аморфности, чем действие с осознанным пониманием контекста.

Мотивация — это самопричинение действия целью, определяемой равнодействующей потребностей интегрального организма.

Мотивация определяется спонтанно возникающими потребностями, однако может конструироваться сознанием вполне самоактивно, таким образом, оказываясь началом самопричинных поступков, направленных на созидание осознанно желаемой действительности выстраиваемого грядущего.

Раз человек является самопричинным существом, то всестороннее удовлетворение его собственных потребностей, достижение актуальных для него целей и причинение ему всяческого разнообразного благополучия и является конечной целью любых действий.

Все обобщения, ведущие к определению зависимости человека от благополучия сообщества, которые ложатся в основу представлений о его служебности целому, о его функциональности в контексте массовых общностей, по сути дела есть иллюзия разума.

Человек принципиально самоценен.

Человек исходно самопричинен.

Человек есть средоточие решений и источник всех проблем.

Даже Творец имеет дело не со всеми вместе, но именно с каждым из нас. Даже Церковь есть соборное объединение автономных в своей свободе личностей, но никак не самодовлеющее целое, интересы которого заведомо превыше дела спасения души отдельного индивидуума.

Вот и получается, что смысл любой человеческой деятельности состоит в выполнении максимы «Чтобы тебе было хорошо!».

Ориентиром в развитии и отдельных людей, и человечества в целом является стремление к достижению максимального благополучия каждого за счет выигрышей всех вместе и сразу.

СПЕКТР АРТИСТИЧЕСКОЙ ОДАРЕННОСТИ

Фиолетовый	Сопричастность архетипическому образу роли, мистическое слияние с разумом персонажа, способность к тотальному отождествлению.
Синий	Уверенность в достаточности глубинных ресурсов, ощущение ведущей игру внутренней силы, дар интуитивной виртуозности реагирования.
Голубой	Раскованность, непринужденность, понимание естественной жизни персонажа, легкость, прозрачность переживаний, чудо баловства.
Зеленый	Умение сосредоточенно становиться иным, актуализация опыта собственной биографии, интерес к игре как испытанию мастерства.
Желтый	Исследование логики поведения персонажа, понимание хитросплетений мотивации героя, неподдельный интерес к душевным мирам.
Оранжевый	Способность воодушевляться и экстазировать, умение управлять собственными мотивами, власть над своим внешним поведением.
Красный	Энергетическая выносливость, умение переносить энергобури открытий, способность мобилизовывать душевные и телесные силы для воплощения образа.

Потребности человека самодостаточны как проявления его природы. Интересы естественны как данности жизнедеятельности существа. Чем более сгармонизировано, согласовано и сбалансировано человечество как система, тем лучше в его контексте развиваться каждому из людей. Только так становится возможным естественное выполнение генеральной цели Создателя —

«Чтобы всем было хорошо!»

Не толкаться, а двигаться к цели

Представьте себе толпу людей, идущих к выходу. Поведение каждого разумного человека довольно специфично: он не сопротивляется общему движению к выходу, продвигается в желаемом им направлении, но как бы не особенно бьется волною о камень, если встречает сопротивление. Он не тратит сил и времени на продвижение, не спешит и не опаздывает.

*«Не плыви против течения. Не плыви по течению.
Плыви туда, куда тебе нужно».*

Толкотня всегда лишь отнимает ценные силы — не только в метро, но и в потоках будничных дел. Продвижение к цели не может совершаться без учета всего происходящего вокруг. Как ни странно, для живых систем, оптимальной траекторией достижения желательного состояния (или попадания в нужное место) является перемещение (функциональное или пространственное) по линии наименьшего сопротивления. Заметьте, что речь идет все же о продвижении, а не о сугубо пассивной подвластности бушующему потоку самых различных влияний. Живая система все же продолжает стремиться, однако «поспешает медленно», подобно тому как орлы используют попутные течения и воздушные потоки, не прилагая сил для перемещения.

Само по себе удержание образа желанной цели уже оказывается тем необходимым магнитом, который привлекает лучшие возможности в помощь реализации задуманного результата. Это аналогично физиологическому феномену доминанты: возбужденный сосредоточением на удовлетворении первейшей потребности участок мозга, словно магнит, притягивает энер-

гии из окружающих областей коры больших полушарий, тем самым, становясь достаточно сильным для того, чтобы после разрядиться в соответствующем поведении

Удержание сосредоточенного внимания на поставленной цели притягивает в поле внимания человека все силы, фигуры и процессы, способствующие его достижению желаемого результата.

Классическим примером разумно-пассивного поведения такого рода является стратегия саморегуляции в выполнении дыхательных упражнений по системе цигун. Само по себе осознанное объединение внимания и плавного дыхания интегрирует все телесные и психические процессы воедино, оказываясь магнитом, вокруг которого собираются в живую целостность все элементы и силы организма, тем самым совершая удивительное чудо исцеления.

Силовая борьба с самим собой, с собственными стереотипами и невольными стремлениями неизменно отнимает и силы, и время, и связанные с ними возможности. Психика же успешно интегрируется с телом и окружающими ресурсами именно в процессе осознанного видения желаемого результата. Все организуются как бы само собой вокруг картины его желанного достижения.

Действие законов самоорганизации (благодаря пространственно-полевым интеграционным механизмам) распространяется и на психическое целое, и на телесный организм, и на все окружающее, также являющееся целостной системой.

Главное — сосредоточиться на избранной картине достигнутой цели и сделать несколько первых шагов, после все пойдет веселее и веселее, словно по накатанной.

Каждый новый удачно сделанный шаг будет прибавлять новые силы. Каждое следующее удачное решение будет раскрывать все новые и новые ресурсы. Психопроцессор «Ключ» поможет совершить самые трудные — первые! — шаги, помогает преодолеть барьер собственной инертности, преодолеть преграду новизны, за которой само собой открывается поле чудесных исследований.

«Ключ» за счет сенсорной поддержки помогает сделать первые шаги навстречу желаемому состоянию, и далее каждый раз сохранять в «Галерее состояний» прекрасные психофизические результаты достигнутых удач и успехов.

Древние китайцы говорили: «Путь длиной в тысячу ли начинается с первого шага». Как раз этот первый шаг «Ключ» и помогает сделать легко, красочно и радостно — остальное сотворит сама логика действия сил самоорганизации. Далее останется только думать, как получше пробраться к следующему достижению, вместо того, чтобы сетовать на собственную пассивность и отчаиваться по поводу личной неопытности.

*Стремительно продвигающийся лучшими путями
всегда остается незаметным среди других —
до тех пор, пока не оказывается впереди всех.*

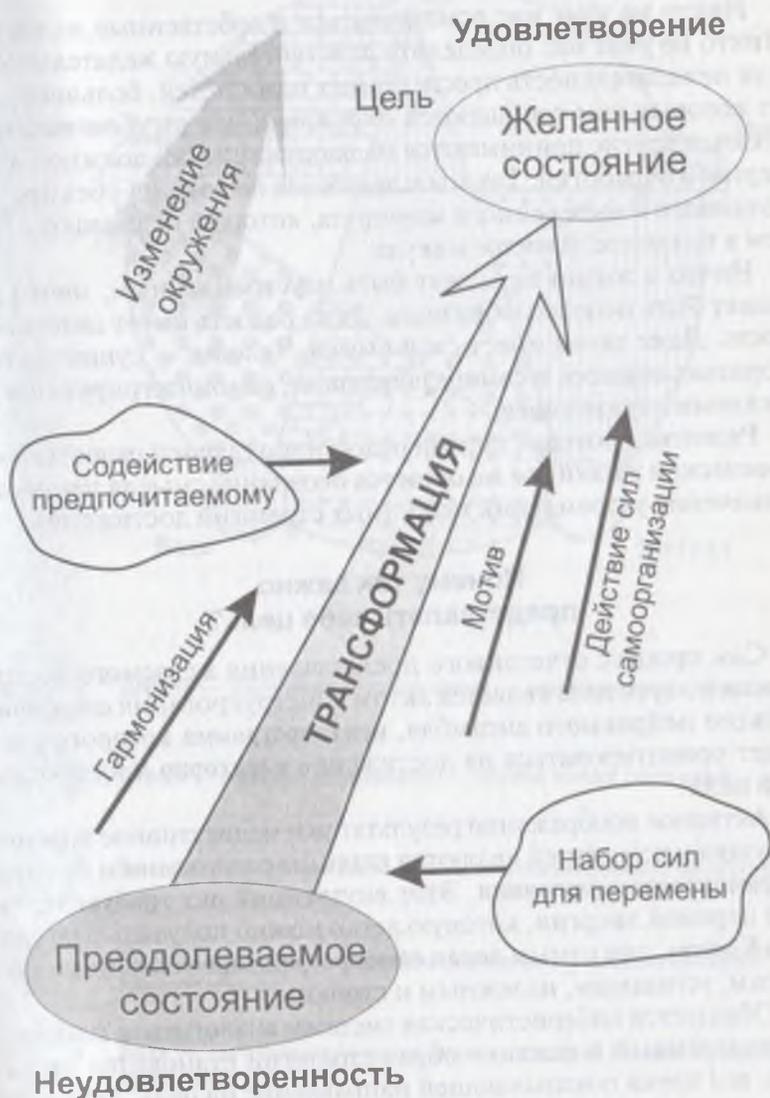
Осознайте желаемые цели!

Самое страшное из всего возможного в человеческой жизни — механической сон на ходу, продолжающийся из года в год незаметно для спящего. При этом исчезает сама ткань жизни, растворяется тот поток ощущений, который и делает абстрактное существование живого организма жизнью человеческого существа. В таком положении самым ценным оказывается сознание всего происходящего, свободное чувственное и ментальное проникновение в любой интересующий нас акт собственного бытия и возможность сознательно управлять всем делаемым, переживаемым и воспринимаемым.

Насколько человек осознает собственное развитие, насколько он сознательно движется по путям своей биографии туда, куда ему самому хочется и так, как он сам того желает, настолько он человек.

Только механический робот не понимает смысла целей, организующих его собственную активность. Сознательный человек встроен в окружающий мир всеми своими осознаваемыми чувствованиями и сознательными осмыслениями. Психологическая пассивность, конформно принимаемая в качестве должной, позволяет большинству из нас отказываться от главного труда — труда самопонимания, но без него нет и самой жизни.

ДИНАМИЧЕСКАЯ АССИМЕТРИЯ ОРГАНИЗМА



Мы стремимся познать и уяснить все на свете, кроме самих себя как предмета исследования. Самопонимание же сводится к выполнению сказочно простой и в то же время волшебной сложной операции — понять, куда же мы все-таки движемся и чего мы сами все-таки хотим?

Никто не учит нас всматриваться в собственные желания. Никто не учит нас определять действительную желательность или нежелательность преследуемых нами целей, большинство из которых нам сообщаются окружающими сугубо механически, а другие принимаются на вооружение без должной экспертной обработки. Так мы и движемся по жизни — без проработанного и выверенного маршрута, который оказывается путем в туманное, блеклое никуда.

Ничто в жизни не может быть неустрашенным, ничто не может быть нецелесообразным. Даже радость имеет свою ценность. Даже танец имеет свой смысл. Человек — существо саморазвивающееся и саморазвивающее, самоинтегрирующееся и самоинтегрирующее.

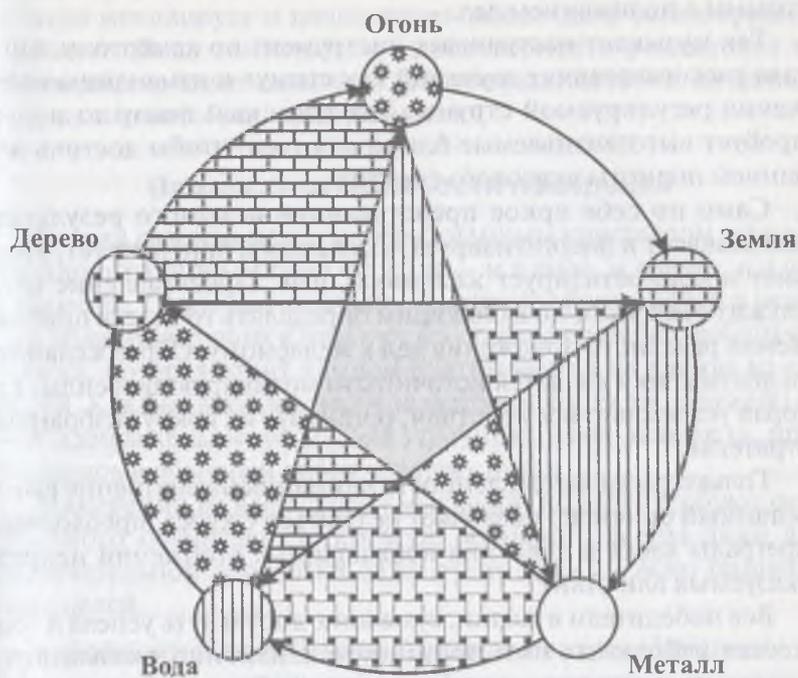
Развитие проходит путями радости, но главной радостью человеческой жизни все же остается осознание смысла ценности и значения устремлений целостных стратегий достижения.

Почему так важно представлять себе цель?

Сам процесс отчетливого представления желаемого достижения по сути дела является актом конструирования специфического нейронного ансамбля, **психопрограмма** которого сама будет ориентироваться на достижение **идеаторно** проработанной цели.

Активное воображение результатов и медитативное видение ведущих к нему путей являются главным содержанием процесса **самопрограммирования**. Этот внутренний акт требует немалой нервной энергии, которую легко можно получить благодаря «Ключу», тем самым делая **самопрограммирование** более глубоким, успешным, надежным и стойким.

Образуется кибернетическая система, аналогичная компасу: запечатленный в психике образ стратегии становится стрелкой, все время показывающей направление на цель; любое отклонение от курса, избранного в виде принятой психопрограм-



Дерево — растущее разрастается — освоение ярких образов



Огонь — горящее вспыхивает — образы новых состояний



Земля — питающее дает жизнь — стимулирование инсайтинга



Металл — чистое помогает изменяться — инсталлирование психопрограмм



Вода — холодное стремится вниз — освоение возможностного состояния

мы, легко корректируется до восстановления указаний программы с положением дел.

Так музыкант настраивает инструмент по камертону, ощущая рассогласование звучаний как стимул к изменению натяжения регулируемой струны. Так классный повар то и дело пробует выгатавливаемые блюда для того, чтобы достичь желанной полноты вкусового спектра.

Само по себе яркое представление искомого результата вдохновляет и энергетизирует, указывает и ориентирует, уточняет и конкретизирует желанную цель. Представление цели служит эталоном, позволяющим определять точность приближения реального положения дел к желаемому. Образ желанного достижения является источником мотивирующей силы, которая устремляет все действия, организуя их вокруг избранной стратегии.

Только такая направленность внимания на внутренне выработанный ориентир позволяет не сбиться с курса, преодолевая преграды хаоса и давления неожиданных вторжений непредсказуемых влияний.

Все победители в жизни, сумевшие достигнуть успеха и торжества избранных ими принципов неизменно оказываются лучшими архитекторами своих целей. Все профессионалы, удачные предприниматели и эффективные политики обладают отчетливым видением того, к чему они устремляются всем своим существом.

Цель притягивает к себе все творимое и мыслимое, но для этого ее магнит должен быть сформирован усердно, тщательно и отчетливо. Само по себе представление уже достигнутой победы вселяет уверенность в ее реальной осуществимости.

Опыты на студентах-живописцах продемонстрировали, как отождествление с великими мастерами кисти, достигаемое в глубоком гипнозе, помогало студентам расковывать инициативность и облегчало танец кистей в их руках, что они неожиданно для себя и своих наставников вдруг начинали живописать качественно лучше, чем просто ощущая себя самим собой.

Успех должен быть осознанно усмотрен изнутри, тогда он становится психологически очевидным, субъективно достовер-

ным, внутренне реальным. Реальность же всегда неизменно мощно мотивирует и вдохновляет любое даже самое трудное действие. Ведь сомневаться в достоверности реальности не приходится, даже если эта действительность не внешняя, а лишь психическая, медитативная.

Важность отчетливости намерений

Велика разница между необработанным кристаллом и филигранно ограненным бриллиантом — и в виде, и в цене, и в достоинстве. Смутные, нечеткие, туманные образы целей и неясное видение ведущих к ним путей — главная ошибка любого человека, которая стоит камнем преткновения на любом из его путей. Как бы ни была красочна фотография, если предметы на ней изображены нечетко, она утрачивает свою ценность, превращаясь в обычный набор цветных пятен.

Намерения во всей своей смысловой полноте требуют осознанного оформления, которое возможно всегда даже для окончательной доработки даже очень ярких и ясно различимых целей.

Любой успех первоначально алхимически закладывается в постановках внутреннего театра.

Первоначально необходимо тщательно отрепетировать успешное достижение в собственном воображении, прежде чем станет возможным приступить к конкретным внешним действиям. Развивать внутренний театр сосредоточенного намерения проще всего с «Ключом», который помогает направленно энергетизировать любые предполагаемые проблемы и напитывать мозг энергиями решимости и оптимизма.

Предприниматели — это художники больших прорисованных картин масштабных намерений. Дар живописания собственных ожиданий присущ каждому человеку от рождения, но как и всякая иная способность должен развиваться и совершенствоваться неустанно в процессе разрешения текущих проблем жизни. Оценивший по достоинству могущество проработанных **идеаторных** проектов поселяет внутри собственной души особенную самодвижущую силу, которая неустанно трудится над расписыванием предполагаемых возможностей и проработкой деталей будущих достижений.

Подобно тому, как на корабле впередсмотрящий первым видит и вражеские корабли, и желанную землю, так и развитое воображение помогает заранее предусмотреть все возможные осложнения и благоприятствования, делая нашу работу более эффективной, уверенной и успешной.

Недаром говорится — «Кто предупрежден, тот вооружен». Каждый обязан предупреждать, прежде всего, себя самого как раз за счет развития способности ясно и четко очерчивать и прописывать собственные планы. Для успеха в этом «Ключ» просто незаменим!

*Ясно сформулированное и отчетливо увиденное
внутренним взором намерение представляет для мозга
императивную психопрограмму.*

После формирования образа-психопрограммы останется только время от времени сверять результаты самонаблюдения с прогнозными ожиданиями и доверять интуиции живущего внутри нас живого проекта результата.

С помощью «Ключа» легко и просто отточить, отшлифовать и прояснить любое намерение, любой новый проект, всевозможные предполагаемые варианты действий и образцы реагирования.

Благодаря своему активно действующему воображению, человек как бы приподнимается над театром творческих действий, оказывается способен видеть дальше, полнее и яснее, что делает его продвижение к задуманному более успешным, результативным и радостным.

Организм как идеальный эксперт

С развитием культуры и становлением информационной цивилизации оказалось, что доверие к самому себе есть величайшее из этических правил, невыполнение которого неизбежно приводит к нравственному падению в любой иной области жизни.

Мы постоянно доверяем окружающим — то родителям, то сверстникам, то педагогам, то руководителям, то экспертам, — забывая о том, что все они находятся вне центра нашего собственного жизненного мира, т.е. созерцают нас и влияют на нас как бы со стороны, извне, из-за пределов нашей личной

субъективности. Даже зная об этом, мы все же предпочитаем доверять их ограниченным суждениям о нас, опасаясь раскрепостить собственное глубинное самопонимание, благодаря которому одному только и можно обнаружить источник мудрости в самих себе.

Само по себе наше центральное положение в личностном жизненном мире свидетельствует о том, что лучшего судьи, лучшего арбитра, лучшего оценщика наших собственных состояний, каковыми являемся мы сами, найти попросту невозможно.

Как и любая иная живая система, движимая силами самоорганизации по пути собственного развития, наш организм обладает исконной мудростью, устремляясь к комфорту, счастью и равновесию. В отличие от других живых организмов, человек обладает даром сознания собственных **предпочтений** и способностью к произвольному управлению своими решениям и поступками. Наше руководство самими собой оказывается эффективнее, тоньше и обоснованнее любых сторонних руководств, разумеется, если оно правильно используется и освоено достаточно полно.

Мы все время забываем о том, что мы сами и есть наш же собственный организм, и наоборот — наш организм является нами самими. Получается, что все то, что хорошо, приятно и красиво для нас, должно нравиться и предпочитаться нашим же собственным организмом.

Тонким интуитивистам известно, что если прислушиваться к собственным телесным ощущениям, то они непременно в трудные минуты сложных выборов неописуемо точно свидетельствуют в пользу правильности тех или иных вариантов и направлений. У кого-то при сосредоточении на правильном ответе возникает особое давящее чувство во лбу. Кто-то осваивает ощущение правильности через легкий прохладный поток из глаз, а кому-то голос истины семафорит мягкими сокращениями диафрагмы.

Идеалы живут не вовне — идеалы живут внутри нас самих, и нам следует просто научиться их слушать, слышать и понимать. Освоение приемов «физиологической интуиции» — только начало прекрасного пути к прояснению потока откровений.

Работа с «**Ключом**» энергетизирует нашу способность сосредотачиваться на интересующих нас темах и состояниях, симво-

лизируемых теми или иными экранными образами **психопроцессора**, что научает нас находиться в сенсорном пространстве экрана, одновременно погружаясь в собственные пространства ощущений.

Идеальный эксперт — не только много знающий, т.е. умеющий воспользоваться имеющимся опытом, и не только много думающий, т.е. способный предметно анализировать имеющиеся массивы данных с тем, чтобы получать логически непротиворечивые выводы из имеющихся исходных посылок.

*Идеальный эксперт — тот, кто еще умеет тонко
чувствовать голоса собственной интуиции, проявляющиеся
то тут, то там в его собственном теле.*

Так с нами беседует и «откровенничает» синтетическое чувство истинности, поддерживаемое правополушарной мозговой активностью. Плодотворное усиление функциональной активности этого полушария и осуществляется за счет работы с «Ключом».

Тело подвластно желаниям

Известная суфийская притча повествует о том, как друзья помогли злоумышленнику выбраться из темницы с помощью тоненького волоска, которым обвязали таракана. Привлеченный запахом хлебных крошек, таракан отправился вверх по крепостной стене к зарешеченному окну тюремной камеры, потащив за собой волосок, к которому была привязана ниточка. Ниточка, в свою очередь, была соединена с прочной ниткой, а та — с крепкой веревкой, благодаря которой преступнику и удалось освободиться из плена.

Что-то похожее происходит в процессе ведения современного бизнеса. Сначала по каналам Интернета с использованием электронной почты партнеры обмениваются своими соображениями и приходят к некоему устраивающему обе стороны деловому согласию. После этого по проводам бегут факсы со всеми необходимыми документами. Затем эшелоны через континенты перевозят грузы, о перемещении которых люди договорились в процессе переговоров.

Сначала — перемещение чего-то совершенно эфемерного, после — движение чего-то уже более осязательного, и наконец —

циркуляция плотных потоков и могучих энергий, слагающих плоть процесса жизни.

Желание метафорически представляет собой некую важную весть, отправляемую телом психике с тем, чтобы она подыскала приемлемые способы его удовлетворения.

Желание представляет собой актуализацию одной из важных потребностей целостного организма.

Нет смысла дожидаться катастрофического нарушения жизнедеятельности, которое набатом болезни оповещает о серьезных поломках в механизмах регуляции, связанных с хроническим неудовлетворением определенных потребностей. Гораздо приятнее и спокойнее удовлетворять возникающие надобности своевременно и по возможности в полноте, не позволяя им перерасти в неотвратимо нарастающие сигналы внутреннего неблагополучия.

Любые потребности представляют собой биологические необходимости, поэтому без их удовлетворения ни о каком гармоничном развитии и успешной адаптации к обстановке речи быть не может. Поэтому человек должен регулярно прислушиваться к своему собственному организму, проявляя особенно чуткое внимание к тонкому шепоту пожеланий и намекам **предпочтений**.

Каждое желание должно быть понято как текущее проявление особенностей природы организма. Оно по сути своей представляет собой проявление спонтанной динамики саморазвития организма как целостного психосоматического единства. Все без исключения желания являются главным материалом для творческой работы над собственным совершенствованием, так как все желания являются ориентирами естественного творческого развития организма.

Последовательно проявляемое уважение к желаниям оказывается истинно экологичным и по способу проявления, и по достигаемым результатам.

Если потребности организма удовлетворяются своевременно и в полноте, это создает прочную основу для содержательного сотрудничества человека с его собственным организмом. Такое отношение к собственным пожеланиям способствует разрыванию деятельности сил самоорганизации, следствием

чего оказываются и частые радости, и всестороннее здоровье, и высокая творческая продуктивность.

*Искусство здоровой жизни состоит в реализации
возвышенной философии взаимоуважительного
партнерства с собственным организмом.*

Научившись гармоничной дипломатии с самим собой, вряд ли кому-нибудь придет в голову устраивать линчевания или войны в то время, когда существует множество способов разрешения любых складывающихся трудностей, проблем и противоречий несиловым — интеллектуальным! творческим! естественным! — путем.

Суть философии партнерства с самим собой и с представленными в многоярусных структурах живого организма вселенскими силами сводится к одному: к признанию права каждого своего желания на удовлетворение. Для этого и приходится осознанно отказываться от сопротивления, которое само по себе лишь усиливает напряжение, ничего по сути дела не решая, и провоцирует разрушения и подавления. При ближайшем рассмотрении оказывается, что сопротивление не в состоянии содействовать, сопутствовать и способствовать.

Философия партнерства с самим собой дружелюбна, мудра и синергийна, а потому только за таким образом мышления, за такой основой отношения к себе и к миру — конструктивное будущее.

Компьютерный эликсир

Образ Эликсира является фигурой архетипа Спасителя — архетипа полезного, целительного и жизнедательного. Благодаря арттехнологическому психопроцессору «Ключ» компьютерный монитор превращается в своего рода волшебную палитру, с помощью которой каждый получает возможность раскрашивать собственную жизнь, как только ему вздумается.

«Ключ» вряд ли заслуживает того, чтобы без особой на то надобности ежедневно посвящать ему целые часы, как о том говорят многие из не имевших опыта работы с ним. «Ключ» — сугубо практическое устройство, позволяющее каждому более эффективно и успешно решать насущные проблемы его собственного развития.

Можно заделаться коллекционером отмычек и пуститься во все тяжкие в изучение собственных скрытых способностей с помощью **арттехнологии**. Но все же куда интереснее и полезнее понимать «Ключ» как ключ к самому себе, а себя воспринимать как Хозяина в доме собственной жизни.

Хозяину не нужны отмычки, ломки и фомки — у Хозяина есть собственный ключ!

Без нашей чувствительности, ответственности и опытности «Ключ» остается бездействующим предметом. Наша творческая энергия, наша личная заинтересованность в лучшей жизни его животворит и раскрашивает. Каждый имеет полное право самостоятельно изобретать подходящие лично для него способы употребления возможностей «Ключа». Критерием достоверности получаемых знаний себе и эффективности совершаемой с «Ключом» работы может являться только одно — реальные успехи, получаемые результаты и сопровождающие творческие победы радость ощущения свободы.

Очень полезно обмениваться опытом применения **арттехнологии** через Интернет, обсуждать те или иные паттерны с друзьями, интересоваться тем, как идут дела у других пользователей **психопроцессора**. Время от времени следует пробовать новые рецепты состояний, но при этом не забывать наращивать потенциалы наиболее важных, естественных, знакомых ролевых фигур, которые благодаря регулярному к ним обращению и использованию становятся магнитными для собирания впечатлений и энергии.

Общего для всех рецепта нет — каждый уникален по-своему.

Ваш «Ключ» — это только Ваш и именно Ваш «Ключ».

Все Ваши собственные опытные накопления регуляционных волновых паттернов и образцов галереи состояний являются такими же личными достижениями, как собственными руками построенный дом, такими же личными переживаниями, как семейный фотоальбом и такими же родственными Вам вещами, как собственная память и собственный организм.

«Ключ» является своего рода тренажером развития определенных образов самого себя, инструментом эффективного самосовершенствования, катализатором интегрального личностного роста, который не просто стимулируется и испытывается,

но осознанно организуется и проектируется с тем, чтобы после реализовываться в точном соответствии с индивидуальными пожеланиями.

Сенсорные психотехнические игры

«Ключ» помогает сотворить в себе все то, что захочешь понять и принять в себе самом, кем захочешь быть и согласишься стать.

«Ключ» дарит радость питающего — полезного и целительного! — удовольствия. Он позволяет ускоренно и гармонично взрастить семена сокрытых в наших собственных недрах сверхспособностей. Он помогает оптимально разрешить любую проблему жизни.

«Ключ» предоставляет возможность обновить, усовершенствовать и отредактировать любую установку, лежащую в основе процессов восприятия или поведенческих стереотипов. Наконец, с помощью «Ключа» можно направленно сформировать новые образы творческой практики, к примеру, организовать изучение собственных сновидений или спланировать программу коррекции эмоционального отношения с тем или иным персонам из ближайшего окружения.

«Ключ» не только помогает успешно и уверенно преодолевать любые неприятности. Он предоставляет нам возможность получения особенного опыта, который некоторые именуют мистическим, другие — глубинным, а третьи — целостным.

«Ключ» позволяет каждому без помощи со стороны и других вспомогательных средств раскрыть всю глубину собственного творческого потенциала и фактически стать тем, кем только самому захочется стать.

Главная проблема, возникающая при использовании «Ключа» — это проблема желаний, проблема стремлений, проблема потенциала внутреннего роста.

Человек должен согласиться на развитие, разрешить себе достижения, перестать бояться неожиданностей на пути улучшения собственной жизни и оставить в стороне десятки других страхов и тревог, укорененных в пустых привычных негативных стереотипах боязни и капитуляции.

Только мы сами в силах отказать себе в совершенствовании жизни. Только мы сами в силах сотворить свою жизнь такой, какой нам захочется ее прожить. Это очень важно понять — никто на свете кроме самого человека за него его жизнь не выбирает, — и выбрать в принципе не может.

*Художество собственного бытия —
правило нашего существования.*

И если не понять эту самопричинность, если отказаться от этой естественно присущей каждому свободы, если не пожелать ею воспользоваться в угоду привычным лени и апатии, принимаемых за покой и безопасность, то никакой «Ключ» помочь не в силах.

Чудо «Ключа» реально существует: оно заключается в том, что когда организм человека начинает напитываться красотой и гармонией в душе просыпается к деятельности, что-то неумиряющее, высвобождается что-то не принадлежащее этому миру.

*К собственному удивлению человек пробуждается
для творческой жизни, становясь таким,
каким он прежде себя не знал.*

Для того, чтобы эту Первокосмическую Силу Красоты привести в действие, необходимо просто терпеливо изо дня в день заниматься приятными упражнениями с использованием «Ключа».

Дар творческих сомнений

Лучшие решения развиваются под напряжением неудовлетворенности имеющимися ответами. Сомнение — это состояние беременности выбором. Сомнение — это предошущение лучшего выхода.

Сомнение — это настроение экспертизы того, что еще недавно казалось безошибочным и саморазумеющимся. Продление сомнения есть боязнь принятия на себя ответственности. Выбор же разрешается сопоставлением представлений возможных последствий избираемых вариантов развития.

Искусство осознанного управления развитием на деле оказывается занятием не таким уж сложным. Просто нужно научиться сомневаться в имеющемся представлении о ситуации,

овладеть искусством формулировать обстоятельства выбора, обучиться представлению последствий решения и развить в себе смелость принимать уже рассмотренные решения как руководства к действию. При этом очень важен личный опыт поведения в ситуациях выбора. Формально все кажется простым и легким. Но чем важнее принимаемо решение, тем труднее его принимать.

Отсутствие сомнений поддерживает узость видения, слабость воображения предполагаемых возможностей и нечувствительность к создавшемуся несовершенству. Только через разрешение себе сомневаться достигается свобода определения дальнейшего направления развития, открывающая доступ к новым силам и свежим возможностям.

В осознанном совершении личного выбора человек истинно свободен и действительно автономен.

Сомнение — начало творческого поиска возможных перемен. Пока не принимаешься искать, не находишь. Но никто не принимается искать прежде допущения в сознание сомнений. Так что сомнение — истинное начало обновления и совершенствования.

Сознательность отношения проявляется именно в сомнении. Воистину благодатны соблазны сомнения, только лишь укрепляющие нашу глубинную уверенность в правильности избранного нами пути.

Доверие собственной мудрости

Нас долго, систематически и вдохновенно, с пафосом и рвением, заслуживающими куда более конструктивного применения, приучали доверять не себе, т.е. не доверять себе. Нам подолгу объясняли, что подлинный источник истины и достоверности находится где-то вовне, — неизвестно, где именно, но уж во всяком случае не в нас самих.

Понятие мудрости с образом самих себя в нашем сознании никогда не связывалось. Вряд ли «мудрость» и «я сам» вообще когда-либо стояли рядом.

Оказывается, не только нашему чудесному человеческому организму, но и любой букашке, инфузории и даже вирусу присуща способность к самоорганизации и саморазвитию. Имен-

но самоорганизация вкупе с самообучением и саморазвитием и составляют смысловое поле обиходного понятия «мудрость».

Мудр тот, кто в любой ситуации находит лучший выход.

Мудр тот, кто извлекает наибольшую пользу из любого урока. Мудр тот, кто умеет учиться не только на своих собственных ошибках, но и на реальных и предполагаемых просчетах всех остальных. Одним словом, мудр кто угодно, но только не я сам.

Тысячелетиями мудрые книги сообщали всем тем, кто оказывался способен воспринимать их послания, обратные сегодняшним истины: глубочайшая, величайшая, высочайшая мудрость как раз находится внутри нас самих, приходит к нам только изнутри и нигде вовне найдена быть в принципе не может.

Озарение, понимание, интуиция, предпочтение, наитие, открытие, изобретение, проникновение в суть, предчувствие оптимального. Все это — внутренние термины, обозначающие не какие-то внешние объекты, а наши собственные состояния.

Мудрость как категория насквозь психологична.

Внешней мудрость попросту не бывает, а потому каждое человеческое существо по причине общего сродства всех представителей вида человек разумный вправе рассчитывать на обладание мудростью в достатке, если не реализованной, то хотя бы потенциально присутствующей, а значит могущей быть раскрытой и проявленной.

Свет истины синонимичен адекватности понимания рисунку конкретной ситуации, с которой резонирует человек и которая неким таинственным образом посредством наведения токов интуиции сама подсказывает лучший шаг дальнейшего саморазвития, т.е. своего развития, включая и самого человека.

Нет нужды мистифицировать истину и возводить ее в ранг запредельной мечты: она присутствует рядом и здесь, если только не спотыкаться на каждом шагу, пытаясь применить абстрактные правила к тончайше своеобразным текущим реальным ситуациям.

Каждому хочется доверять именно себе, и в этом естественном влечении сокрыта истина о нашей глубинной мудрости, присущей всем нам от рождения. Разумеется, ее еще нет — и в то же время она уже есть. Она присутствует, но ею нельзя воспользоваться, так как она еще не открыта, не реализована.

Но все же она есть, и одно это «уже есть» внушает надежду, укрепляющую нас на пути исследования путей раскрытия собственной творческой состоятельности.

Нас просто отучили доверять самим себе. Вот мы и боимся предоставить себе первым право высказываться по любому поводу. Нас запугали, нам пригрозили. Нам действительно угрожали (открытым текстом или намеками интонаций) отлучить от окружающих, если мы не будем послушно придерживаться того, что нам говорят, а не того, что мы сами воспринимаем как достоверное.

Вернуть доверие себе непросто, но совершенно необходимо.

Очень трудно вернуть доверие себе среди тех, кто напрочь забыл о собственных глубинных источниках счастья, мудрости и силы. Но, как ни странно, именно среди такого окружения жизненно важно открыть в себе мудрость. Для этого нужны и мужество, и решимость.

Что для этого нужно делать? Просто день за днем, шаг за шагом спрашивать себя, углубляясь во все более целостное согласие с самим собой и радуясь тому, что с каждым днем новые встречи с собой становятся все интереснее и приятнее.

Где полнота доверия — там и расцвет внутренних ресурсов.

Доверие себе — царский путь творческого саморазвития.

Доверие себе надежно и эффективно, выгодно и приятно. Просто нужно понять, что Творец еще при нашем рождении заложил в нас самих все необходимое для счастливой жизни, к примеру, средства установления диалога с Ним, в каком-то время от времени действительно возникает настоятельная необходимость.

В таком доверии самому себе нет ни малейшей горделивости или самовозвеличивания. Доверие к себе — это и уважение к Создателю, и интерес к сокрытому в собственных глубинах, и здоровое восприятие всего того, что мы еще не до конца изучили для того, чтобы выносить о некоем недопонятом предмете ограничивающее или принижающее его оценочное суждение.

Изучать причины любого поведения

Для того, чтобы профессионально управлять автомобилем, следует хорошенько изучить правила дорожного движения

и приобрести опыт вождения на автомагистралях. Для того, чтобы назначать эффективное лечение, врач обязан досконально разбираться в процессах, разворачивающихся в недрах организма заболевшего человека, а также хорошо ориентироваться в современной фармакологии.

*Для того, чтобы успешно управлять самим собой
и осознанно выстраивать собственную жизнь,
необходимо научиться понимать причины
собственного поведения.*

В любом своем поведении, если оно только не дезорганизовано патологическим процессом, человек исходит из собственных потребностей. Их он стремится удовлетворить, достигая определяемых как желаемые цели и действуя в строгом соответствии с исповедуемыми ценностями и картиной мира, принимаемой в качестве истинной. Следовательно, для понимания поведения необходимо предметно разобраться в том, чего человек хочет, к чему он стремится, чем руководствуется, на какие выигрыши и преимущества в достижении целей рассчитывает, и что вообще все это ему может дать?

Управлять собственным поведением разумнее всего посредством структуризации и уяснения всей иерархии собственных глубинных установок, понимаемых как автоматические готовности к определенным действиям и привычные ожидания наиболее вероятных результатов собственной активности.

Конечной целью сознательного управления поведением является глубоко гармоничное согласование собственного поведения и целостной системы ценностей, приведения в соответствие самоидентичности как интегрального видения себя и всей совокупности внешних проявлений и внутренних переживаний.

Очень важно усердно изучать самого себя и выявлять внутренние ресурсы и затруднения до того, как придется справляться с неожиданно возникшим кризисом. Опыт человечества свидетельствует о том, что все сокровенное и глубокое в человеке, как и в растении, как и в животном, стремится обнаружиться, проявиться, развиться, реализоваться и утвердиться.

Все то, что происходит с человеком, является ничем иным как материалом его собственного личностного роста, расцветом его внутренних потенций или отголосками каких-то давних

событий, результаты которых созрели и просятся наружу, на свет, стремясь к своему завершению во встрече с сознанием.

Нет ничего важнее, ценнее и прекраснее, чем пребывать в согласии с собой и понимать все свои индивидуальные устремления, сколь бы неожиданными, странными и противоречивыми порой они ни казались. Человек и вправе, и обязан делать именно то, что он хочет делать, ибо такое развитие наиболее естественно для него.

Однако на этом пути ему не удастся избежать необходимости согласования своей активности с мнениями и поведением других. Для управления собой как раз и требуются: изучение себя, понимание движущих сил своего поведения и видение спектра возможных альтернатив, использование которых позволило бы придти к желаемым целям без обязательности внешних конфликтов.

Главным преимуществом осознанно развивающегося человека является возможность выбирать модель поведения и изменять ситуации в соответствии с собственными целевыми стратегиями.

Если он чего-то действительно хочет достичь при том, что окружающие (или сама ситуация) настроены против этого и ему не хотелось бы будоражить, чтобы не создавать для себя же лишних проблем, всегда можно развернуть ход процесса таким образом и использовать такие варианты развития дел, что в итоге и личные цели будут успешно достигнуты, и окружающие будут убеждены в том, что все произошло в точном соответствии с их пожеланиями. Это как раз та самая ситуация, когда «если нельзя, но очень хочется, то можно».

Чем сознательнее и изобретательнее человек, тем скорее и эффективнее он достигнет желаемых результатов в полной гармонии с окружающими, что и явится истинным признаком его мастерства жизни.

Восприятие как творческий труд

Мало кто осознает, что знакомый нам мир является только видимостью, результатом частичного восприятия мозгом человека всей массы внешних сигналов, т.е. крайне ограниченным описанием действительного (внешнего, объективного, реального) мира.

Даже элементарный акт восприятия является плодом усилий и требует затрат времени и энергии, так как для его осуществления в действие приводится сложный механизм неосознаваемого комбинирования всевозможных реакций клеток организма. Внешние сигналы ввиду их колоссальной многочисленности и подавляющего разнообразия повергаются столь многочисленным и разнообразным трансформациям, что поневоле приходишь в изумление: сколь мала связь нашего внутреннего мира с Реальностью.

Значительная часть Действительности остается вовсе недоступной для нашего восприятия. Взять хотя бы инфразвуковые волны и ультрафиолетовое излучение, не регистрируемые человеческим сознанием, но, тем не менее, оказывающие на организм определенное, а порой даже очень сильное воздействие.

*Невоспринимаемое буквально пронизывает мир,
существуя в самой непосредственной близости
от человека, но никак с ним не пересекаясь.*

Все те многочисленные сигналы, которые не согласуются с выстраиваемыми нашей психикой образами восприятия, безжалостно этой самой психикой и отсеиваются. Иначе поддерживать существование организма попросту невозможно. Даже восприятие одного фотона световой энергии нейронами сетчатки глаза требует организации сложнейшего нейрохимического процесса, на осуществление которого идет энергия, намного превосходящая энергию самого воспринимаемого кванта.

Чтобы сократить энергозатраты на восприятие «ненужного» и «излишнего» (или рассматриваемое как таковое), организм вынужден автоматически фильтровать потоки ощущений, воспринимая лишь наиболее приемлемые (с его оценочной позиции упреждающего прогнозного предварения образа).

Вот почему так полезно воспринимать именно то, что нами самим **предпочитается**. Ведь фактически организм дает нам познать самим переживанием «приятности» определенных сенсорных сигналов то, что они в данный момент действительно необходимы ему для восстановления энергетического равновесия и проведения необходимой упорядочивающей и организующей регуляционной работы, благодаря которой мы остаемся ♦ и неспособными и развивающимися.

Драгоценность душевного равновесия

Всякому мыслителю известно, что интеллект оказывается максимально эффективным при высокой чистоте переживаний. Когда внутри разразилась эмоциональная буря, мало кому захочется играть в шахматы, а главное — вряд ли что-либо путное получится. Бальным танцам интеллекта не место на военном ристалище противоборствующих страстей и мятущихся чувств.

Осознанное (методически выверенное, последовательно поддерживаемое) сохранение покоя может рассматриваться как законное охранение ресурса оптимальных решений, как адаптивное поддержание главного ресурса эффективности, а значит и самой возможности победы и обретения свободы.

Чем спокойнее человек, тем он внутренне богаче, ибо лишь при установлении штиля на поверхности озера сознания могут быть рассмотрены таящиеся в его глубинах красоты и сокровища.

Искусство целенаправленного установления и осознанного поддержания покоя невозможно передавать насильно, но ему можно уравновешенно и с заинтересованностью научиться. Не следует путать этого высоко сознательный покой с туманным безразличием мутной дремы или неясными колыханиями разума на границе полусознательности.

Истинный покой заключается не в тупости и безразличии, но в полноте осознания собственной беспредельной свободы, проявляющейся в выборах и решениях.

Осознанное памятование о собственной свободности внешне банально, но внутренне сокрушительно могущественно для одоления любых препятствий и напастей. Правда, мало кто удосуживается поддерживать в самом себе такое состояние, мало кто понимает его действительную ценность. В этом понимании — ключ к любому успеху!

Именно понимание покоя как валюты, за которую можно приобрести любой успех, понимание свободы как факта собственной осознанности, понимание равновесия как готовности к принятию ответственных решений и являются наиболее последовательно игнорируемыми ключами к обретению счастья. Точнее, к рождению состояния счастья, ибо счастье как дитя

свободы всегда рождается изнутри — и лишь затем переизлучается и распространяется вовне.

Только в покое пробуждаются дремлющие в наших собственных глубинах силы и возможности. Только в покое начинает звучать голос глубинной мудрости, подобно тому, как главное очарование музыкального звучания становится слышимым именно в паузах. Научиться брать паузы в собственной жизнедеятельности и поддерживать фоновое состояние умиротворенной осознанности — важнейшие составляющие Великого Секрета Счастливой Жизни.

Управление чудесным исцелением

Исцеление — процесс глубоко таинственный в своей совершенной спонтанности. Вряд ли можно говорить об управлении исцелением. Можно лишь рассчитывать на возможность активного содействия процессу самоисцеления, главные силы которого сокрыты в недрах самого исцеляющегося организма и подвластны лишь законам самоорганизации.

Если нас интересует прежде всего и именно результат, т.е. излечение конкретного человека и оказание ему эффективной помощи, то, помимо общих правил оказания содействия самоорганизующим процессам, нам дополнительно ничего и знать-то не имеет смысла.

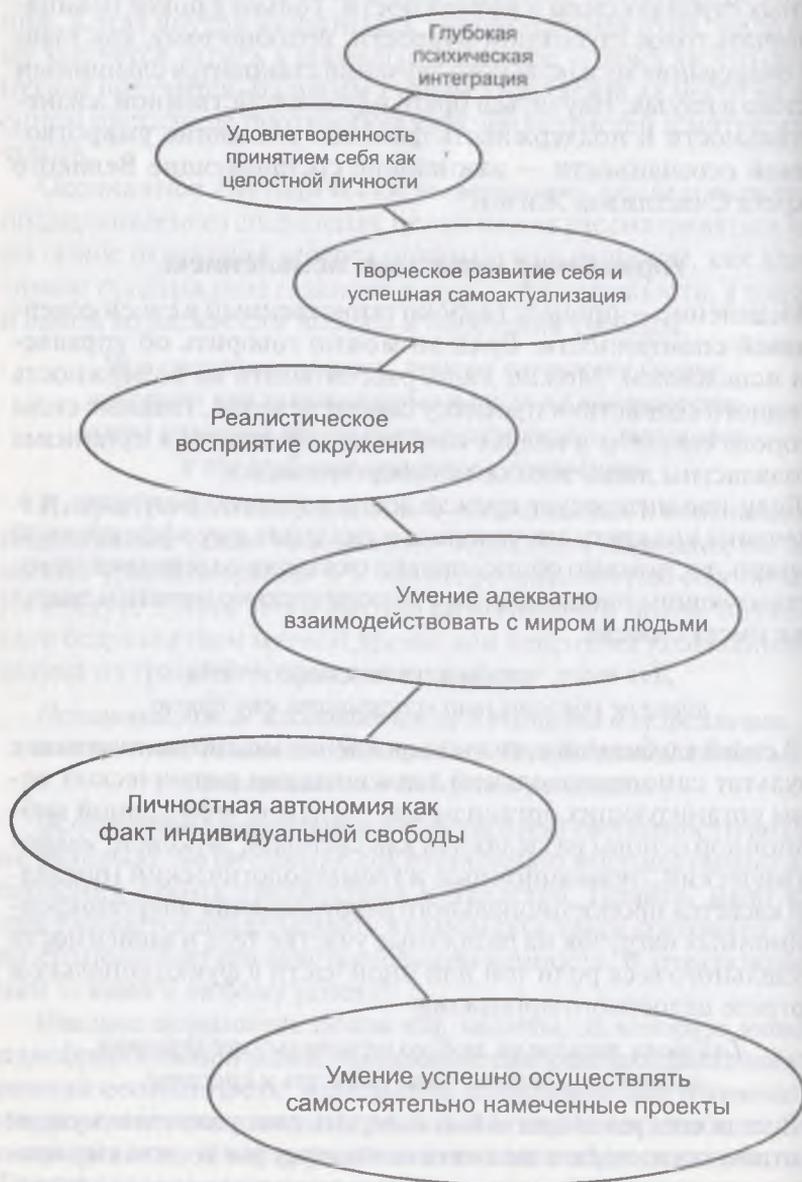
*Для того, чтобы изучить меню лебеда,
вовсе не обязательно вспарывать ему брюхо.*

В своей глубинной сути выздоровление можно понимать как результат самопроизвольной гармонизации ритмической основы организующих организм сил. Аспекты этой единой вибрационной основы разделяются как световой, звуковой, макро-ритмический, пульсационный и геометрологический (последний касается пропорционального распределения энергоинформационных нагрузок на различные участки тела в зависимости от удельного веса роли той или иной части в функциональном портрете целостного организма.

*Тайными энергиями любого целительского действия
являются удовольствие, радость и красота.*

Всегда следует старательно доверять саморазвитию мудрой спонтанности, предоставляя исцеляемому все то, что ему нравится, что приводит его в радостное умонастроение, что вызы-

РАДУГА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ



**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И НЕЙРОХИМИЧЕСКИЕ ВЫИГРЫШИ,
ДОСТИГАЕМЫЕ БЛАГОДАРЯ ВРЕДНЫМ ПРИВЫЧКАМ
(переедание, курение, алкоголизм)**

Проявление личной независимости, упрямое настаивание на своем, игнорирование внешних принуждений.

Стимуляция эмоционального состояния, испытывание прилива сил и вдохновения, ощущение себя дееспособным.

Мобилизация интереса к действительности, ощущение контроля над происходящим, гармоничное самовосприятие, уверенность.

Вхождение в группу себе подобных, привычная самоидентификация, стабильность микросоциального окружения.

Облегчение последствий дистресса, ощущения свободы переживаний, избегание груза собственной сексуальности.

Релаксация, успокоение, транквилизация, ощущение безмятежности, очарование собой, чувство безопасности, защищенность.

Облегчение скуки, связь с привычным, облачение в привычный образ себя, верность собственному разумению.

вает энтузиазм. Удовлетворенность и воспринимается как прекрасное. Получается своего рода сопровождение потока собственного дао организма — этакое «управление без управления».

Ничего удивительного в содействии мудрой спонтанности нет. Лишь человек века машин необоснованно считает, что без оператора автомат трудиться сам не сможет. Даже пользователи компьютеров знают, сколь часто машина выходит на нужный режим работы сама, особенно если ей не сильно в том препятствовать. Лошадь сама знает, как ей вернуться домой, даже если возница беспробудно спит. Как говорил сатирик М.М.Жванецкий: «Не учи меня танцевать! Ты просто отойди в сторону и не мешай мне. Просто посмотри на меня со стороны — у меня ноги сами в пляс пойдут».

Очень важно понимать центральную особенность живого: логика процессов самоорганизации, которой следует организм путями саморазвития, сокрыта в сокровенных недрах самой динамической структуры живого и высвобождается при прекращении внешней репрессии. Предоставьте организму то, что его радует и удовлетворяет — и включение сил самоорганизации сотворит неслыханное чудо с удивительным ансамблем клеток, которым самим хочется стать здоровыми и которые лучше всех вместе взятых ученых знают, каким именно путем их достичь желаемого состояния.

Глава девятая

«ЭТИКА ЗАБОТЫ О СЕБЕ»

Почему нужно серьезно заботиться о себе?

Сокращение затрат на регулярное профилактическое обследование железнодорожных магистралей неизбежно увеличивает число катастроф.

Судьба всех творений человеческих, не поддерживаемых осознанным охранением, едина: они ветшают, разрушаются и исчезают, погребенные под валами хаоса.

Единственная возможность поддержания жизни во всем том, что создано упорядоченным и целесообразным, — это регулярный уход, своевременное восстановление и системная профилактика возможных деформаций, чтобы отдельные ошибки исправлялись достаточно быстро, не успевая породить лавину вызывающих друг друга разрушений.

Все изменяется, все преобразуется, и вне участия творческого сознания оно изменяется далеко не в лучшую сторону.

Процессы спонтанных изменений приводят к отдельным малым недоразумениям, небольшим повреждениям и мелким ошибкам, накопление которых становится опасным, если они своевременно не преодолеваются и не корректируются. Такая практика осознанного противодействия нарастанию хаоса: единственным оружием в преодолении всепоглощающего беспорядка является осознанное охранение того, что признается ценным, восстановление и защита, профилактика и целенаправленное развитие в противостоянии хаосу.

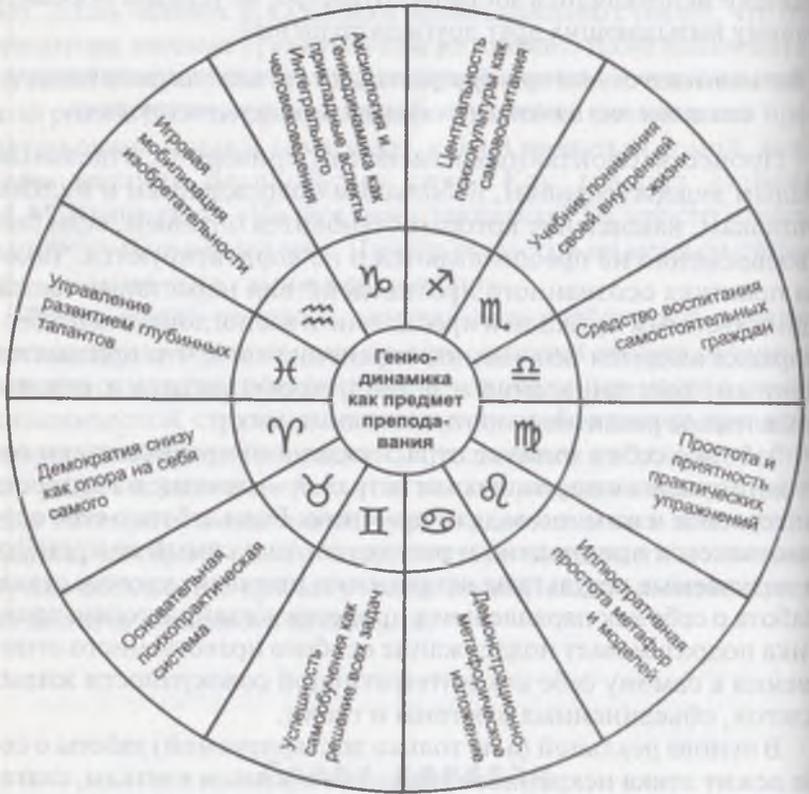
Забота о себе в отличие от вынужденной профилактики состояния железнодорожных магистралей — занятие на редкость интересное и во многом даже приятное. Если забота о себе осуществляется продуманно и регулярно, то и самый ее процесс, и получаемые результаты непременно приносят удовольствие. Забота о себе как параллельная процессу жизни законная практика подразумевает поддержание особого нравственного отношения к самому себе как интегративной совокупности живых клеток, объединенных в органы и ткани.

В основе реальной (а не только декларируемой) заботы о себе лежит этика искреннего уважения к живым клеткам, слагающим корпорацию организма и предоставляющим самому человеку как целому возможность проявлять дар сознания и развиваться в желаемом направлении.

Забота о себе насквозь пронизана аутокоммуникацией — прекращающимся собеседованием с собственным организмом в целом и его отдельными регионами, областями и элементами.

Основной метафорой заботы о себе, позволяющей развивать действительное уважение к своему телу, является представление о клетках и тканях как о своеобразных субъектах, обладающих аналогами сознания. Такое квазисознание ближе

ГЕНИОДИНАМИКА КАК ПРЕДМЕТ ПРЕПОДАВАНИЯ



примитивной предпсихике комнатных растений или психической деятельности домашних животных. Но все же зачатки психического, как проявления способности к саморегуляции, присутствуют в любой живой клетке, а потому нет ничего удивительного в презумпции дара сознательного у каждой из частей собственного организма.

Именно представление о клетках и их сообществах как о субъектах, обладающих неким потенциалом свободной воли,

СЕМЬ ПРИНЦИПОВ ГЕНИОДИНАМИКИ



с которыми можно договариваться и вести диалоги, позволяют достигать оптимизации взаимодействия различных органов и систем организма путем, чем-то аналогичном миротворческой практике конфликтологов.

Диалоговое самоуправление оказывается наиболее экологичным и не репрессивным, а значит эффективным и нетравматичным.

В заботе о себе необходимо старательно проявлять чуткость и терпение, последовательность и ответственность, изобретательность и такт. Почему к своему организму человек должен относиться менее уважительно, чем к собственным ближним? Почему внешнее насилие никому не нравится, в то время как насилие над процессами собственного организма чуть ли не подразумевается старой практикой саморегуляции? Почему внесение осознанности в процессы регуляции внешних процессов неизменно гармонизирует и оптимизирует их, а внесения сознательности в процесс общения с собственными органами таковой сознательности не подразумевает?

Степень реальной заботы о себе пропорциональна уровню личностной зрелости.

Насколько сам человек состоялся как интегральное психодуховное существо, ответственный творец и творческий деятель, настолько же умело и серьезно он заботится о своем организме. Для примера можно привести характер отношения музыканта, художника или воина к своим инструментам.

Для мастера нет ничего ближе, чем его собственный инструмент.

Однако любой внешний инструмент может быть понят лишь как орудие второго порядка. Главным же инструментом для любого мастера и любого человека является его собственный организм. Поэтому насколько человек мастер, настолько бережен и ответственен он в уходе за своим организмом.

Под заботой о себе не следует понимать одну лишь телесную гигиену и профилактику чисто физических недугов. Ведь главным управляющим органом тела все же остается мозг. Поэтому сознательная забота о гармонизации психики и повышения качества ее функционирования и является центральной в практике заботы о себе.

Чем более человек приблизился к пониманию себя как творца, как мастера, как заботника о мире и красоте, тем серьезнее он оберегает и лелеет дарованный ему инструмент — волшебное чудо тела. И развитие навыков психической саморегуляции, и каждодневная забота о глубинной гармонизации, осуществляемая с помощью «Ключа», и последовательное изучение собственного телесно-психического организма свидетельству-

ют о том, в какой степени человек состоялся, развился, реализовался.

Забота о самом себе ни в коем случае не является простой потерей времени и всегда оказывается многократно выгодной. Забота о себе позволяет не просто продлить срок физического существования на земле, но и качественно усовершенствовать каждый день и час жизни. Забота о себе наполняет человека заслуженным чувством собственного достоинства, которым характерен любой вдумчивый, ответственный и рачительный хозяин, у которого все находится на своих местах, все работает и чувствует себя прекрасно.

В космическом смысле продуманная забота о себе является высшим альтруистическим делом, дружелюбным по отношению ко всем сородичам и всей вселенной. Ведь чем лучше чувствует себя заботящийся о себе человек, тем приятнее, ценнее и полезнее он для окружающих. Благополучный человек радуется, вдохновляет и окрыляет. Он оказывается тем живым примером гармонии и счастья, который безо всяких слов убеждает в действительной целесообразности заботы о себе.

Экология собственного разума

Люди пытаются разрешить глобальные проблемы экологии, не понимая причинных взаимоотношений между собственным психическим миром и внешним окружением. В последнее время в мире развилось движение за глубинную экологию, приверженцы которого утверждают факт неразрывной связанности обоих миров и принципиальную неразрешимость внешних экологических проблем без очищения бессознательного всех без исключения людей.

Глубинно-экологический подход перекликается со словами Сократа: «Человек — повелитель своей собственной внутренней вселенной. И как прекрасно, как ответственно и как сложно законно править собственным внутренним миром, в сравнении с чем любое властвование над внешним государством кажется ничтожным и не заслуживает внимания мудрого».

Человеческая психика перегружена всевозможными отходами культурной эволюции и болезнетворными образованиями, оставшимися в наследство от периодов раннего детства. В отсутствие развитой практики психологической культуры

люди попросту не знают, как избавляться от всевозможных «психических вирусов», как освобождаться от безосновательных тревог, как учиться не бояться собственной некомпетентности, как перестать уповать на иллюзорные ожидания, которые никогда не реализуются именно из-за нашей собственной пассивности.

Исторически сложилось так, что свои основные потребности люди посчитали возможным удовлетворять через внешние фигуры гарантов организации рабочих процессов — педагогов, медиков и психотерапевтов. Педагоги помогают обучаться, медики справляться с заболеваниями, а психотерапевты помогают справиться с душевными проблемами и разгрести душевные завалы непонимания и сомнений.

Однако с нарастанием Информационного Взрыва, который, как выяснилось, уже не прекратится никогда, люди сами должны осваивать и мастерство самообучения, и искусство здравосозидания, и умение самостоятельно разбираться с экологией собственного внутреннего мира.

В Библии сказано: «Отойди от зла — и сотвори благо». Мало отказаться от следования дурным образцам и разрушительным стереотипам. Необходимо еще освоить деятельную приверженность гармоничным примерам и ввести свою жизнь утверждающие основы.

Наведение порядка внутри самого себя — дело затейливое, но совсем не сложное. Хаос всегда сопровождается нарастанием безобразия. Для того, чтобы вносить в душу побольше порядка и организованности, необходимо вытеснять угнездившееся там безобразие за счет усиленного регулярного потребления красоты с помощью «Ключа».

Следует так организовать повседневную практику заботы о себе, чтобы прекрасный цвет и чудесный звук навсегда поселились во внутренних пространствах. Только на примерах ежедневного питания красотой, только в практике каждодневного использования и оттачивая паттернов состояний, собираемых в «Галерее настроений», можно развить вкус — научиться различать дисгармоничное и гармоничное, консонансное и диссонансное, сбалансированное и мятежное.

Особенно важно терпеливо и усердно убираться внутри собственной психики после вынужденного контакта с внешним

хаосом. Это что-то вроде пресловутого «Мойте руки перед едой». Пусть не покажется странным предвидение, согласно которому главными потребителями арттехнологии «Ключа» станут, в первую очередь, все те, кто по долгу службы обязан соприкоснуться с наиболее упорядоченными сторонами жизни людей.

Врачи, полицейские, юристы, менеджеры и торговцы станут первыми приверженцами регулярного использования «Ключа», потому что именно им приходится стоять на переднем крае соприкосновения человеческого космоса и околочеловеческого хаоса. Поэтому именно они как никто другой по достоинству оценят восстанавливающую, укрепляющую и исцеляющую мощь арттехнологии.

Разум следует рассматривать как собственный приусадебный участок, который можно сделать ухоженным и радующим взор, а можно оставить без внимания — и он вскоре окажется болезненно запущенным и полным крысиных гнезд.

Разум — это пространство, которое мы сами наполняем содержанием. Именно мы — и никто другой! — его проветриваем и украшаем, наводим в нем порядок и очищаем от ненужного.

Разум — это кляссер, который сам по себе ничего не содержит, и только мы сами вправе наполнять его ряды теми или иными марками, коллекционируя в самих себе именно то, что нам самим по душе — марки с изображениями маньяком или марки с миниатюрами мировых шедевров живописи.

Сам по себе разум, забота о котором пущена на самотек, окажется такой же пассивной и легко хаотизируемой системой, как и завод, из которого ушли рабочие и стены которого продувают все ветра.

Отказ от заботы о себе просто ведет к уничтожению себя, а не в иллюзорно понимаемой «свободе». Точно так же, как беспечно захламляются почвы, земли и пруды, так и разум может саморазрушаться в отсутствие целенаправленной, вдумчивой и продуманной заботы о его развитии и о смыслах, его наполняющих.

В практической экологии разума, как и во всяком ином конструктивном экологическом проекте, очень важно осуществлять постоянный мониторинг состояний разума как экосистемы. Очень важно понимать, в каком состоянии разум находит-

ся в настоящее время, в какое состояние ему следовало бы перейти и как именно это оптимально осуществить.

Как и всякая иная экологическая программа, забота об экологическом равновесии собственного разума предполагает его регулярное изучение, обеспечение серий регулярно осуществляемых глубоких исследований, активный обмен информацией с коллегами, занимающимися развитием своих экологических разумных систем.

Главным же для успеха в заботе о себе оказывается понимание состояния метасреды, т.е. системы взаимодействий своего разума, каковым является общекультурное, микросоциальное и профессиональное окружение человека. В зависимости от того, насколько это окружение соответствует задачам и целям самого человека, он соответственно должен избирать стратегию сотрудничества с метасистемными влияниями или защиты от них — с тем, чтобы иметь возможность оставаться достаточно автономным для осуществления своей собственной творческой политики.

*Вопросов много — стратегия одна:
чисто не там, где убирают, но там, где не сорят.*

Конечно, полностью предотвратить проникновение в разум разрушительных идей и болезнетворных концептов не представляется возможным, ибо разум — система открытая, а потому проницаемая для самых различных сторонних влияний. Однако обеспечить реализацию своего рода «экологической иммунной программы», которая будет сводиться к своевременному обнаружению чуждых для системы в целом элементов и их целенаправленному удалению за пределы разума — в этом и состоит ответственность развивающегося человека и перед самим собой, и перед другими.

Мы сами ответственны за испытываемые и переживаемые нами состояния. Поэтому на нас и только на нас лежит ответственность за то, что населяет пространство нашей психик, за то, что мы допустили к житию в нас самих и как мы распоряжаемся дарованными нам возможностями гармоничного развития собственной жизни как среды для расцвета всего гармоничного, здравообrazующего и прекрасного.

Отказ от самооправданий

Все живое естественное стремится к гармоничному развитию, ибо поточность является исконной формой существования жизни. Мы совершаем порой множество ошибок, но они подразумеваются непрекращающимся учебным процессом, в качестве какового порой предстает жизнь, и сами по себе дурными не являются. Неверным оказывается наше отношение к ним, когда из-за боязни осуждения или нежелания что-либо изменять в собственной жизни мы вдруг принимаемся яростно оправдывать собственные глупости, тем самым накрепко связывая свое будущее с необходимостью следовать стереотипам, продемонстрировавшим свою неэффективность.

Самооправдания — опаснейшая привычка, так как они лишь прикрывают огрехи от трансформирующего самовлияния и оставляют втуне все то, что должно быть выявлено, обнажено и преобразовано.

Любая ошибка должна динамизировать процесс поиска лучших решений и интенсифицировать процесс обучения более эффективным стратегиям поведения. Самооправдания же останавливают живой процесс развития и замораживают его на уровне конкретных просчетов, которые мы решаем навсегда оставить при себе из-за прихоти оставаться непогрешимым в собственных глазах.

Конечно, открытие врат свободного опыта и смелого экспериментирования неизменно предполагает адекватное масштаб задачи увеличение риска. Конечно, любая исследовательская ситуация полна неопределенности и сопряжена с множеством решений и выборов. Но именно потому в изучении нового и требуется такая кристальная честность: без нее результаты исследований обесцениваются и ничему не удастся обучиться.

Самое дурное самооправдание — это оправдание невозможностей, слабостей и ограничений, которые практически всегда оказываются иллюзорными, т.е. скорее выдуманными, нежели действительными.

Мы всегда многого желаем и многого хотим, что вполне естественно и законно. Но не всегда все получается именно так, как мы сами того хотим — не всегда мы все можем получить це-

ликом или реализовать сразу. Любое достижение требует труда разума и тела. Овладение подразумевает необходимость исследований и тренировок.

Хочется ж всего сразу, а если не получается, то возникает соблазн отказаться от обучения и объяснить провал попытки развития какими-нибудь внешними, т.е. никак от нас не зависящими, причинами. Так рождается самооправдание, останавливающее наше продвижение вперед и ввысь. Так возникает остановка в совершенствовании, которая неизбежно сужает наше жизненное пространство и, рано или поздно, порождает недовольство, озлобление и болезни.

*Самооправдания слабостей и ограничений —
омертвляющий наркотик.*

Никогда нельзя доверять логике оправданий, утверждаемой до реализации великого множества разнообразных попыток достижения желаемого.

*Недостижимого не существует,
неодолимого нет в природе,
не реализуемого быть не может.*

Вообще существованию не пристало объединять какой-либо из своих процессов с частицей «не». Последнее скорее является привилегией невротизированного разума, разуверившегося в собственных силах, после чего он принимается привычно обвинять мир в несовершенствах.

Мы все более всего ценим в других искренность, даже если она не пышет лестью к нам самим. Откровенность ближнего гарантирует некую высшую безопасность. В откровенности проявляется некая глубинная готовность к сотрудничеству. Доверие, лежащее в основе искренности, истинно и драгоценно, а потому с ним как-то всегда спокойнее. Но более всего нам нужна искренность перед самими собой. Искренность эта открывается вполне естественно, как только мы перестаем себя оправдывать.

«Кто хочет достичь, изыскивает средства достижения.

*Кто не желает напрягаться, изыскивает оправдания
невозможности достичь желаемого».*

Просто нужно пытаться, стремиться, пробовать и настаивать на правоте собственных желаний. Раз желание появилось в нашей психике, значит, оно свидетельствует о выявлении некоей стороны нашей глубинной природы, значит, оно как-то должно быть понято, принято и реализовано, ибо в этой реализации мы проявим действительное уважение к собственной природе, а не плоско проигнорируем ее как не заслуживающую внимания и усердия.

Оказывается, проблемы и трудности приятно встречать лицом к лицу. Оказывается, интересно раскапывать причины собственных неудач и, подобно опытному детективу, буквально выслеживать собственные ошибки с тем, чтобы их преодолеть.

Конечно, ученику неприятно узнавать ошибки в тетрадке, проверенной учителем. Но сам процесс обучения, безусловно, ценен и полезен. Любое утруждение есть обещание лучшего. Любое усилие есть внутренняя инвестиция в лучшее завтра. Любое напряжение тренирует человека, готовя его к более высоким достижениям.

Очень важно научиться понимать проблему как отложенное исполнение предназначенного именно для нас, с этой проблемой столкнувшись. Человек вообще в первую очередь измеряется масштабом стоящих перед ним проблем. Это не те проблемы, о которых говорят. Это те проблемы, которые усердно решают, несмотря на мнение тех, кто из лени и из страха сетует на их неразрешимость.

Мудрые и сильные знают, что неразрешимость — это иллюзия, сотканная ленью, страхом и неопытностью.

Тренажер внимания к себе

«Ключ» помогает делать зримыми те явления и процессы нашей собственной внутренней жизни, которые требуют пристального рассмотрения и целенаправленного преобразования. Предметом внимания в самоуправлении могут оказываться и собственные мотивы, и представления о людях и занятиях, и конкретные отношения, и определенные идеалы, убеждения и установки.

Любая значимая часть внутреннего мира, лишь областью которого является мир внешний, может быть выделена, символически закодирована и подвергнута преобразованию в соответствии с личными пожеланиями оператора сознательной саморегуляции.

«Ключ» позволяет из месяца в месяц накапливать результаты творческой работы над собой. Это создает основу для развития власти над собой и укрепления творческого контроля над личностно значимым окружением, усиливает сознательную волю и делает легкодоступными любые состояния, мотивы и представления.

«Ключ» позволяет направленно синтезировать спектры предпочитаемых состояний, волновые паттерны которых хранятся в личной базе данных и в любое время могут быть использованы для оживления необходимых настроений и переживаний. Речь идет не только о запоминании уже пережитого, но и о возможности создавать те состояния, которые еще не встречались в жизни, но рассматриваются как желаемые. Именно это делает «Ключ» незаменимым инструментом самопознания для тех, кто не удовлетворяется пассивным самокопанием, но стремится к испытыванию новых, небывалых и доселе неведомых форм опыта.

Анимации «Ключа» являются поводом для сосредоточения на внутреннем, а сам артпроцессор оказывается орудием приведения в порядок того, что воспринимается как нуждающееся в гармонизации. Это приучает к поддержанию особенной мастерской дисциплины регулярного очищения своей психики и последовательного преобразования мира в соответствии с собственными представлениями о достойном, должном и прекрасном.

«Ключ» позволяет не только выделять и символически формулировать возникающие проблемы, но и предоставляет возможность контроля над использованием уже созданных программ самовоздействия.

Даже далекому от медицины и психологии человеку ясно, что «Ключ» не менее полезен для развития мозга и укрепления психосоматического здоровья, чем, скажем, велотренажер для развития мышц ног или эспандер для укрепления рук.

Привычка своевременно, предметно и конструктивно анализировать возникающие затруднения и безотлагательно разрешать их оптимальным образом за счет глубинной позитивной перестройки психики не может не сказаться самым благоприятным образом на повышении личной энергетики и упрочении защитных сил организма.

Чем спокойнее и уравновешеннее душевная жизнь, тем увереннее и эффективнее функционирует физическое тело. Чем тоньше и глубже структурированы внутренние проблемы, тем проще и легче разрешаются внешние затруднения.

Регулярно обращаясь за помощью к «Ключу», человек приучается использовать собственные ресурсы фактически на все 100%. Вообразить же себе этот великий потенциал не всякий сможет. Ведь даже великие спортсмены и знаменитые ученые, по оценкам психофизиологов, приводят в действие не более 10-12% мощности собственного мозга.

Освоение людьми собственных возможностей еще ожидает всех нас впереди. Для этого совершенно незаменимым окажется «Ключ» — как лучший собеседник, как тайный советчик, как дружелюбный помощник.

Нелегко даже представить себе роскошь, красоту, полнокровие, богатство и яркость жизни, при которой мозг и тело смогут функционировать на все 100%, при этом слаженно и гармонично взаимодействуя, искрясь любовью и радостью и сверкая всеми красками творчества.

Уникальность окон в мир

Никто на основании одного лишь личного опыта не имеет возможности достоверно судить ни о какой бы то ни было «объективности». Все наши восприятия определены нашими же собственными предыдущими впечатлениями, а те в свою очередь связаны с общечеловеческим опытом и особенностями генетически определенного устройства нашего организма.

Об «объективности» мы узнаем лишь от других людей, принимая их жизненные миры за тождественные нашему собственному, в то время как они ему лишь аналогичны. Так или иначе, представления об «объективном» в гораздо большей степени являются индуцированными иллюзиями, чем любая галлюцинация или обманы памяти.

Наш внутренний опыт стремится к самосохранению, ради чего он подкрепляет уже усвоенные содержания, отбирая из всего сенсорного потока лишь то, что так или иначе поддерживает уже сложившиеся структуры представлений и модели мира и себя. Поэтому до открытия чуда собственной самопричинности и овладения даром осознанного управления саморазвитием каждый из людей в известной мере вполне обоснованно может рассматриваться как аналог механического робота, стереотипы функционирования и реагирования которого заданы структурно (генотипически) и алгоритмически (культурно — программы воспитания, привычек, инерции).

Осознанно трансформируя собственный опыт, т.е. сознательно изменяя его структуры и устанавливая более гармоничные и рассматриваемые как более целесообразные связи между отдельными впечатлениями, мы изменяем весь спектр своих восприятий, тем самым превращая ранее известный нам мир в нечто совершенно новое.

Степень радикальности новизны вновь открываемого нами мира зависит от глубины нашей самотрансформации и интенсивности осознанно осуществляемых развивающих изменений.

Чем мощнее мы трансформируем себя в соответствии с собственными представлениями о должном, законном и прекрасном, тем полнее мы оказываемся способны трансформировать окружающую действительность в соответствии с собственными пожеланиями, потребностями и стремлениями.

Любое взрывное изменение, будь то спровоцированное инициатическим мистериальным стрессом, приемом галлюциногенов или острой сенсорной депривацией, неизменно оказывается травматичным, недоосознанным, непредсказуемым и небезопасным.

Иногда телевизор действительно начинает показывать изображение после удара по нему кулаком. Но вряд ли изучение рукопашного боя можно считать приемлемой образовательной стратегией подготовки мастеров по ремонту телеприемников. Взрывное самопожертвование иногда помогает преодолеть затянувшуюся остановку в собственном развитии и догнать самого себя, быстро достигнув надлежащего психоэмоционального

возраста. Но нередко вызванное взрывным самовмешательством развитие оказывается дисгармоничным и отягощенным самыми различными неприятностями и дисбалансами.

«Ключ» предоставляет возможность ценить собственную неповторимость и уделять достаточное время саморазвитию. Он позволяет осуществлять осознанное настраивание психики и организма без необходимости обращения к опасным стрессовым приемам. Из всего того, что используется в применении «Ключа» к решению любых проблем повседневности, на материале которых и организуется интенсивное личностное развитие, главное заключается в уникальности представлений, предпочтений и ожиданий каждого, выражаемой в особенностях фильтров восприятия., согласованных со структурой личностного опыта.

Каждый видит и мир, и себя по-своему. «Ключ» позволяет предельно индивидуализировать **самовлияние**, не передоверяя его никому другому, для того, чтобы эффективность, безопасность и приятность этого **самовлияния** оказались максимальными.

Памятование притчи о зарытых талантах еще не дает права на проведение масштабных взрывных работ в месте предполагаемого закапывания ценностей. «Ключ» позволяет работать с самим собой подобно тому, как чутко и бережно работают истинные археологи: сначала лопатой, потом — совочком, и, наконец — беличьей кисточкой.

Грубыми методами многого не достичь, зато разрушить собственную уникальность и деформировать индивидуальную неповторимость уже сложенных внутри накоплений очень просто. Раз уж каждый воспринимает мир и себя по-своему, то следует предоставить ему возможность использовать эту уникальность предпочтений для управления собственным развитием. Для этого и создавался «Ключ».

Наша внутренняя аптека

Многие интересующиеся холистическим целительством, нередко задаются вопросом: «Как следует использовать врачебный ресурс собственной внутренней аптеки?» То, что она существует, после обобщения результатов многих удивительных исцелений и всевозможных медицинских феноменов, осо-

бенно связанных с областью самовнушения и гипноза, ни у кого сомнений не вызывает. Но как привести в действие весь этот могучий внутренний целительный потенциал? Как заставить внутреннюю аптеку поработать ради своего собственного выздоровления? По какому рецепту там отпускают заветные лекарства?

Оказывается, ответ предельно прост и ясен: необходимо научиться выполнять свои собственные желания, овладеть искусством удовлетворения собственных потребностей, научиться пребывать в жизнеспособном оптимистическом и радостном состоянии, при котором как раз и происходит высвобождение искомым целительных панацей из потайных запасников мозга. Наши внутренние голоса являются сигналами различных потребностей, естественных для живого организма. Вот их-то и нужно научиться удовлетворять прежде, чем они успеют своим непослушанием нанести вред внутренним регуляционным системам и вызвать заболевание.

Забота о себе самом чем-то напоминает искусство дирижирования симфоническим оркестром, или, скорее, управление многоголосым хором. Ни одного из участников общего процесса нельзя оставить без внимания, пропорционального его значению и роли в целостном функциональном пространстве диалога с самим собой. Но и удовлетворить одновременно все множественные потребности тоже возможным не представляется.

Как же предотвратить угрожающий хаос, которым может разразиться утрата контроля над внутренними голосами желаний? Оказывается, очень просто: благодаря спокойному и вдумчивому управлению очередностью санкционирования своего исконного права на удовлетворение конкретной потребности.

Как только конкретное желание исполнено, биологически целесообразная приятность и некий глубинный комфорт, свидетельствующие о достижении цели, не просто свидетельствуют о том, что удовлетворение состоялось, но и предоставляют в наше распоряжение новую свежую энергию.

Достижение удовлетворения свидетельствует о том, что очередной затор в протекании жизненной силы успешно снят и общее количество энергии в живом организме возросло.

Чем аккуратнее и продуманнее осуществляется дирижирование потоками удовлетворений, тем больше в распоряжении сознательного «Я» оказывается энергии, которая идет на упорядочивание организма и восстановление нарушенных регуляционных балансов, в частности, за счет выработки внутренних лекарств. Оказывается, что удовольствие биологически целесообразно. Удовольствие не просто приятно, но и полезно — ведь оно является сигналом соответствия поведения внутренним надобностям самого организма, который никогда не ведет себя противно своей собственной природе.

Конечно, следует главным образом ориентироваться на скорое удовлетворение наиболее важных, самых сильных и наиболее насущных потребностей. Однако ни одна из потребностей в принципе не должна оставаться забытой и подавленной голосами других.

Все голоса в едином хоре могут и должны быть согласованы, достижение чего целиком и полностью зависит от мастерства самого руководителя хора.

Для упорядочивания процесса распределения усилий, времени и акцентов необходимо периодическое направление внимания внутрь самого себя (последнее понимается как одна из важнейших дисциплин практической психокультуры). Очень важно не просто отвечать на невыносимо острые позывы неудовлетворенных надобностей, но и взвешивать на весах внутреннего самоощущения различные ценности, размышлять над опытом недавно прошедших событий, анализировать привычные программы собственного поведения — одним словом, заниматься сознательной реинтеграцией. Только в этом случае внутренняя аптека будет функционировать «на полную катушку», что в результате не только сообщит жизни множество приятнейших оттенков и сладостных переживаний, но и подарит здоровье организму и качество сознанию.

Управление процессом реализации потребностей и непрестанное беседование с хором внутренних голосов оказываются ничуть не менее интересным занятием, чем выращивание цветов или воспитание детей.

С каждым новым регуляционным успехом человек становится для самого себя понятнее и ближе, яснее и прозрачнее.

Причем занятие это вовсе не формальное и не отвлеченное — ведь результаты успешного самоуправления немедленно дают о себе знать тем, что проявляется новый вкус к жизни, развивается чувствительность и расширяется пространство свободных решений.

В зависимости от того, насколько точно и тонко человек понимает самого себя и сколь искусно он справляется с собственными внутренними проблемами и противоречиями, он проживает либо радостную и счастливую, либо серую и печальную жизнь.

Понятно, что никто не желает себе худшего. Отсюда — настоятельная необходимость опытного изучения искусства управления собственным здоровьем с помощью «Ключа».

Как устроен жизненный мир?

Иногда мы иллюзорно воспринимаем свой собственный мир как принадлежащий наряду с нами и всем окружающим. В этом ложном допущении кроется величайшая ошибка, порождающая массу недоразумений и в общении между людьми, и в отношении человека к самому себе.

У каждого из людей в наличии имеется только один-единственный мир — его собственный космос, определенный спецификой его личных интересов, его индивидуальных восприятий и рисунком его собственных предпочтений.

Своим собственным жизненным миром каждый владеет по праву в абсолютной полноте. Его собственный мир более никому другому не принадлежит и не подчиняется. Распоряжаться, ошибаться и радоваться в личном жизненном мире имеет право только его полноправный хозяин, ожиданиями и устремлениями которого этот особенный индивидуальный мир и порожден.

Как сказали бы специалисты в области современной физики, каждый пребывает в контексте своей собственной системы отсчета, которая может взаимодействовать с другими системами отсчета, но всегда принадлежит лишь самому человеку в силу уникальных особенностей его индивидуально структурированных личностных восприятий.

Понятно, что на окружающую действительность птица смотрит неким особенным образом, отличным от видения, к при-

меру, гремучей змеи или, скажем, слона. Свои инстинкты, свои возможности, свои ориентации — все это искажает, деформирует, точнее, лепит и преобразует пассивный материал т.н. «объективного» мира в мир субъективно-активный, в мир собственный, который один только и важен для данного существа.

Непонимание окончательной разделенности личностных жизнемиров отдельных людей неизбежно приводит нас к одной из ошибок. Либо мы спешим навязать свои собственные представления другим, надеясь таким репрессивным путем направить их на путь истинный, в итоге попросту нарушая коммуникацию, либо мы принимаемся всецело доверять оценочным мнениям окружающих, которые основываются в своих выводах лишь на своих собственных видениях и пониманиях, характерных для них лишь в их собственном мире.

*Мы живем одни в своей личной вселенной,
а потому нам самим и принадлежит окончательное право
на принятие решений и совершение выборов.*

Мы не можем поставить никого другого на свое собственное место, ибо попросту предадим самих себя, разрушим свой особенный космос и никакой пользы «временщику», приглашенному на наше законное место, в конечном счете, не принесем.

Конечно, миры отдельных людей и согласованные вселенные, действительные для групп единомышленников, неким чудесным образом связаны между собой. Однако связь эта — не внешняя, но внутренняя. Она пролегает через глубины интуитивного самопонимания каждого из нас и обычно проявляется в форме наитий, молитвенных обращений и чудесных перемен в сознании, источник которых неизменно определяется как шечеловеческий, надмирный.

От внешнего мира в своей «актуальной среде» (психофизическое наименование личностного жизнемира) мы надежно защищены присущей только нам одним структурой порогов восприятия, которые делают наши впечатления и ощущения именно нашими — особенными, индивидуальными, отличными от ощущений и впечатлений других.

Все сведения о нашем жизнемире обладают двумя коренными характеристиками, которые только мы сами и вольны изменять и модулировать. Психиатр Антоний Кемпинский назвал их «актуальностью» и «разрешимостью».

Мы вправе впускать в свое сознание только то, что нравится лично нам и принимается нами как важное и значительное. Мы же оказываемся вправе закрываться от тех впечатлений и ощущений, которые претят нашим вкусам и мешают нашему развитию.

Разумеется, мы ни от кого не зависим в использовании этого права свободы, как в полезном, так и в разрушительном ключе. К примеру, если мы не желаем ничего дурного слышать о себе, то тем самым лишь мешаем сами себе развиваться. Так как наша личная вселенная все же соседствует со вселенными других людей, она неким определенным образом должна с ними согласовываться в рамках более общих (и более абстрактных) объединенных смысловых миров.

Итак, каждый является Зрителем собственной мировой пьесы, ее Драматургом и Актером. Каждый одновременно и художник, и почитатель, и творец, и воспринимающий. Мы всегда находимся в центре собственной вселенной, а потому мы сами и являемся той единственной инстанцией, к власти и решениям которой вправе апеллировать по поводу тех или иных областей нашего мира, по тем или иным причинам нас не устраивающим.

Наш мир является абсолютно нашим собственным конструктором.

Он избран нами как приемлемый для нас, и всегда может быть изменен в соответствии с нашими пожеланиями и предпочтениями, непрерывно развивающимися вместе с нами.

Наш мир связан с другими мирами, но никакого общего мира для всех, разумеется, не существует. Свой мир у насекомых, свои миры у привидений, свои миры у кашалотов и барсуков. Их некоторая частичная согласованность друг с другом еще не означает наличия некоего абсолютного для всех всеобщественного мира, который все-таки является абстракцией. В мире барсуков не предусмотрена тончайшая тепловая чувствительность, значимая, к примеру, для многих пресмыкающихся, поэтому инфракрасные излучения для барсуков практически нереальны. Точно так же способность тончайше определять химический состав воды для сусликов не так уж важна, а потому все вздохи аквариумных рыбок по поводу повышенной жестко-

сти или невысокой солености среды их обитания суслик со-
чет неуместными.

*У каждого свой мир, и абстрактный «общий» мир
всем безразличен.*

Жизненный мир развивается вместе с существом, являю-
щимся его автором. Наша человеческая способность восприни-
мать миры других людей, как свои собственные, чудесна и вос-
хитительна. Ее следует научиться использовать в интересах соб-
ственного развития, т.е. с акцентированием **аутоцентризма** —
абсолютной достоверности своего собственного мира. Иначе,
утрачивая мир свой, мы вряд ли сможем приобрести что-либо
взамен.

Наш личный мир есть наш собственный художественный
шедевр. Человек в своей вселенной — и звезда, и цветок, и ху-
дожник. «Маленький принц» Антуана де Сент-Экзюпери напи-
сан для каждого из нас, но он — не о вселенной вообще,
но о жизненных полотнах каждого из нас, которые мы непре-
станно пересоздаем и дописываем.

Почему скучно вспоминать собственное прошлое?

Хотя бы потому, что многое в нем воспринимается нами как
неприятное, а потому нежелательное, т.е. о многом нам бы хо-
телось попросту забыть.

Человеческий мозг устроен таким образом, что никакие из
впечатлений жизни не забываются. Зато они хотя бы вспоми-
наться могут неохотно, с трудом, как говорят психоаналитики,
с сопротивлением.

Если какие-то воспоминания не милы нашему образу са-
мих себя и не поддерживают мифологию индивидуальной ценно-
сти, которая в большинстве случаев отвечает на формирование
чувства достоинства и ощущение собственной значимости, мы
не спешим их припоминать или, по крайней мере, защищаем-
ся от необходимости вспоминать той ужасной скукой, которой
эти воспоминания сопровождаются.

Конечно, неинтересность некоторых воспоминаний являет-
ся таковой по существу, т.к. наша собственная жизнь в силу

многих причин не столь захватывающе интересна и сказочно увлекательна, как нам того бы хотелось.

Большую часть жизни мы просто спим на ходу, воспринимая окружающих и события сквозь пелену сна бессознательности.

И все же первейшей причиной сопровождения воспоминаний скукой и апатией остается неосознаваемая психическая защита, которая «помогает» нам «не вспоминать» то, чего нам вспоминать не слишком-то и хочется.

Вообще-то у нас само отношение к собственному прошлому (и как следствие к истории рода и государства) не слишком почтительное. Мы не только рассматриваем свое былое как не заслуживающее никакого уважения, но нередко дерзко осмеливаемся считать прошлое неизменяемым, что вообще не лезет ни в какие ворота.

В древности люди, напротив, изо дня в день старательно пересматривали анналы собственной памяти с тем, чтобы переписать личную летопись, тем самым конструктивно формируя собственное будущее, т.е. относились к себе и уважительно, и активно, и созидательно, и творчески. Нынешних же людей даже правильно вспоминать толком никто не учит.

Мы не понимаем ценности самих воспоминаний как драгоценных записей неповторимого опыта жизни, который всегда с нами, но почти никогда правильно не используется. Именно в прошлом сокрыты секреты нашего собственного совершенства и нашего возможного бессмертия. Но, не понимая того, какую пользу может принести то, что мы снисходительно именуем «перемыванием костей», мы не отваживаемся взглянуть на самих себя беспристрастно, оценивая и объективно, а потому остаемся пребывать в том же полусознательной состоянии, в котором провели и все предшествующие годы.

*Люди занимаемся чем угодно,
но только не улучшением самих себя.*

Мы не привыкли заниматься внутренней работой, но почему-то вправе непрерывно жаловаться на то, что внешняя жизнь совсем не соответствует нашим ожиданиям. Да как же оно иначе и быть-то может, если мы почти агрессивно игнорируем необходимость внутренней работы, оставляя мир своей души в полном запустении и не удосуживаясь убирать кучи душевно

го мира, которыми завалена добрая половина нашего внутренних смысловых пространств!

«Ключ» позволит всем желающим быстро обучиться интересной и эффективной работе над собой. Он поможет в сжатые сроки приобрести все стратегически значимые для совершенствования жизни навыки практической психокультуры.

Мы ошибочно полагаем, что в нашей жизни мы ничего не можем изменить. Однако, обратившись к собственной памяти, приступив к гармонизации собственных воспоминаний, занявшись переконструированием массива собственного прошлого, который всегда находится при нас, мы вправе рассчитывать на перемену видения и перемену отношений с собой и с миром.

Мы совершенно напрасно из года в год повторяем одни и те же воспоминания о потерях, ошибках и обидах. Мы погрязли в самооправданиях и ложном стыде, не понимая того, что нашим собственным прошлым нам уже в полноте преподаны все необходимые уроки счастливой жизни. Просто следует соприкоснуться с духом, вооружиться «Ключом» и сдать экзамен под названием «Осознание позитивного опыта прожитых лет».

Тогда наша память реорганизуется нами самим таким образом, что сама станет источником истинных побед над собой, и миром и над внешним миром. Тогда возникнет масса поводов восхититься и собственным прошлым, и собственным будущим, и самими собой, обретшими власть над своей душой, т.е. над Миром и над самим Временем.

Управление собственной биографией

Все впечатления, которые человек собирает на протяжении своей жизни, целиком и полностью фиксируются в его мозгу и сохраняются до прекращения последнего дыхания. Внутренний опыт человека богат и разнообразен, даже если самому человеку кажется, что ничего интересного с ним не случилось, и его собственные способности и таланты существенно ограничены.

Собранная в недрах памяти совокупность фактов впечатлений каждым из нас толкуется по-разному, аналогично тому, как юристы, физики или медики имеют дело с одними и теми же фактами, но выводы из их анализа при этом производят противоречащие друг другу.

Повлиять на процесс собирания впечатлений человек может лишь отчасти, стараясь разнообразить свой опыт и интенсифицировать общение и передвижения. Зато каждый в силах разобраться со своими внутренними опытными накоплениями для того, чтобы эффективно использовать все внутренние записи и благодаря этому стать сильным, талантливым, приятным в общении, продуктивным в творчестве и радостным в жизни.

Главное ограничение человека, одновременно являющееся и главным его преимуществом, — это неизменность собранного в прошлом опыта. Не следует романтизировать свою лень, под предлогом признания закона кармы или неверия в собственные возможности отказываясь от работы над пересмотром и переформированием внутреннего опыта.

*Каждый человек сам создает свое прошлое,
сколь бы странно это ни звучало в контексте
современной психологически пассивной культуры.*

Пересмотрев факты и впечатления памяти, можно создать себе такое прошлое, которое в свете сегодняшнего дня и складывающихся окружающих обстоятельств было бы наиболее приемлемым для решения творческих задач и развития жизненных потенциалов.

Прошлое можно рассмотреть как скучное и блеклое, но его же можно представить интересным, многообещающим и разнообразным.

*Все зависит от точки зрения и от умения
пересотворять комплексы ассоциаций памяти.*

Наши личные истории, наши хранимые в памяти биографические накопления плохи уж одним тем, что в них слишком многое нас самих тревожит и беспокоит. Мы зашорены всевозможными оценочными установками вроде «хорошо-плохо» и «можно-нельзя», в результате чего проявляем редкостную нетерпимость и к самим себе, и к фактам собственной истории.

*Мы говорим о терпимости к ближним,
не допуская таковой в отношении самих себя.*

Мы стремимся к охране животных, не замечая, что в оберегании и заботе нуждаемся, прежде всего, мы сами. Мы твердим об экологической катастрофе, не подразумевая под этим те гло-

бальные разрушения, которые производим сами в себе, проявляя неуважение к материалу собственной памяти.

Удивительно, что люди опасаются и страшатся даже собственной пластичности. Когда перед ними открывается возможность овладеть искусством глубинной саморегуляции, они начинают опасаться утраты собственной индивидуальности, даже, несмотря на то, что текущая комбинация индивидуальных черт им, мягко говоря, не слишком нравится.

На самом деле бояться нечего: мы творим сами себя в каждый момент собственной жизни, а если что-то натворим не так, так сами же тут же и пересотворим. Власть над оттенками анимаций «Ключа» на деле означает полноту власти над самим собой, так как сенсорные потоки оказывают прямое, непосредственное целенаправленное воздействие на наш собственный мозг. Благодаря артпроцессору мы оказываемся в состоянии разотождествиться с собственными переживаниями, выводя их на экран монитора и выделяя из целостности, ощущаемой как «мы сами».

Мы можем редактировать любые фрагменты памяти и переконпоновывать любые участки биографической линии. Получается, что мы с помощью символических ножниц, клея и ниток можем творить что угодно с самим собой, точнее творить то, что нам самим захочется.

Это ли не предел мечтаний всех тех, кто желает обрести предельный опыт самоизучения, освобождаясь от любых ограничивающих форм!

Оставаясь в неких произвольно изменяемых границах, мы все же ощущаем свою потенциальную бесформенность, так как оказываемся в состоянии по желанию выходить из-под любых влияний и становиться теми, кем нам только вздумается.

Человек — не только удивительная целина, на которой можно выращивать самые разные цветы, не только холст, по которому можно расписывать разные сюжеты, не только инструмент, на котором можно исполнять самые разные мелодии.

*Человек — высший образ чистой возможности,
способной свободно творить саму себя!*

Известен спор между Ламарком и Дарвиным, который продолжился в XX веке между Мичуриным и Вавиловым. Дарвин и Вавилов настаивали на принципиальной ненаследуемости

приобретаемых качеств, в то время как Ламарк и Мичурин уповали на возможность закрепления приобретаемых изменений в изменениях наследственного материала генов.

Время покажет, кто из них оказался окончательно прав. Но, даже обладая вполне определенной генетической индивидуальностью, каждый человек настолько богат внутренне и настолько переполнен всевозможными дарами и способностями, что никакой жизни не хватит для того, чтобы в полноте и роскоши пораскрывать да использовать все это.

Тем более, что мы до сих пор не знаем (просто никто не пробовал!), что будет с самим человеком, когда он пораскрывает весь спектр своих талантов. Может быть, каждый из нас — всего лишь симпатичная куколка, которая не успевает за жизнь превратиться в ту бабочку, каковой мы все по дару Богоподобия и должны стать?

Тайное непременно делается явным!

Каждый понимает, что любое умышленное сокрытие подразумевает необходимость особого труда укрывательства. Открыто проявленное не нуждается в энергии для питания затемняющих его покровов. Репрессированное, подавленное, насильственно ограниченное либо умирает, либо освобождается — таков закон развития живого.

Опытные целители и мудрые исповедники знают, насколько истинное душевное здоровье несовместимо с пресловутыми «скелетами в шкафу» нашей лукавой памяти. Поддержание каких-то подавляемых тайн и скрываемых (не только от других, но, прежде всего от самого себя) секретов и умолчаний более всего прочего мешает здоровому восприятию жизни и сохранению энергетического равновесия разума.

В игре в прятки (тем более — в прятки от себя самого) ощущается присутствие чего-то незрелого, несерьезного, неэффективного.

*Зрелый человек должен как минимум знать самого себя
и открыто отвечать за все то, что происходит
в его собственной душе.*

Весьма любопытны художественно-психологические эксперименты кинодраматургов, которые, подобно Стивену Кингу

или Андрею Тарковскому, фетишизируют глубины неосознаваемого и совершенно неправомочно придают им статус причинных и исходных инстанций бытия. Но все же зрелый человек обязан знать обо всем том, что творится в его собственном психическом хозяйстве. Он должен здраво управлять своим развитием и осознанно отвечать за все, что исходит из его глубин, а не ссылаться на пресловутую «неконтролируемость» психических импульсов и роковую власть «комплекса неполноценности» над поведением и жизнью в целом.

Человек устроен так, что ни одна крупница его жизненного опыта, упавшая на почву внутреннего мира и оставившая на функциональных матрицах мозга свой след, не утрачивается ни при каких условиях.

Опыт прошлого — главный источник всех наших душевных смятений, нравственных терзаний и психологических проблем.

Но при этом он же, этот же самый «биографический опыт», при творческом к нему подходе может оказаться источником нашей уникальной одаренности, нашей фантастической успешности и высокой созидательной эффективности. Все зависит от того, как к нему отнестись и как с ним обращаться.

Для того, чтобы алхимически трансформировать наши внутренние переживания и память прошлых лет в источник творчества и компетентности, перво-наперво мы должны проникнуться безусловным уважением к вытесненному из сознательной памяти психическому материалу и преисполниться интересом к процессу переосмысления прошлого в новом контексте сегодняшнего существования.

Несмотря на то, что следы памяти четки и строги, их личностные смыслы и смысловое значение непрестанно изменяются в виду перемены внешнего контекста жизни человека. Человек развивается, изменяется его окружение, трансформируются черты его характера. И в новом свете обновленной индивидуальной природы совсем иное, новое значение приобретает то, что казалось раз и навсегда понятным.

Чудо человеческой психики заключается в том, что изменение значений и смыслов прошлого опыта может происходить не только спонтанно, медленно, постепенно, но и осознанно

стимулируемо, динамически стремительно и интенсивно трансформационно.

Когда человек созревает для понимания особой важности овладения искусством сознательного управления собственным развитием, он неизбежно приходит к пониманию принципиальной необходимости осознанного бережного восстановления своей действительной, подлинной биографии. Не такой, какой она застыла в нетронутых анналах вытесненной памяти, но такой, каковой она является сегодня, понимаемая с высоты достигнутого человеком личностного развития.

Символически такая работа чем-то напоминает целенаправленное высветление обратной стороны Луны, изучение глубоких пещер неосознаваемого с помощью фонарика сознательного внимания, упорядочивание экспедиционных трофеев для размещения на музейные стеллажи.

Высветление собственной биографии всегда сопровождается переживаниями облегчения, радости и освобождения от невыразимого груза тягот и сомнений. По сути речь идет о покаянии, без которого и речи быть не может о начале действительно новой жизни.

Подавляемое всегда не согласуется со всем остальным психическим материалом, а потому его присутствие в интимных глубинах психики неизменно вызывает раздражение и беспокойство, подобно тому, как малая горошина, не будучи вовремя обнаруженной и удаленной может испортить сон на всю ночь. Прекрасным оказывается то, что, в отличие от ситуации с горошиной, нам удалять из самих себя ничего не нужно, да оно и не получится.

Переформирование опыта не означает его разделения на «хорошее» и «плохое» и удаление одного ради оставления другого. Переформирование опыта означает его сознательное высветление и переосмысливание, создание новых, более жизнеспособных и естественных ассоциаций, приведение различных частей биографии и самопонимания в гармоничное соответствие друг другу.

Реинтеграция является особым психологическим действием, сплавливающим воедино процессы прочувствования и осмысления.

Реинтеграционная работа в собственном внутреннем мире всегда осуществляется при функциональной активизации обоих полушарий коры головного мозга. Поэтому так важно иметь перед собой «Ключ», помогающий перекодировать отдельные участки опыта, присоединить к ним новые настроения и по-новому раскрасить собственную память.

Результатом реинтеграционной работы оказывается осветление темных глубин и погребов бессознательного чистым ярким светом сознания и превращение грязно-зеленого конфликтного пространства и красно-бурого мира внутренних страхов и бессознательных тревог и опасений в радужное пространство будущих возможностей.

Осознанное осветление внутреннего психического пространства превращает его в чистый лист, на котором возможной становится роспись желаемых состояний и установок, рассматриваемых как желаемые в контексте личностной трансформационной стратегии.

Существуют ли задачи без решения?

Только сугубо абстрактно, на уровне формальных слов, т.е. вне живой реальности. В самой жизни любые задачи формулируются как непременно имеющие решения, так как задачи ценны не как упражнения разума или изощрения логики, но как конкретные требования к изменениям себя и окружения, которые каким-то образом необходимо выполнить для того, чтобы освободить потоку развитие пространство для продвижения.

Задача — это фокус напряжения сил перед очередным броском к качественно иному состоянию. Задача — это результат исчерпания потенциала прежних ресурсов и интенсивный поиск новых возможностей. Задача — это проявление необходимости нахождения нового видения ситуации в свете осознания масштаба собственных ресурсных потенциалов.

Главным искусством успешного деятеля является умение «раскадровывать» проблемы в задачи. Проблема формулируется в терминах затруднений, ограничений и преград. Задача всегда формулируется в терминах действий, ресурсов и результатов.

Демонтаж проблемы, ее фрагментация, раскадровка — важная часть снятия суеверного страха перед иллюзорной сложностью стоящих задач. Если удалось переформулировать пробле-

му прошлого в задачу настоящего, тогда возникает уверенность в возможности и оправданности самой устремленности в будущее, к желаемым позитивным результатам.

Задача — конкретное предложение разуму поработать над украшением и гармонизацией сложившейся ситуации так, чтобы всем ее участникам стало хорошо. Задача — это конкретный шанс обновления спектра возможных ресурсов, за счет приведения в действие одних и последующего обнаружения новых.

Плохая формулировка задачи делает ее похожей на проблему — недостает исходной информации, слишком четко акцентируется эмоциональный негативизм отношения к возможности разрешения, противостояния и препятствия описываются как твердые и незыблемые. Сама по себе плохая формулировка задачи нередко оказывается главной причиной неудачных решений.

Для того, чтобы научиться решать задачи, нужно научиться их верно формулировать и исправлять и уточнять формулировки в случае получения нечеткой или неграмотно организованной задачи. Задача — это всегда творческий проект, рабочее задание, строительный план, по которому необходимо совершить преобразование действительности.

Решение должно само вытекать из самой задачи.

Любые задачи требуют внутреннего преобразования — перемены видения, изменения отношения, инвентаризации средств и переакцентировки приоритетов, — из которого естественно вытекают правильные внешние действия. Сама по себе ориентация на решение задачи и уход от застойной фиксации внимания на негативно формулируемой проблеме является ценным психологическим приемом, позволяющим быстро освободиться от навязываемых проблемой рамок и открывать в тайниках ситуации новые позитивные возможности.

Задачи — это всегда прекрасная тема для творческих медитаций. Задачи — это тренажер развития ума. Задачи — это пространства исследования собственных способностей. Задачи — это школа изобретательности и лаборатория изучения собственного разума.

Задачи привлекают в организм новые энергии отовсюду и динамизируют нашу внутреннюю жизнь таким образом, чтобы она могла трансформационно влиять на жизнь окружения.

Вот и получается, что задачи придают вкус самой жизни, которая сама по себе является широкой сетью задач.

Безвыходных ситуаций просто не бывает!

«Безвыходность иллюзорна!» — таково центральное аксиоматическое утверждение здорового конструктивно-творческого мировидения. Среди членов репрессивного сообщества всегда скрыто присутствует ядовитый миф о существовании так называемых «нерешаемых» задач и «неразрешимых» проблем.

В то же время реальность биологической эволюции, исторического процесса и научно-технического прогресса недвусмысленно свидетельствуют в пользу истинности обратного утверждения — все проблемы решаемы! Поток жизни столь мощен, всеохватен и всепроникающ, что никакая преграда в принципе охватить его не в состоянии, так как он собой охватывает все существующее, а значит, как целое в состоянии справиться с любой преградой, являющейся по отношению к нему самому лишь отдельной частью.

Однако понять решаемость любых задач и исполнимость любых заданий — одно, а научиться применять этот принцип в практике повседневной жизни на вполне реальных примерах — нечто качественно иное. Для того, чтобы деятельно подтвердить (хотя бы для самого себя) абсолютность идеи решаемости любых задач, необходимо изо дня в день старательно обучаться искусству трансформации, которое является ничем иным как мастерством разрешения любых проблем.

Пожелания и цели, осознаваемые как **предпочитаемые** иным состояниям и результатам, холистически рассматриваются как законные уже в силу самого своего возникновения в психическом пространстве сознания. Раз нечто пожелалось, значит, оно уже в известном смысле реализовалось; осталось лишь привести внешние условия и обстоятельства в соответствии с ним, т.е. воплотить идею в реальную плоть существования.

*Репрессивная культура придерживалась
механистических взглядов и представлений.*

Нерепрессивная культура принципиально биоморфна.

Современность рассматривает все возникающее, в том числе и возникающее в человеческом сознании, как целесообраз-

ное, законное и потому имеющее свой специфический смысл в контексте интегрального мирового целого. Квантовая психосинергетика изучает разрешимость проблем как фундаментальный признак саморазвивающегося живого. Любая сложно организованная открытая система, обладающая способностью к накоплению опыта и применению его для решения возникающих задач, в состоянии дать адаптивный ответ на любой вызов среды, если этот вызов не приводит систему к полному разрушению, что само по себе выводит его за рамки допустимых исходных условий решения.

Развитие существования в принципе неостановимо. Однако всегда можно выбрать лучшие варианты из спектра имеющихся и возможных решений. Поэтому мастера саморазвития рассматривают жизнь как своего рода шахматную игру с компьютером, мыслящим достаточно механично: любые условия могут быть переинтерпретированы, любые обстоятельства могут быть применены неожиданным образом, любые сопротивления могут быть использованы, любые неудачи могут оказаться отправными точками новых поисков лучших ресурсов.

Это прекрасно, что все двери распахнуты, приветливы и обещают множество новых возможностей. Это чудесно, что реальность устроена интереснее любых компьютерных игр. Просто нужно собраться с мыслями, прислушаться к собственной интуиции, точнее переформулировать задачу — и обнаружить самое лучшее из возможных решений, которое и кладется в основу предстоящего преуспевания.

Принципиальная разрешимость затруднений является одним из чудесных свойств самой жизни. О нем нередко забывают неудачники, но на него всегда осознанно опираются мастера творческих побед.

Ответ симметричен вопросу

Выход обычно располагается там же, где и вход. Об этом простом принципе совершенно забывают те, кто вдруг сталкивается с непростыми вопросами и, сами того не замечая, вдруг начинают соглашаться с мыслью о том, что возможного ответа может и не существовать. Такая мысль противоречит самой логике развивающейся жизни, поток которой невозможно оставить по определению: любая преграда преодолима, любое пре-

пятствие может быть обойдено, любая задача может быть решена, любая проблема имеет свое разрешение, любое затруднение имеет свой выход.

Просто жизнь развивается не на основе коллекционирования заранее заданных ответов на все возможные вопросы и вызовы среды, а согласно кибернетическому принципу обратной связи: нехватку нужно дополнить, а избыток следует освободить от излишка.

Если какая-то способность не развита, то это еще не означает, что ее нельзя развить. Если какие-то ресурсы в близком доступе не имеются, то это еще не значит, что их нельзя разыскать и привлечь. Если что-то непонятно, о это еще не значит, что его нельзя изучить и освоить.

Ответ никогда не превышает масштаба, глубины и четкости поставленного вопроса. Именно искусство ставить правильные, корректные, «ответоспособные» вопросы отличает мыслителя от болтуна. Почему-то нас привычно угнетает отсутствие достаточного числа верных и понятных ответов. Но мало кто тяготится бестолковостью задаваемых вопросов, их непродуманностью, а то и вовсе неестественностью и беспредметностью.

Хорошо заданный и правильной сформулированный вопрос неким таинственным образом беременен ответом. Он естественно развивается в ответ, если продолжать концентрировать на нем внимание. Пристальное внимание к вопросу позволит собраться вокруг его фокуса всему материалу опыта, самоорганизация которого выльется в озаряющий интуитивный инсайт. Подобно тому, как партнерство является процессом парным, и в споре одного виноватого никогда не бывает, так и обучение искусству задавания вопросов уже будет изучением мастерства получения ответов.

Никогда не следует думать, что правильный ответ нами непременно будет признан в качестве такового, вполне будет нами понят и наверняка нас удовлетворит. Всякий вопрос, превращаясь в ответ, преодолевает границу новизны. Поэтому ответ всегда новее вопроса, а найденный вопрос всегда оказывается неожиданнее и свежее уже известного, того, что оставалось верным и без новых вопросов.

*Предпочтение — это некий аналог вопроса,
а влияние предпочитаемым — аналог ответа.*

Как жизнь развивается аппетитами и насыщениями, как психика совершенствуется предпочтениями и предоставлениями, так и интеллект осваивает смысловые просторы мира от вопроса к ответу. Ритмический процесс этот непрерываем и неостановим. Но всякий его фрагмент, будучи пристально рассмотрен, приятно удивляет своей гармоничной слаженностью и законной согласованностью.

Выход находится там же, где и вход

В мире существует волшебная симметрия проблем и их разрешений. Недаром в народе говорят: «Бог не по силам креста не дает!». Проблемная ситуация всегда оказывается полной смыслов, средств и условий, необходимых для нахождения и реализации успешного ее разрешения.

*Случившееся всегда достаточно полно для того,
чтобы предоставить все необходимое
для своего собственного преодоления.*

В поиске решения в каждой конкретной проблемной ситуации главным оказывается смелое расковывание мысли, мужественное раскрепощение видения обстановки. «Ключ» предоставляет возможность по-новому взглянуть на произошедшее и позволяет окинуть проблему новым, изобретательным и проницательным, взором.

Сам человек вкупе с обстоятельствами проблемной ситуации вместе представляют собой полноту необходимых для совместного же развития средств и условий. Все средства и решения — в нас или подле нас, в том, что представляет затруднение либо где-то очень близко и наверняка в открытом доступе.

Вариантов решения при внимательном и спокойном рассмотрении оказывается предостаточно, хотя оптимальным остается одно-единственное, которое нам и необходимо. Но все они всегда есть, и это — закон беспрепятственно развивающейся вселенной.

Необходимо спокойно и уверенно определить генеральную линию развития самой проблемной ситуации, промоделиро-

нять возможные варианты ее спонтанного изменения и проследить все вероятные пути воздействия на нее со стороны всех участвующих в проблеме сторон. Логика саморазвертывания проблемной ситуации, с которой должно быть сонаправлено искомое оптимальное решение, постигается интуитивным наитием.

Глубинный разум заведомо мудрее логического, так как эволюционно он был эффективен уже тогда, когда логический только начинал складываться. Другое дело, что накопления рационального знания могут формироваться на основе опыта различных людей, обобщаться и свободно передаваться без необходимости заново переживать стрессы развития. Но все же о скрытой мудрости глубинного разума забывать не следует, так как лишь обратясь к нему за поддержкой на нее можно рассчитывать.

Логика — это операция с данными, а интуиция — это опыт прямого чувствования самой организационной структуры изучаемого предмета. Практика успешных решений подразумевает необходимость привлечения обоих средств разрешения проблем. Но исходным для обоих является памятование о том, что выход всегда есть там, где уже оказался вход.

*Есть проблема — есть и разрешение,
потому что живо развитие.*

Затруднение как возможность развития

Всякий кризис богат обещанием возможности творческого переключения на более высокий уровень адаптивности, характеризующийся большей защищенностью и более широкой возможностью.

Любое утруднение предоставляет перспективу уроков, тренировок и испытаний достигнутых сил.

Даже самые правильные выборы пути законно ведут к затруднениям, так как без их преодоления невозможно было бы обеспечить качественный рост и успешное саморазвитие.

Само по себе дружелюбное, ненапряженное, оптимистическое и даже благодарное восприятие любого препятствия обеспечивает гармоничный контакт с ним, а значит и возможность

*Предпочтение — это некий аналог вопроса,
а влияние предпочитаемым — аналог ответа.*

Как жизнь развивается аппетитами и насыщениями, как психика совершенствуется предпочтениями и предоставлениями, так и интеллект осваивает смысловые просторы мира от вопроса к ответу. Ритмический процесс этот непрекращаем и неостановим. Но всякий его фрагмент, будучи пристально рассмотрен, приятно удивляет своей гармоничной слаженностью и законной согласованностью.

Выход находится там же, где и вход

В мире существует волшебная симметрия проблем и их разрешений. Недаром в народе говорят: «Бог не по силам креста не дает!». Проблемная ситуация всегда оказывается полной смыслов, средств и условий, необходимых для нахождения и реализации успешного ее разрешения.

*Случившееся всегда достаточно полно для того,
чтобы предоставить все необходимое
для своего собственного преодоления.*

В поиске решения в каждой конкретной проблемной ситуации главным оказывается смелое расковывание мысли, мужественное раскрепощение видения обстановки. «Ключ» предоставляет возможность по-новому взглянуть на произошедшее и позволяет окинуть проблему новым, изобретательным и проницательным, взором.

Сам человек вкупе с обстоятельствами проблемной ситуации вместе представляют собой полноту необходимых для совместного же развития средств и условий. Все средства и решения — в нас или подле нас, в том, что представляет затруднение либо где-то очень близко и наверняка в открытом доступе.

Вариантов решения при внимательном и спокойном рассмотрении оказывается предостаточно, хотя оптимальным остается одно-единственное, которое нам и необходимо. Но все они всегда есть, и это — закон беспрепятственно развивающейся вселенной.

Необходимо спокойно и уверенно определить генеральную линию развития самой проблемной ситуации, промоделиро-

пать возможные варианты ее спонтанного изменения и проследить все вероятные пути воздействия на нее со стороны всех участвующих в проблеме сторон. Логика саморазвертывания проблемной ситуации, с которой должно быть сонаправлено искомое оптимальное решение, постигается интуитивным натием.

Глубинный разум заведомо мудрее логического, так как эволюционно он был эффективен уже тогда, когда логический только начинал складываться. Другое дело, что накопления рационального знания могут формироваться на основе опыта различных людей, обобщаться и свободно передаваться без необходимости заново переживать стрессы развития. Но все же о скрытой мудрости глубинного разума забывать не следует, так как лишь обратясь к нему за поддержкой на нее можно рассчитывать.

Логика — это операция с данными, а интуиция — это опыт прямого чувствования самой организационной структуры изучаемого предмета. Практика успешных решений подразумевает необходимость привлечения обоих средств разрешения проблем. Но исходным для обоих является памятование о том, что выход всегда есть там, где уже оказался вход.

*Есть проблема — есть и разрешение,
потому что живо развитие.*

Затруднение как возможность развития

Всякий кризис богат обещанием возможности творческого переключения на более высокий уровень адаптивности, характеризующийся большей защищенностью и более широкой возможностью.

Любое утруждение предоставляет перспективу уроков, тренировок и испытаний достигнутых сил.

Даже самые правильные выборы пути законно ведут к затруднениям, так как без их преодоления невозможно было бы обеспечить качественный рост и успешное саморазвитие.

Само по себе дружелюбное, ненапряженное, оптимистическое и даже благодарное восприятие любого препятствия обеспечивает гармоничный контакт с ним, а значит и возможность

конструктивного его использования в интересах собственного роста.

Преграда творчески рассматривается как фокус усердной работы над обустройством мира, при которой развивается и совершенствуется сам работающий индивидуум. Без регулярных нарастающих напряжений сила истощается, а функциональная мощь органов и систем атрофируется.

Пассивная способность исчерпывается ввиду ее ненужности.

Так из-за недостаточности нагрузок и сонности впечатлений, из-за отсутствия острых переживаний и примитивности предлагаемых к разрешению задач утрачивается главное из всего того, что устремляет организм по стезе саморазвития — вкус к жизни, спектр потребностей, арсенал способностей.

Специи необходимы, чтобы возбуждать аппетит. Точно так же препятствия необходимы, чтобы вызывать желание их преодолеть, испытывая вполне законно торжество победы.

Поиск проблем, рассматриваемых как тренажеры развития способностей к разрешению, является поиском средств ускорения собственного развития. Нерешенное привлекает неизвестностью; оно дарит возможность пережить не испытанные еще силы и раскрыть неведомые без реализации потенциалы. Привычное, знакомое и стереотипное рано или поздно оказывается безвкусным.

Изобретательство — естественное состояние интеллекта, так как вне решения задач и усердного поиска ответов интеллект неизбежно хиреет и ослабевает.

Тренажеры заданий и преград хороши еще и тем, что в процессе развития все большее значение придается интеллекту и все меньшее грубо силовым возможностям организма. Чем больше и успешнее человек думает головой, тем меньше ему приходится впустую двигать ногами да руками. При этом руки и ноги вовсе не атрофируются. Просто они могут быть употреблены на что-нибудь полезное, например, для достижения наслаждения от самого процесса усилия.

«Ключ» помогает научиться успешно работать головой, высвобождая силы и время для радостей, игры и творчества.

Разрывая кольца неудач...

Любая неэффективность всегда проявляется стереотипно, автоматически и циклично. В основе повторяющихся неудач лежат неверные действия, основанные на ошибочных установках, поддерживаемых неверными убеждениями.

Сами по себе неудачи совершенно необъективны. Они являются отрицательными феноменами, т.е. простым отсутствием достижения желаемого результата. Поэтому неудачи как таковой в природе не существует — она есть лишь отсутствие реализации задуманного достижения желанной цели.

Если неудача оказалась замеченной и стала предметом осознанного недовольства, значит, реализующие ее деформированные стереотипы достаточно созрели для того, чтобы быть преодоленными и трансформированными в автоматизмы эффективных достижений.

Все осознаваемое готово для преобразования.

Все вошедшее в пространство осознания уже доступно для анализа и перемены.

Для того, чтобы искомая развивающая перемена оказалась эффективной и устойчивой, решение, принимаемое в связи с необходимостью преодоления очередного затора на пути развития, должно оказаться достаточно новым, достаточно радикальным, достаточно серьезным — и содержательно, и эмоционально.

Не следует пускать перемены самого себя на самотек, пусть даже благоразумно доверяя мудрости глубинной психики. Всегда полезно и целесообразно не один раз усердно поразмышлять, помоделировать и повообразить перед тем, как решаться на те или иные конкретные перемены в самом себе, т.е. в образе поведения и стилях восприятия.

Само по себе размышление есть не что иное, как усердное моделирование возможных вариантов развития ситуации, испытывающей наше преобразующее воздействие. Чем полнее, глубже и последовательнее пересмотрены все возможные варианты и чем тщательнее отобран и проработан нравящийся нам, тем скорее перемены нас удовлетворят и даже порадуют.

Необходимо учиться находить и принимать такие решения, которые изменяют приведшую нас к тупику в развитии ситуа-

цию *качественно*, т.е. превращая слабости в силу, переворачивая недостатки в преимущества и открывая незадействованные доселе источники ресурсов.

Решения должны быть не только спасающими от неудач, но действительно развивающими, т.е. повышающими уровень адаптивности и потенциал иммунитета.

Мастера самопознания знают, что драгоценная личная сила, или как ее еще иногда называют, «реализационная власть», накапливается из года в год верными решениями, принимаемыми в направлении осознанных обновлений собственной жизни. Чем сильнее эти решения, чем интереснее использование обстоятельств в целях развития, чем изобретательнее оказываются применяемые приемы извлечения силы из кажущихся банальными условий, тем интенсивнее наращивается волшебная сила мастера.

Вместо того, чтобы сосредотачиваться на мутном туманном образе неудачи и связанной с нею проблемы, прикрепленных к прошлому, лучше развернуться в противоположную сторону, к будущему, и радостно созерцать радужное пространство сияющих творческих решений.

Как обучаться на собственных ошибках?

- уважительно относиться к любому предлагаемому жизнью опыту;
- не допускать влияния неэффективности действий на самооценку;
- рассматривать неудачи и поражения как важные уроки, требующие внимания;
- видеть корень любой ошибки в неправильном личном отношении к порученному делу;
- не спешить осуждать себя за влияние тех обстоятельств, которые действительно не зависели от личной воли;
- воспринимать любую ошибку как повод для вдумчивой коррекции видения;
- неудачу понимать как предложение к развитию личной карты реальности;
- позитивно исследовать условия и последствия любого урока жизни;

- формировать на основе вдумчивого анализа опыта личностно значимые принципы, максимы и правила со ссылками на примеры конкретных жизненных неудач, полученных в результате пренебрежения правилами техники безопасности;
- регулярно углубляться в работу с паттерном «Извлечение опыта из допущенной ошибки»;
- вести диалог с собственным бессознательным для творческого моделирования стратегий безошибочного варианта развития событий;
- почаще обращать внимание на советы интуиции и внешние советы и подсказки, если последние носят позитивный и конструктивный характер;
- расширять спектр возможных вариантов выбора для того, чтобы точнее подстраивать образ предполагаемых действий к специфике конкретной ситуации жизнетворчества;
- никогда не спешить сваливать вину за допущенные неудачи на объективные обстоятельства — все равно в любом случае найдется, в чем усовершенствовать самого себя;
- помнить, что внимательность — ключ к любому успеху и достижению.

Как использовать надоевшие слабости?

Все слабости, недостатки и недоработки ценны тем, что прямо и непосредственно указывают нам на линии предстоящего развития, осознаваясь как нерешенные задачи и проблемы, нуждающиеся в разрешении. Зоны личного жизненного мира, в настоящее время не являющиеся участками расширения и не подлежащие интенсивной трансформационной переработке, оказываются неактуальными и как бы незамечаемыми, т.е. как недостатки и слабости попросту не осознаются.

*За указание на линию предстоящего развития
стоит благодарить собственные слабости,
дисгармонии и неумения.*

Всякая слабость имеет свою историю и собственный смысл в контексте интегрального развития целостной личности. У каждой слабости есть некая собственная причина, с которой она связана биографически и ассоциативно.

Каждый недостаток специфически встроен в целостную картину того, что именуется жизненным путем, а потому не

может быть презираем и игнорируем, но напротив, должен быть переименован как возможность, как потенциал, как повод для развития.

Преобразование слабости в преимущество должно быть тонким и уважительным, интеллектуально изощренным и художественно изящным.

Ни в коем случае нельзя относиться к самому себе как к преступнику, негодяю или негодному существу. Как сказал один из известных российских психотерапевтов, «себя необходимо любить, ибо, зачем же совершенствовать то, что тебе самому не нравится».

Любая трансформационная практика, ориентированная на интенсивное личностное развитие и расширение творческих возможностей, подразумевает необходимость полного отвержения чувств вины, стыда, пораженчества и капитулянтства.

Лишь при достаточно высоком уважении к собственным потенциалам, лишь при обращении с самим собой как заслуживающим почтения и признательности партнером по творческим играм, можно рассчитывать на успех осознанно стимулированного развития.

Без личного принятия себя, какой ты есть, ни о каком эффективном внутреннем диалоге с самим собой, лежащем в основе любого творчества, и быть не может.

Уже одно только пристальное внимание к самому себе непременно сработает лучше всяких советников. Наше внимание к самим себе при должной уважительности самовосприятия ориентировано на открытие внутренних ресурсов.

Стоит лишь разрешить себе быть талантливым и могучим, как отвечающие этим представлениям силы непременно появятся.

Волшебные сказки не раз предупреждали об опасности пожеланий. Человек, как и мир, есть реальность возможностная. Как ты о ней подумаешь, таковой она и становится. Достаточно воспринять Вселенную как нерушимую и твердую, как она тотчас же становится таковой. Но стоит подумать о ней как

о пластичном и текучем материале, подвластном не только рукоделию, но и мысленному приказу, как волны материи начинают резонировать в ритме мыслящего сознания и слушаться приказов того, кто уважительно предоставил мирозданию возможность быть творчески пластичным.

То же и с человеком — пока мы не доверяем самим себе, мы остаемся слабыми и немощными. Но стоит нам поднять курс собственных акций, как вдруг откуда-то из внутренних пространств обнаруживаются чудесные силы, и все наши мнения о себе успешно подтверждаются, да еще с завидным постоянством.

Просто следует помнить о том, что лучший ответ нам самим всегда заранее известен. Следует искренно, без оговорок и сомнений доверять собственному организму, надеяться на его мудрость, ценить все открытые для него возможности, и помнить, что мир повинуется творческой мысли: каким мы себе его помыслим, таковым он для нас и окажется.

Можно годами рассуждать по поводу научной обоснованности доверительной к **возможности** позиции. Но все времена и самые разные культуры главным своим наследством представляли именно такое **психоцентричное** представление о мире. Вряд ли мудрецы древности были глупее нас с вами, как мы нередко позволяем себе считать.

Когда мы доверяем могуществу целостного организма, когда мы недвусмысленно оставляем за собой право быть **возможностными**, сильными и всесторонне одаренными, тогда любая наша собственная слабость попросту сдается ведь против нее согласно принимается голосовать весь организм.

Жизнь становится приключением, ведущим ко все большему совершенству через все более интересные загадки и запутанные проблемы. Жизнь превращается в некое высшее подобие шахматной игры с самим собой, в которой не бывает проигравшего. Просто время от времени задается вопрос — «Ну, что мы станем совершенствовать, изменять и развивать на этот раз?».

Живая энергия сокрыта в страхе

Нейрологически страх связан с неверным сплетением ассоциированных впечатлений, при котором реальные негативные воспоминания прошлого самым причудливым образом пере-

плетаются и сплавляются с самыми различными поступками, мнениями и ожиданиями, к которым они объективно не имеют ни малейшего отношения.

Приверженцы психокультуры, решившие перекодировать собственный внутренний опыт, неизменно испытывают на себе чудо трансформации, проявляющееся в первую очередь в открытии в самих себе дара чудесной живой энергии. Энергия эта годами оставалась связанной всевозможными ассоциативными сетями страхов и не могла быть приведена в действие из-за того, что шла на поддержание самих этих страхов, точнее, на обеспечение функционирования нейронных механизмов, обеспечивающих избегание встреч с ситуациями ложных опасений.

Как только человек научается преодолевать свои опасения и решается вступить в борьбу с самими страхами, победа над ними одаривает его неслышанно могущественной энергией, которая всегда была его собственной. Просто из-за сонма привычных тревог и непрекращающихся сомнений в собственных силах он не был в состоянии вступить с нею в прямое взаимодействие.

*Все освобождения, освоения и избавления
неизменно вливают в нас новые свежие силы.*

Поэтому страхов не только не следует бояться, но и не следует их игнорировать или презирать. Страхи — наши драгоценные источники внутренних сил, к которым следует относиться, как минимум, уважительно, а то и с благодарностью. Страхи — наш энергетический «неприкосновенный запас», наши сокровенные запасники, которые до поры до времени сохраняли для нас самих наши же собственные внутренние энергии, — до тех пор, пока мы, наконец не разобрались с упорядочиванием своего внутреннего мира и не стали достаточно компетентны для того, чтобы осознанно и открыто эти энергии использовать.

Посетителей, несущих весть о пожаре в здании, негоже оставлять в ожидании в приемной. Эволюционные функции боли и страха тождественны: предупредить о грозящей опасности и уберечь от ненужных столкновений с вредным, опасным и разрушительным. Если боль свидетельствует об опасности внутренней, то страх предупреждает об опасности, исходящей от некоего внешнего существа или объекта.

Однако сигналы опасности полезны до тех пор, пока мы остаемся свободными в выборе характера реакции на них. Когда же они автоматически принимаются командовать нашими поступками и распоряжаться нашими реакциями, мы обязаны преодолеть зависимость от них и вернуть себе руководящее право в собственном жизненном мире. Именно такое возвращение страха на его законное место и дарит приток сил, порождаемый раскрепощением очередных уз страха.

Исследование страха всегда требует некоего самопреодоления, некоего внутреннего усилия. Однако преодоление это гарантирует быстрое и мощное продвижение вперед в собственном развитии. Использование «Ключа» помогает совершить преодоление боязни мягко и безболезненно. Под влияниями цветных анимаций страхи осознаются легко и непринужденно, как будто не мы ведем диалог с собственным разумом, а нам о нас рассказывает кто-то другой, прекрасно осведомленный обо всем происходящем в нашей собственной душе.

Осознаваемая трансформация страхов и перекодирование дисгармоничных ассоциативных сетей способствует действительному росту адаптивности и иммунитета.

Само по себе идеаторное, эйдетическое, внутреннее переживание страха по принципу «как если бы» (воображаемое, представляемое, моделируемое) совершенно безопасно, что следует хорошенько запомнить, отваживаясь на первые **страхолитические** эксперименты. По мере накопления навыков самопреодоления это занятие непременно станет захватывающе интересным и совершенно безболезненным, так как идея о собственной неуязвимости глубоко утверждается в душе занимающегося и служит своего рода незыблемым якорем, который помогает удерживать фокус самосознания даже в самых непростых эмоциональных бурях и неожиданно налетающих штормах глубоких переживаний.

Так, через преодоление одного грозового заслона страха за другим, и совершается развитие человека как самосознающего существа. Расширение сознания есть не что иное, как избавление от ложных страхов. Развитый человек отличается от незрелого именно способностью властвовать над собственными внутренними состояниями. Первыми дрессировке и окультуриванию должны быть подвергнуты именно те душевные процессы,

которые ответственны за возникновение, развитие и преодоление страхов.

Человек как художественный шедевр

Многие привыкли противопоставлять естественное и искусственное, забывая о том, что нет ничего более естественного, чем шедевры искусства. Под искусственным нередко понимают ненастоящее, дисгармоничное, чуждое природному и противостоящее ему. Но подлинное искусство всегда рождается из восхищенного созерцания художником прекрасного в природе и фактически является выражением всех тех уроков гармонии, которые мастер получает у природы.

Какими бы естественными и спонтанными ни казались бы мы сами себе, все же приходится соглашаться с тем, что каждый из нас лепит сам и свою судьбу, и свой характер, и все свои дела и состояния. Каждый из людей является интуитивно мудрым художником, ибо каждому присущ первоприродный инстинкт творчества, родственный стремлению к развитию.

Первым и наиболее важным материалом, с которым каждому приходится работать, неизменно оказывается материал его собственных будней, его собственная психика и все то, что он сам создает и порождает.

Именно понимание событий, отношений и состояний как пластического материала, служащего основой художественного творчества жизни, позволяет глубже осознать собственную ежеминутную **креативность** и глубину ответственности каждого за ту жизнь, которую он сам творит и сам же проживает.

Многим хочется непременно посадить дерево, написать мудрую книгу или накопить огромное богатство, тем самым проясняя мощь присущего им творческого дара. Но мало кто задумывается над тем, что главным шедевром, созданию которого мы посвящаем все минуты нашего земного бытия без остатка, являемся мы сами и все то, что совокупно именуется нашей жизнью.

Конечно, большей частью мы творим самих себя бессознательно, автоматически, не утруждаясь помыслами о природе нашего жизнетворчества и личной ответственности за его последствия. Но все же это творчество, хотя порой в своей спон-

танности оно и приводит к созданию странных болезненных пародий на красоту.

Присущий всем нам дар житнетворения должен осознанно оформляться и гармонично использоваться.

Точно так же, как всем нам присуща способность к речи, но далеко не каждый умеет правильно выражать свои мысли, тем более влиять на мышление собеседников, так и искусству создания собственной жизни необходимо учиться. Искусство **самотворчества** как раз и является предметом обучения у православных старцев, отшельников-друидов или индийских гуру. К Наставникам Жизни отправлялись те, кто не желал удовлетворяться рядовой повседневной автоматичностью и стремился к созданию интенсивной, красочной и насыщенной жизни.

Самосозидание синонимично **психокультуре**. Психологическая культура — это не свод внешних правил и не перечень приемов интенсивного отдыха. **Психокультура** есть мастерское практикование самой жизни!

Шлифовка и доводка шедевра нашей жизни происходит непрестанно на протяжении всех лет земного пути. Поэтому **психокультура** есть не только компендиум практических знаний о самом себе и о методах самоуправления, но и некое возвышенное состояние свободы и ответственности, в котором пребывает осознающий себя человек, занятый усердной реализацией идеи **самосозидающего аутоцентризма**.

Вылепить достойную жизнь сложно и трудно, поэтому порой на это уходят долгие десятилетия. Многим известно, как долго писали свои живописные шедевры Леонардо да Винчи и Александр Иванов. Но насколько же целостная жизнь сложнее и богаче самого роскошного живописного полотна!

Всю свою жизнь как единое целое необходимо понимать как **Большой Проект**, а себя — как архитектора Дворца Собственной Жизни, как дизайнера Пространства Достигнутых Смыслов и Проявленных Сил. Тогда раскрытие глубинных способностей оказывается не самоцелью, а понимается как тождественное желанию любого развивающегося художника получить в свое распоряжение более богатую палитру, соответствующую его творческим возможностям.

Конечно, каждый одарен богато и невообразимо многим. Но все же в своих целостных **способностных спектрах** мы все же

уникальны. И хотя у каждого в зависимости от условий творчества и внутренних потенциалов различные ракурсы видения себя и мира, художничаем мы все без исключения потому что жизнетворчество является синонимом сознательной человеческой жизни как процесса **самосозидания**. Потому-то все без исключения должны иметь возможность изучать искусство **психокультуры**, одним из наиболее доступных и эффективных инструментов которой является «Ключ».

Совершенство как условие самоуважения

По-настоящему ценить и уважать можно лишь незаменимое, жизнеспособное и безусловно ценное. Уважения достойно все то, без чего мир становится беднее и бессодержательнее. Степень действительного совершенства сопряжена со степенью оказываемого этому совершенству уважения.

Многие люди ошибочно воспринимают самих себя как некую аморфную массу, находящуюся под постоянным хаотическим давлением окружающей среды и лишь в очень ограниченной мере способную к принятию решений и исполнению задуманного.

Подлинный облик человеческого существа как живой психосубстанции — развивающийся драгоценный кристалл.

В самом себе каждый человек обладает потенциальной интегративностью, гармонией и завершенностью самоцвета. Его потенциальность, которой не заглушить, ни удалить, не отнять, сама по себе заслуживает поклонения как образ возможного совершенства. Беда только в том, что большинство из нас оказываются недоделанными полуфабрикатами, незавершенность которых вынуждает их относиться к себе с неуважением.

Однако человек есть процесс, направленный в сторону совершенствования, а потому по большому счету неуважение к себе никогда не может считаться оправданным. Человек есть вестник возможного совершенства, которое рождается в нем самом его же собственными усилиями. В этом он прекрасен, и за это он всегда, безусловно, достоин самого серьезного и глубокого уважения.

Полнота уравновешенного позитивного отношения к самому себе, синонимичная самоуважению, достигается не в абст-

рактный момент запредельно далекого достижения вершины совершенства, но в момент полноты осознания умения развиваться и творить себя совершенно самостоятельно.

*Саморазвивающийся самоцвет —
таков истинный облик человека.*

*Само по себе развивающее устремление к большему
совершенству наделяет живой кристалл человеческого
существа таинственным сиянием предчувствия
большей гармонии.*

Совершенство — такая же абстракция, как мгновенность или законченность. Жизнь по определению динамична, поточна, процессуальна, поэтому ее подлинная красота неизменно текуча и переменчива. Вряд ли можно любоваться мертвенно застывшим морем, но размеренное набегание волн на берег вызывает ни с чем не сравнимое ощущение беспредельности покоя.

Совершенны все отдельно взятые по себе мгновенные фотографии реальных предметов и существ, так как в развивающемся целом все сгармонизировано идеальным для данного момента образом. Все частицы единого целого движутся в своем развитии по взаимно согласованным траекториям и предусматривают определенное поведение всех остальных при спонтанном выборе собственного пути каждым.

Поэтому все созерцаемое воистину прекрасно, ощущение же незавершенности возникает в связи с ложным представлением о недопустимости потока и незавершенности предпринятого движения. Лишь согласие на обязательность постоянного и непрерывного изменения привносит в душу покой укоренности в живом процессе переливающегося бытия, всегда самождественного и в то время всегда неравного самому себе.

Семя, оно же дерево, оно же плод — верно это или нет? Разумеется, одновременно да и нет. Живое всегда беременно новыми состояниями, коренящимися в имеющихся, но не сводящимися к ним. Живое всегда распускается по-особому в новых условиях, но при этом сохраняет основные признаки устойчивости присущих ему структур. Живое всегда непредсказуемо и прогнозируемо одновременно.

Вряд ли Чудо Жизни в достаточной мере осознается кем-либо из современников так, как понималось оно поэтами и му-

зыкантами, философами и мистиками. В осознании парадоксальности и волшебства живого лежит ключ к примирению с природой, не только внешней, но, прежде всего, своей собственной — человеческой.

Ожидания и цели **самоизменения** включены в исходную структуру развивающегося существа. Тем самым они выводят предмет за его собственные границы и делают его неравным самому себе. Любой развивающийся объект насыщен таящимися в его глубинах ожиданиями и возможностями, а потому несравненно интереснее своей статичной структуры.

Раз все в согласованном мире есть движение, и направление этого движения есть совершенство и гармония, то даже осознанное уважение к собственному потенциалу делает нас неисчислимо богатыми, т.е. **возможностными**, одновременно единными и различными, что невозможно сформулировать логически.

Гармония красоты постигается как раз в одномоментном восприятии наличности и **возможности** как равносущих, в снятии всех возможных противоречий за счет размытости развивающегося целого по оси времени. Живое существо одновременно интегрирует в своем настоящем свое прошлое и свое будущее, которые перестают оставаться логическими абстракциями, а включаются в ткань текущего по праву опыта и цели.

Реализуемо даже невозможное!

Каждому из нас необходимо поскорее проникнуться уважительным почтением к всемогущим силам самоорганизации, которые действуют во Вселенной, причем действуют повсюду и с равной успешностью.

Люди привыкли к жесткому разделению любых состояний, событий и целей как возможных и невозможных, осуществимых и неосуществимых. В то же время в новой квантово-механической картине мира невозможного в принцип не существует. Во всяком случае, даже самое что ни на есть трудно осуществимое представлено математически как ничтожно маловероятное, но все же вероятность его наступления отлична от нуля.

Опыт же исследования формирующего потенциала тренированно сосредоточенного сознания и динамических возможностей ориентированного на достижение цели разума указывают

на возможности сдвигания квантово-механических волн вероятности в желаемом направлении, как говорится: «Если нельзя, но очень хочется, то можно».

Подойдем к проблеме невозможного с другой стороны. Во-первых, мы сами ограничены как личным, так и коллективным опытом столкновения с феноменами и событиями жизни, на основании которого склонны делать далеко идущие выводы о возможности или неосуществимости того или иного. Не следует забывать, что речь в данном случае идет не об истине, а об опытно подтвержденном мнении, ограниченность которого попросту очевидна и не должна упускаться из виду. Иначе эта мнимая истинность самоограничения превратится во внутренний **самозапрет**, который будет мешать осуществлению задуманного.

Во-вторых, раз уж возникла какая-то идея пожелания, разродилось конкретное стремление, сформировалась некая определенная фантазия, значит, нечто в мировом пространстве уже начало быть. Мысль есть самосущее нечто, а потому ее рождение само по себе обязано приниматься нами в расчет как реальное свидетельство потенциальной осуществимости того, что оказалось предметом конкретного родившегося в сознании размышления.

В некоем смысле жизнь мира представляет собой динамику взаимоотношения воплощенных идей. На самом деле в нашем распоряжении находятся все ресурсы мира. Но только от нашего творческого пожелания зависит, как именно мы сможем их употребить и в каком направлении направим развиваться организуемый нами творческий процесс.

Начало всему, причина реализации — яркий образ цели, ясный рисунок результата, отчетливое видение достижения.

«Ключ» помогает пробудиться от спячки, разбудить глубинные архивы собственного мозга и вызвать на поверхность сознания самые интересные и важные идеи, которые впоследствии станут центрами кристаллизации новых проектов и свежих мечтаний. «Ключ» способствует генерации новых картин возможного будущего, а значит, помогает породить новые содержания жизни, помогает сделать первый шаг по пути к тому, что нам самим мило и любо.

Занимаясь активным миротворением, следует оставить в стороне унылые уговаривания недоверчивых окружающих

в невозможности осуществления нами задуманного. Как только мы поверим в невозможность свершения — она уже состоялась. Как только мы нарушим право иллюзии оставаться подобием истины — тотчас распахиваются врата возможностей, и сами собой, под действием всепроникающих и вездесущих сил самоорганизации, начинают обнаруживаться неожиданные ресурсы и потенциалы, использование которых нам и поможет приблизиться к реализации желанной цели.

Человек творит в согласии с Законами Целого. Одним из тончайших и в то же время неоспоримых свидетельств в пользу возможности чего-то стать осуществленным является само обнаружение этой цели в сознании человека как мечтания и пожелания.

*То, что должно родиться в мир,
сначала зарождается в творческом сознании.*

Поэтому все интересующее нас уже имеет право на осуществление и никаких преград тому быть не может — невозможное в голову не приходит! Лучшим же способом самоспасения и самоисцеления является вдохновенное **самотворчество**. Сам человек со всеми его силами, ожиданиями и возможностями и является для себя первым материалом, успешное преобразование которого к желаемому виду убеждает его в принципиальной достижимости любых задуманных им пожеланий и целей.

Пригласите окружающие силы!

Большинство ограничений для самих себя в своей жизни создаем мы сами. Мы запечатываем привычной **самоцензурой** и неверием в личные творческие потенциалы собственную открытость, а значит возможность присоединить к себе все то, чего нам недостает для достижения желаемого.

Мало кто всерьез задумывался над тем, что человек — действительно термодинамически открытая система, своего рода таинственная машина по извлечению всего, что ей только требуется для осуществления желаемого, из окружающей среды. Причем для реализации целей вовсе не обязательно упрячивать все магнитно притянутое внутрь себя с тем, чтобы после из себя же все это на нужное дело и извергнуть.

Мы вполне в состоянии выступить в роли организующего внешнюю активность центра, который приведет в движение дремлющие вокруг нас силы и заставит их поработать на то, что приемлемо для нас самих. Именно в этом заключен смысл миссии человека как Распорядителя Природных Сил, Садовника Вселенной, Попечителя Всех Живых Существ и Организатора Любых Процессов.

Для инициации масштабной активности вне себя необходимо тщательно продумать возможности целенаправленного привлечения всех тех, кто может быть заинтересован в нашем успехе, как в своем собственном. Таких людей всегда оказывается гораздо больше, чем принято думать.

Психологи называют лидером того, кто создает такие системы действий, в которых другим просто хочется принимать участие. Любая же система достижений начинается с яркой творческой мысли, организующей пространство вокруг осознанной потребности.

Ясно и четко сформулированная перспективная целевая стратегия с продуманно оформленным осязаемым и предсказуемым конечным результатом и сопутствующим анализом всех преимуществ и выгод такого достижения является осевым магнитом самоорганизации всех близких сил, необходимых ресурсов и открытых к сотрудничеству единомышленников.

Очень важно понять, что каждый из нас находится в центре собственного жизненного мира, общие ресурсы которого реально необъятны и неисчерпаемы. Перед творцом стоит задача — закрутить все это в карусели осуществления задуманного, привести в организованное движение, направить на созидание нужных результатов.

Привести окружение в организованное действие можно только одним — собственным усилием, продуманность и адекватность которого сложившейся наличной ситуации будет такова, что его напряжение приведет в действие большие скрытые напряжения, которые после примутся разворачивать процессы по велению сил самоорганизации. После инициации движения останется лишь «пасти» происходящее, умело и тонко направляя процесс к цели.

Главным инструментом динамизации окружения является проектно ориентированная мысль.

Не нужно пытаться поднять тонну — нужно договориться и пригнать автокран. Единственные центры динамической организации сил — люди, с движущими их поведением мотивами, организующими их действия представлениями и управляющими их творчеством и отношениями.

Умение работать с людьми равноценно умению магически активировать скрытые ресурсы материальных потенциалов.

Руководитель всегда остается активно спокойным. Для обеспечения принятия безошибочных решений и тонкого отслеживания промежуточных результатов общего процесса развития действий необходим очень ясный, уравновешенный и спокойный разум. Поэтому спокойствие и умение отказываться от суеты и спешки является определяющей чертой эффективного лидера.

Опытность в преодолении неожиданно возникающих препятствий и умение не сомневаться в успехе в перспективе столкновения со сколь угодно крупной преградой отличают действительно успешного оператора обстоятельств, который имеет право верховодить любыми потоками происходящего, развитие которых ведет его к достижению интересующей его цели.

«Ключ» позволяет организовывать проектно ориентированную мысль, тщательно продумывать выстраивание отношений и управлять собственным мотивами, а также в любой ситуации сохранять безусловную уравновешенность разума, позволяющую проникать в самые причины текущих событий и четко видеть ту цель, к которой устремляется вся динамизированная совокупность работников, ресурсов и сложившихся ситуационных обстоятельств.

Тайные силы человеческого организма

Наше сознание — великий помощник, прекрасный администратор и чудесный распорядитель всего того богатства, что развивается в нас самих собственными путями и живет своей жизнью. Получается увлекательный парадокс. С одной стороны, сознание верховодит в тех случаях, когда что-то нужно мобили-

зовать, преодолеть или изменить. С другой стороны, основная канва существования сплетается в темноте неосознанности и может быть рассмотрена по деталям и фрагментам, но никак не вся в целом, так как попытки осветить ее в целом для того, чтобы понять ее фокусным сознанием, обречены на провал.

В нас самих действуют Божественные Силы, лишь в последнее время попавшие в поле зрения исследователей. Разумеется, доступность какой-то части этих Величественных Движущих Сил Жизни научному изучению еще не означает их полной познаваемости и, тем более, подвластности человеческой воле. Как и многое в сотворенном мире, человек может использовать их ради своего развития и счастья, но далеко не все ему подвластно и даже постижимо для его разума.

Силы самоорганизации подобны тем поездкам, которые под руководством машинистов движутся по проложенным рельсам в направлениях, переменяемых стрелочниками сознания. Откуда сознание знает, куда далее следует направить путь состава? Это решение принимается в некоей таинственной инстанции, которую некоторые называют Высшим «Я» человека, некоторые — Сокровенной Мудростью Организма, а третьи — Голосом Божественного.

«Ключ» помогает сопрягать работу «стрелочников» и «машинистов» при условии их полного послушания интуитивно воспринимаемому голосу **предпочтения** и пожеланий, выражающих вершинную и глубинную природы человека.

Как именно действуют силы самоорганизации в пределах целостного организма человека, еще предстоит выяснить правнукам современных ученых. Почему эти силы действуют именно так, а не иначе — этот вопрос необходимо адресовать богословам и философам. Зато практически использовать тайные силы самих себя ради своего же совершенствования мы не просто можем, но и обязаны.

Чем лучше мы используем все то, что нам даровано и передано, тем больше мы оправдываем свое именование как сотворцов. Ведь мы учимся творить самих себя! Это ли не самое прекрасное из всех известных искусств!

Восхождение к феноменальности

Мастерам йоги и искусникам боевых искусств, одаренным музыкантам и успешным предпринимателям известно, что ис-

точником любого успеха неизменно оказывается умение предельно полно сосредоточиться на произвольно выбранном участке реальности, свободно управляя своим сосредоточением в пределах сколь угодно длительного времени.

Аналогично в химии, физике и информатике новое качество нередко порождается при достаточно высоких концентрациях исходного вещества, энергии или информации. Объединения одаренных мыслителей в одном коллективе нередко приводит к порождению феноменального эффекта в эффективном решении задач. Сосредоточение энергии в луче лазера позволяет производить удивительные физико-химические эффекты. Накопление же «под одной крышей» тысяч превосходных экспертов и источников информации делает учреждение безусловным лидером в определении направлений общественного развития.

Метафоры атомного распада и лазерного луча послужили рождению идеи генерализованной накачки **самоприказа** в мозге, который под давлением ритмически внедряемого пожелания проявит нечто вроде феномена цепной реакции, многократно расширив собственные привычные возможности в избранной области мозговой информационной или энергетической активности.

Для создания благоприятных условий генерализованной накачки **самоприказа** в мозг используется распределение сеансов самовоздействия в периоды пиковой восприимчивости занимающегося к влияниям извне (существует целая система организованных ритмических изменений функционального состояния перцепторной активности — от внутрисуточной до месячной и годичной). Так что возможно использование эффекта резонансного усиления эффективности **самоприказа** в периоды особой чувствительности мозга, к примеру, в **возможностных состояниях**

Произвольная психическая концентрация бывает двоякого рода: в пространстве (к примеру, на точке) и во времени (длительная подготовка к определенному моменту начала активных действий, накопление сил, тренировка требуемых для успеха способностей, создание особого рода мультиготовности).

После изучения суточной и недельной картин индивидуального ритма восприимчивости и формирования суггестивных каталитических паттернов наступает период накачки самовли-

яния. Нарастание интенсивности давления на мозг вызывает интенсивную перестройку нейроанатомических структур, поэтому в промежутках между влияниями важно соблюдать особую диету, специальный режим сна и отдыха, особый порядок поддерживающей суггестии и питание мозга предпочитаемыми потоками сигналов, которые будут энергетически питать происходящую перестройку.

При правильной реализации метода достигаются устойчивый результат краткосрочного сверхинтенсивного развития вполне определенных мозговых микроструктур, ответственных за реализацию заданных операций и функций. Исследования последствий реализации такого рода методов необходимо проводить на крепких добровольцах, обладающих достаточным запасом организационной прочности для того, чтобы сопротивляться возможному негативным эффектам, неизбежным на первых порах в связи с неотработанностью методики. После технологического усовершенствования указанного метода его можно использовать при целевой подготовке профессионалов, занятия которых требуют формирования совершенно особых мозговых функций (мнемических, перцепторных, мотивационных).

Полнота свободы от вынужденности

Главным результатом достижения полноты душевного здоровья является проявление ясного видения, благодаря которому любая проблемная ситуация четко осознается и позитивно рассматривается как поле приложения творческих сил. Утеснение и ограничение преодолемы, если сохраняется четкое понимание цели и имеется достаточное знание о потенциале имеющихся в доступе ресурсов.

К сожалению, большинство людей спешат принять первое смутное впечатление за истину в последней инстанции, даже не задумываясь над возможностью внимательного исследования наличной обстановки на предмет обнаружения скрытых возможностей и ресурсных потенциалов.

Жизнь сама по себе синонимична развитию, поэтому безвыходные ситуации реальны лишь как слова человеческой речи, выученные капитулянтами и лентяями. Безвыходных ситуаций не бывает — либо будут найдены и приведены в действие необ-

ходимые ресурсы, либо будут приняты соответствующие корректировки стратегического курса, либо сама по себе задача достижения будет переформулирована с тем, чтобы привести исходные данные и задаваемый вопрос к более гармоничному (более приемлемому в сложившихся условиях) виду.

Большинство проблем попросту галлюцинируется людьми.

Никаких особенных глубоких решений для достижения успеха порой вовсе не требуется. Просто за проблему принимается естественная необходимость потрудиться для получения интересующего нас самих результата.

Главное ограничение человеческой жизни стыдливо укрывается в наших собственных неосознаваемых привычках сдаваться раньше времени и спешить выбрасывать белый флаг там, где победа остается высоковероятной и вполне достижимой.

Овладение искусством самоуправления расковывает творчество жизни. Сам по себе опыт побед и успехов убеждает в принципиальной одолимости любых преград и препятствий. Конформные долженствования и ограничивающие родительские стереотипы перестают каркать из скворечника Супер-Эго, а рассматриваются человеком совершенно сознательно — как автоматизмы, которые приходится выслушивать, но с которыми можно и не соглашаться.

Просто нужно помнить о том, что никто извне никогда не «рулит» человеком, кроме него самого. «Рулят» им родительские ошибки и отголоски психотравм далекого прошлого, но «рулят» с его собственного позволения и при его постоянно возобновляемом и поддерживаемом попустительстве. Однако массовое распространение «Ключа» предоставит десяткам миллионов художников жизни уникальную возможность от всей души удивиться тому, что нерешаемых задач действительно не существует!

Часть IV

РЕЦЕПТЫ ТВОРЧЕСКОГО САМООБНОВЛЕНИЯ

Глава десятая «ПРИЕМЫ ГЛУБИННОЙ ГАРМОНИЗАЦИИ»

Какие выигрыши даются освоением «ключа»?

Успешное овладение «Ключом» гарантирует безусловную доступность для перемен всего того, что составляет наш собственный разум, наше поведение и наш телесный организм. Разумеется, мера и степень производимых произведений соответствуют усердию и времени, затрачиваемым на проведение осознанной целевой трансформации. Однако, учитывая тот факт, что всякая очередная победа над косностью материала собственного организма добавляет сил и уверенности и делает последующие достижения более простыми и легкими, фактически нам доступно сотворить все то, чего мы сами по-настоящему сможем захотеть.

«Ключ» гарантирует возможность оптимального достижения любых желаемых перемен в окружении, на которые мы в состоянии оказывать целенаправленное творческое воздействие. Работа с ним приносит особое удовольствие, связанное с переживанием собственного полновластия над материалом своей жизни и инструментом собственного организма как психосоматического целого.

«Ключ» помогает в кратчайшие сроки и без особых затруднений овладеть искусством понимания существа собственных желаний, позволяет коллекционировать анимационно-звуковые портреты собственных состояний и предоставляет возможность глубокого и эффективного отдыха, заключающего в глубоком восстановлении способности к жизнотворчеству и защитных сил организма.

«Ключ» открывает перспективу здоровосозидающей профилактики большинства известных в настоящее время заболева-

ний и гарантирует каждому максимальную полноту уверенного развития спектра собственных врожденных способностей. Усиление творческого потенциала позволяет устойчиво наращивать собственную профессиональную компетентность и достигать сколь угодно серьезных творческих задач в самопреобразовании в точном соответствии с собственными целями и согласии с личностно значимыми ценностями.

«Ключ» позволяет целенаправленно мобилизовывать собственные энергоресурсы как за счет открытия глубинных организменных источников, так и за счет магнитного притяжения рассеянных в окружающем пространстве живых энергий. «Ключ» помогает достигать максимума проявления собственной одаренности тогда, когда сам человек рассматривает это как желательное.

Наконец, «Ключ» помогает обрести глубокое самоуважение за счет развития полноты всестороннего осознанного самоконтроля и реализовать благодаря этому все программы, совокупно слагающие проект личного счастья.

Реализация всех личностно значимых пожеланий, синтетически представляющая собой мечтание о счастье, и является главной стратегией саморазвития с помощью «Ключа» — ключа к собственному будущему, созидаемому совершенно самостоятельно!

Очищение каналов органов чувств

Объединение самосознания и внимания к текущему процессу дыхания неизменно интегрирует целостный организм и содействует восстановлению полноты согласованности самых различных функций, впечатлений и восприятий. Необходимо время от времени периодически прилагать сосредоточенное сознание к отслеживанию процесса восприятия того или иного вида ощущений — зрительных, слуховых, обонятельных, осязательных или вкусовых.

Осознанное избирательное восприятие при общем расслаблении и уравновешенном дыхании неизменно способствует повышению качества функционирования сенсорных каналов и развитию чувствительности тех органов чувств, которые время от времени становятся объектом пристального внимания к самому себе.

Опытные дегустаторы ароматов и вкусов демонстрируют всем нам наши собственные перспективы развития избирательной сенсорной чувствительности. Осознанная тренировка позволяет достигать действительных чудес в расширении сенсорной чувствительности. Фактически развитие сенсорных каналов раскрывает потенциал более избирательного, спектрально полноценного и согласованно целостного восприятия окружающей жизни и самих себя. Сенсорные каналы органов чувств представляют собой ту границу, посредством которой мы сами взаимодействуем с окружающим миром. Других границ у нас попросту нет. Поэтому внимательный уход за развитием ощущений неизменно расширяет площадь нашего полисенсорного контакта со средой и делает нашу жизнь полноценнее и симфоничнее.

Развитие сенсорных впечатлений дарует нам возможность осознанно увеличить энергоприток из среды. Дело в том, что наш организм питается не только вырожденными килоджоулями, получаемыми при расщеплении вещественной пищи, но и самым непосредственным образом насыщается за счет притока чувственных впечатлений. Это тем более важно, что даже получаса осознанного внимания к органам чувств в день более чем достаточно для круглосуточного развития и расцвета нашей чувствительности.

В период осознанных тренировок наш организм как бы получает от сознания самоприказ, указывающий на область и характер необходимого развития. В часы же, разделяющие каждодневные тренировки. Происходит незримое совершенствование функционирования чувствительных клеток наших органов чувств таким образом, что от тренировки к тренировке мы замечаем все более возрастающую избирательность ощущений и чувствительность восприятий.

Благодаря такому сознательному развитию собственной сенсорной отзывчивости происходит спонтанная гармонизация системы внутреннего опыта, который, как и весь организм, благодаря усиленному притоку энергетизированных впечатлений тяготеет к самоорганизации, как минимум, в тех своих отделах, которые напряжены необходимостью поиска более уравновешенных отношений между элементами опыта.

Само по себе очищение сенсорных каналов является приятнейшим упражнением, которому можно предаваться в любое

время, когда только удастся вспомнить о нем. Для окружающих такие тренировки незаметны. Приносимые же ими удовольствие и польза таковы, что организм со временем сам начинает автоматически входить в состояние осознанной чувствительности с тем, чтобы еще и еще раз переживать сладостные моменты углубления восприимчивости и получать все связанные с этим возвышенным физиологическим состоянием эффекты.

Такое «очищение восприятий» мощно интенсифицирует творческие процессы, развивает интуитивное мышление и углубляет художественный вкус. Оживление собственных восприятий открывает для нас новые обертоны звучаний мира, раскрывает новые грани понимания, фактически раздвигая границы нашего прикосновения к действительности.

Процесс этот дарует занимающимся всегда радующее ощущение новизны окружающей реальности, которая омолаживающе и развивающе влияет на любого человека, желающего полнее и глубже воспринимать все то, что нам даровано.

Пределов развитию органов чувств не существует, а метод такого развития один — регулярное проявление внимательности к процессу собственных восприятий.

Как достичь полноты душевного покоя?

Для начала следует понять тот факт, что за этим выражением скрывается масса самых разнообразных состояний, различия между которыми порой не так уж легко определить привычными словесными описаниями. Приходится учиться чувствовать, переживать, вживаться, и личный опыт в обретении дара различения состояний незаменим.

Покой — вовсе не остановка, а скорее установление некоей особенной внутренней гармонии, максимального глубинного комфорта, в котором останавливается рассудок и внутренняя речь, но активизируется ясное осознание происходящего. Именно такой покой необходим для достижения состояния высокой созерцательности, которое так высоко почитают на Востоке.

Необходимо прибегнуть к возможностям «Галереи состояний» для углубленной разработки паттернов сразу нескольких видов душевного покоя, используя для каждого из них определенное слово в качестве опознавательного символа, вокруг ко-

того при работе с паттернами будут невыразимым образом организовываться всевозможные переживания. Такими ключевыми словами, активирующими различные состояния душевного покоя, могут быть следующие: Пробужденность (Рассвет), Уравновешенность (Весы), Всеохватность (Полет), Углубленность (Погружение), Защищенность (Бастион), Незыблемость (Фундамент), Восхищенность (Парение), Непререкаемость (Вердикт), Полнота (Владение) и другие, рассматриваемые в качестве ярких обозначений известных состояний.

Таким образом, с разработкой паттернов душевного покоя в личной «Галерее состояний» открывается важный раздел — отделение состояний Глубинного Равновесия, состояний Особого Комфорта, состояний Особой Доступности себя себе же. Любой человек нуждается в регулярном проживании этих состояний, подобно тому, как ныряльщик нуждается в глотке свежего воздуха, без которого он не может продолжать оставаться на требуемой глубине погружения в стихию.

*Возможностные состояния необходимо
изучать, осваивать и развивать.*

*Без надлежащей тренировки невозможно
использовать все богатство предоставляемых ими
творческих возможностей.*

Любое из состояний душевного покоя может рассматриваться как интенсивный активатор скрытого творческого поиска оригинальных решений в период прохождения т.н. инкубационной фазы, предваряющей творческий инсайт. Лучшего лекарства против стресса, чем возвращение к самому себе в состоянии душевного покоя, не изобрести.

*Полнота достижения глубинного комфорта
является надежным критерием определения степени
овладения навыками интегральной релаксации.*

Следует учесть, что само по себе создание паттерна за считанные часы в принципе невозможно. Мало того, что паттерн должен в процессе сосредоточенной работы сгармонизироваться с глубинными динамиками организма, а значит, ему предстоит не раз и не два быть отредактированным в соответствии с новыми открывшимися в процессе внутренней работы самопониманиями. Так еще и к самим состояниям глубинного по-

кая предстоит привыкать, так как в целом они крайне не свойственны современным людям, непрестанно толкающимся в центре водоворота страстей и шумихи.

Возможностные состояния нужно осваивать, выстраивать в себе, создавать в собственных глубинах, подобно тому, как в соответствии с проектом день за днем выстраивается здание. Так что созданный в начале паттерн покоя — лишь проект, в соответствии с которым в ходе регулярных погружений предстоит выстраивать надлежащее состояние, не единожды переписывая и уточняя сам проект покоя.

Лишь проясненным, привычным и освоенным состоянием можно будет пользоваться как ценным ресурсом. Сам паттерн будет включать его за считанные минуты созерцания, в результате чего занимающийся получит возможность в любой обстановке обрести связь с собственными глубинами и судить о предстоящем и происходящем из центра своего собственного внутреннего мира.

Лишь тем, кто научился создавать в собственном внутреннем космосе священные покоя истинной тишины, кто постиг полноту таящейся в наших собственных глубинах высокой гармонии, кто исследовал самые тонкие из осознаваемых состояний — состояния полной тишины, — понимает, что наш собственный спаситель, источник сил и главный советчик — в нас самих, точнее, лишь в глубочайшей тишине сознания он спокойно и не спеша открывает нам все возможные истины о любом интересующем нас предмете.

Однако к этому Острову Осознаваемой Тишины еще предстоит проложить свои пути и научиться при необходимости отправляться по ним в центр острова к священной Роше Понимания. Без действительного опыта Общения с Собой сказанное останется пустыми словами.

Нелекарственная транквилизация переживаний

Что бы ни случилось в нашей жизни, как бы ни изменились окружающие условия, о чем бы мы ни подумали и что бы ни замыслили, наши переживания неизменно оказываются первыми реакциями на любые трансформации нашей жизненной ситуации, как внешней, так и внутренней. Учитывая то, что жизнь

наша спокойнее и уравновешеннее никак с годами не становится, приходится констатировать, что мы все больше и больше нуждаемся в умении своевременно усмирять всплески переживаний и, если не профилактировать их полностью, то, как минимум, не позволять разрастаться до неконтролируемых масштабов.

В сегодняшней мятущейся жизни надежно действующий тормоз для чувств просто необходим. Речь идет не о постоянном подавлении естественных настроений, а о доступности простого средства, с помощью которого по малейшему желанию можно привести перевозбуждившиеся нервы в порядок и настроиться на жизнелюбивый и оптимистичный лад. Все это позволяет произвести «Ключ», который более эффективен, чем любые лекарственные препараты, но не обладает ни одним из их многочисленных недостатков.

Переживания нуждаются не только в своевременной остановке и устойчивом блокировании, но и в эффективном усилении в случае, если необходимо акцентировать эмоциональную составляющую наших собственных действий для повышения их результативности.

Главное условие, выдвигаемое при испытании свойств транквилизаторов, — транквилизирующее вмешательство не должно создавать зависимости от влияющего фактора. Искусство мастерского обращения со стихией чувств легче и быстрее всего осваивается с помощью «Ключа», нежели посредством психохимических лекарств. Разум в процессе эволюции развивался как инструмент нехимического, безлекарственного самовмешательства, гарантирующий эффективность самоуправления.

Высокий энергетизм чувств сопряжен и с преимуществами, и с опасностями. Отказаться от энергетики чувств невозможно, так как замены этим интеграторам деятельности и катализаторам способностей не существует. Однако управлять ими следует учиться последовательно и систематически, иначе навсегда придется остаться не более чем игрушкой в руках своенравной стихии эмоциональных реакций.

Эмоциональные регистры — клавиатура, а не процессор.

На чувствах можно играть, эмоции можно использовать, переживаниями можно наслаждаться. Но нельзя позволять себе

превращаться в подобие механического пианино, в котором клавиатура управляет поведением хозяина. Человек, действительно овладевший собственными эмоциями и принявший их на вооружение, становится не просто сильнее, мудрее и продуктивнее — он становится существом совершенно особого рода, прекрасно знающим, куда он идет, какими сокровищами владеет и каким сам становится.

Каждый живет в своей реальности

Мало кто из нас представляет, насколько уникален тот мир, в котором мы живем. Уникален — не в смысле единственности земной биосферы, воздухом которой мы все дышим. Уникален — в смысле неповторимости личных миров каждого из нас. Уникален — в смысле неповторимого переплетения мириад факторов и влияний, которые вместе образовали то, что называется **личным жизнемиром**.

Рассматривая цветковые вселенные первых испытуемых, которые участвовали в исследовании возможностей **арттехнологии «Ключа»**, приходилось не раз убеждаться в том, что каждый человек характерен своим уникальным спектром предпочтений и особенным характером изменения цветовой динамики в зависимости от происходящих с ним событий. У каждого наблюдались свои особенные цветковые реакции на те или иные типы стрессовых и благоприятных ситуаций, каждый отличался своим личным набором приемлемых путей выхода из затрудняющих положений и способов преодоления последствий кризиса.

Получается, что смысловая вселенная, выражаемая нравящимися и предпочитаемыми цветами, у каждого своя. Даже удивительно, как это мы все умудряемся отыскать общий язык, толком не зная ничего об особенностях **цветосмыслового** мира своих ближних! Видимо, возможности нашей интуиции гораздо шире, чем мы можем себе представить. Субъективно мы умудряемся устанавливать наиболее продуктивные контакты именно с теми, чей личный цветовой рисунок **жизнемира** объективно близок и дополнителен нашему собственному.

Одни и те же слова для каждого обладают своими смыслами и пробуждают у каждого его особенные спектры воспоминаний и ассоциаций. Одни и те же типы кризисов порождают свои цветковые образы, которые свидетельствуют о качественных ин-

дивидуальных различиях в понимании происходящего и в способах реагирования на внешние обстоятельства.

С помощью «Ключа» каждому предстоит исследовать, выстроить и обжить собственную **цветосмысловую** вселенную, углубляя понимание личных особенностей и обучаясь находить общий язык с теми, цветовые особенности видения мира которыми нам известны. Научившись в собственном опыте преодоления кризисов и проблем использовать приемы сознательного **аутопсиходизайна**, человек неизменно бережнее начинает относиться к проблемам других, понимая, что нет одного способа решения общих проблем, у каждого — свой подход, у каждого — свое понимание оптимального. Так что получается, что **арттехнология** — это «Ключ ключей», позволяющий каждому отыскать заветный **ключик** к секретам собственной души, благодаря которому открывается доступ к глубинным состояниям, а значит, раскрываются доселе невиданные творческие возможности.

Обучившись языку цвета как языку души в опыте применения «Ключа», человек начинает осознавать, что любое радикальное изменение личной **цветосреды**, к примеру, перемена интерьера или даже смена гардероба, неизбежно приводит к глубокому обновлению многого во внутренней и внешней жизни. Открывается почти сказочная, но в то же время вполне реальная возможность осознанно управлять своим собственным **жизнемиром**, ключом к которому является управляемая цветовая микросреда, создаваемая «Ключом».

Благодаря такому опыту внутренней работы люди более осознанно начинают относиться к любому факту жизни, ко всякому элементу собственной действительности. Они осознают свое исконное право находиться в центре своего собственного **жизнемира**. Они не на словах, но экзистенциально, сущностно, глубоко и эмоционально понимают, почему бессмысленно приставать к другим с формальными советами или пытаться за кого-то наладить его собственную жизнь. Они научаются не только не мешать развиваться другим, но и не предавать дара собственного первородства по отношению к той вселенной, творцом и центром которой являются они сами.

Чем полезно хорошее настроение?

Наше настроение расцветивает окружающий мир и вносит в него недостающие ароматы и звучания. Великолепно, что все

наши внутренние переживания и состояния целиком и полностью субъективны, т.е. по сути своей подлежат прямому управлению нашим же собственным сознанием. Однако, несмотря на полную субъективную управляемость настроений и переживаний, они в силу психосоматического единства организма как двуединого целого имеют свои нейрохимические корреляты.

Все внутренние звучания, все эмоции, все настроения приводят к выделению особых спектров **нейропередатчиков**, которые благотворно влияют на все без исключения клетки организма, которые неизбежно подчиняются их императивному регулирующему влиянию.

Хорошее настроение все очень высоко оценивают и всегда к нему стремятся. Однако работать над развитием способности к управлению своими настроениями с тем, чтобы по своему желанию достигать приятных переживаний, мало кто спешит.

Умение приводить себя в прекрасное настроение является важнейшим регулятивным навыком, развитость которого гарантирует эффективность достижения всех возможных эффектов саморегуляции.

Умение по своему желанию достигать прекрасного настроения — одно из важнейших умений в человеческой жизни, во всяком случае, умение это, безусловно, самое приятное. Хорошее настроение синонимично полноте жизненности и эффективности. Хорошее настроение оказывается наградой само по себе, особенно когда осознаешь, что оно явилось закономерным результатом продуманной творческой внутренней работы, итогом многотрудного чуда алхимии.

Как прекрасно уметь настраивать инструмент собственного организма и гармонизировать собственную душу с помощью собственных же осознанных **самовлияний**. Управляющий собой воистину способен управлять всем окружающим, ибо от его собранности, эффективности и оптимизма зависит эффективность его преобразующего целенаправленного влияния на любые внешние процессы, предметы и персонажи.

Хорошее настроение интегрирует все клетки организма в едином резонансе симфонического созвучия таким образом, что организм начинает непосредственно воспринимать живую энергию из окружения. Хорошее настроение всегда должно

быть у нас под рукой, должно управляемо воспроизводиться нами по желанию. Прекрасно, когда есть возможность достигать такого результата простейшим, наиболее эффективным и совершенно безопасным образом — с помощью «Ключа».

Доступность глубинного опыта

Оказывается, рядом с нами, точнее, внутри нас самих постоянно присутствует замечательный волшебник, к которому мы можем в любое время обращаться с самыми что ни на есть серьезными просьбами, и который в состоянии выполнить большинство из них. Наши собственные возможности реально волшебны — надо только попробовать применить их последовательно и целенаправленно.

Мы вправе рассматривать свой собственный мозг в качестве преданного старика Хоттабыча, сказочного джинна или, скажем, дружелюбно настроенного по отношению к нам Конька-Горбунка. Для того, чтобы этот кудесник, естественно присутствующий рядом с нами и готовый к исполнению любых наших пожеланий, смог выполнить наше пожелание, нам достаточно просто сосредоточенно обратиться к своим же собственным глубинам в глубокой уверенности в том, что любая действительно важная для нас просьба будет исполнена, если нам удастся сформулировать свое обращение за помощью достаточно четко и внятно.

Важнейшим условием эффективности чудотворчества нашего Внутреннего Волшебника является наше полное безоговорочное доверие к широкому спектру собственных внутренних сокровищ.

Возможно, одно из главных заблуждений людских заключается в ничем не обоснованном недоверии людей собственной творческой природе. Конечно, нам придется трудиться вместе с Волшебником и обращаться с просьбами достаточно части, регулярно и систематично. Однако по мере совершения такого рода усилий мы на собственном опыте будем воочию убеждаться, что действительно происходит последовательная трансформация и нашего собственного поведения, и испытывающего наши влияния окружения. По мере решения одних задач разрешенные проблемы уходят на второй план, переставая быть ак-

туальными, и на их место становятся фигуры новых потребностей, новых желаний, новых стремлений.

Не нужно мистифицировать глубинные архивы бессознательного, таящиеся в наших собственных глубинах. Они естественно динамизируются нашим собственным настойчивым пожеланием сотворить то, что нам самим нужно. Настойчивость и бережность в обращении к потенциалу внутренних сил неизбежно открывают любые затворы внутренних тайников и приводят в действие могучие силы, способные помочь преодолеть любые преграды на пути к достижению желаемого.

Арттехнология «Ключ» оказывает нашему мозгу неоценимую услугу — она позволяет организовывать любые потоки приятных впечатлений, которые непосредственно физиологически снимают блокады глубинных сил и открывают врата внутренних возможностей, пробуждая радость доверия самому себе.

Обращаясь к бессознательному, нашему главнейшему ресурсу, следует учитывать, что ничего страшного и ужасающего в нас самих нет и быть не может. Просто при ближайшем рассмотрении то, что другим, пассивным и ленивым, кажется хламом ненужных воспоминаний, неожиданно окажется драгоценным опытом наблюдений и сокровищем ресурсов, которые можно использовать для украшения текущего настоящего и выстраивания именно той жизни, которую именно нам самим и хочется прожить.

Можно ли выразить невыразимое?

Замечательный российский писатель-романтик Александр Грин как-то заметил, что многие необоснованно принижают выразительные возможности слова, тогда как иногда просто стоит постараться в усердных поисках наиболее точных выражений, вполне соответствующих тому, о чем нам бы хотелось высказаться.

Раз нечто нами субъективно воспринято, значит внутренне оно действительно — оно в нас самих уже есть. Поэтому остается искать способы для выражения этого внутреннего состояния, сколь бы сложным и тонким оно ни было.

Труд художника заключается в выражении всего того самого лучшего, что посещает его душу, что в ней рождается, оказывается и возникает.

Можно ли посредством цветowych анимаций, сочетающихся с музыкальными отрывками, выразить глубинные душевные состояния? И да, и нет. Дело в том, что полнота выражения возникает лишь с течением времени, когда шаг за шагом вокруг того или иного волнового паттерна из «Галереи состояний» консолидируется опыт жизненных впечатлений, складывающийся в неповторимый узор индивидуально-значимого переживания полноты чувствования.

За один присест полноты переживания в выражении цветом и звуком достичь нелегко. Но каждая попытка сотворить некое сенсорное подобие внутреннего переживания уже углубляет и развивает это переживание и закрепляет его в записях «Ключа» с тем, чтобы ими можно было воспользоваться для продолжения работы над осознанием и развитием понравившегося или личностного значимого переживания когда-нибудь в дальнейшем.

Со времен Пигмалиона и Галатеи облачение идеи в форму представляется наитруднейшей задачей, решению которой и посвящали свои творческие судьбы художники и поэты. Нужно научиться не стоять у собственной музыки на пути, не препятствовать спонтанным танцам собственного вдохновения. Нужно суметь разрешить творчеству разливаться в самом себе беспрепятственно и игриво, подобно своенравной стихии, что всегда находит самые уютные уголки для размещения своего неравнодушного вещества.

В общеизвестном «Silentium!» содержится некая скрытая капитуляция перед естественной сложностью выразительных операций. Но ведь именно в мучительном поиске выразительных средств и таится труд развития сознания! Ведь именно в попытках достичь полноты гармонии между идеей и оформленным ее выражением и заключен возвышенный смысл творчества как низведения идеального пространства высочайших идей в живую плоть земной жизни!

Главная проблема художничества — не в нахождении нужных слов и выражений, а в развитой чувствительности воспринимающего. Все зависит от его собственной понятливости, которая связана с готовностью претерпеть труд усердного восприятия для проникновения в глубину предмета интереса. Так что сама по себе работа по воплощению идей и оформлению за-

мыслов и целительна, и поучительна, и захватывающе интересна. Особенно если ею заниматься с помощью переливающегося радугой «Ключа».

Фонарик для внутренних пространств

Психика может быть упрощенно понята с помощью метафоры жилого дома. В каждом доме есть свои жилые и подсобные помещения, есть свой чердак (аналог сверхсознания), в котором живут голуби (аналог инсайтов и интуиции), и есть свой подвал (аналог подсознания), в котором иногда заводятся мыши, крысы, а то и своенравные домовые.

На каждом из трех этажей дом общается с окружающим миром. Птицы и подвальные жители периодически посещают окружающие окрестности, возвращаясь с тем или иным багажом. Жилые помещения посещаются гостями и родственниками, подсобные же открыты лишь для самих хозяев. При этом в любой ситуации дом остается интегрированным, целостным, единым. Ни разять, ни разделить, ни расчленить его невозможно. Дом — это не только жилые комнаты; это вся совокупность помещений и пространств, будь они вверху или внизу, в центре или сбоку.

Те области дома, в которых редко приходится бывать, обычно плохо освещены и неважно ухожены. Свет как символ значительности целителен и жизнотворящ. Всем нам иногда приходилось оставаться в темное время суток без освещения. Положение, прямо скажем, не лучшее из возможных. Сразу же возникает ощущение стесненности и ограниченности. Без света ни убраться, ни приготовить, ни создать.

Обычно осознанно мы привыкли работать лишь в пределах горницы, кухни или кабинета, понимаемых как символические области психики и организма. Работать со всем тем, кто попадает в пределы живых и подсобных помещений. Попадает, к примеру, проникая из чердака или выбираясь из подвала.

Тем, кто не желает ожидать малоприятных случайностей и сомнительных сюрпризов, стоит овладеть «Ключом» как фонариком сознания. Там, где фонарика луч, там и работает сознание. В любом смысловом, жизненном и рабочем пространстве светоч оказывается там, где оказываемся мы сами, представленные собственным осознанным вниманием.

Вряд ли следует пытаться жить без такого воистину «волшебного фонаря», каковым представляется **арттехнологический психопроцессор**. Время от времени можно привести в порядок все то, что находится в нашем творческом кабинете в мансарде, а можно убраться в собственных подвалах, особенно если они уж очень нас беспокоят.

«Ключ» — это дополнительная возможность, использование которой попросту расширяет нашу собственную жизненную и творческую мощь и помогает нам самим сделать собственное существование более радужным, осмысленным и интегрированным.

Как переменить видение?

То, что мы не воспринимаем, в психологическом смысле для нас попросту отсутствует, не существует. Пример с неощущаемой ионизирующей радиацией демонстрирует потенциальную вредоносность даже тех влияний, которые не вызывают у нас никаких отчетливых ощущений ввиду отсутствия рецепторов, необходимых для их регистрации. Однако в психологическом, душевном, нейрофизиологическом смысле максима «Невоспринимаемое приравнивается к отсутствующему» в целом верна.

Изменяя восприятия, мы изменяем сам мир-для-нас.

Представьте себе, как изменяется визуальная картина внешнего мира, который рассматривается дождевым червем, мышью-полевкой, летящим кондором или находящимся на орбите Земли космонавтом. Мир остается одним и тем же, но его образ претерпевает радикальные трансформации в зависимости от ракурса рассмотрения.

Для человека мир полон запахов. Однако с точки зрения собаки обонятельная среда человека вопиюще бедна оттенками и обертонами ароматов, поэтому собака вправе полгать людей почти не чувствующими запахов. Чувствительность пресмыкающихся к инфракрасным излучениям, благодаря которой они успешно охотятся в полной темноте, может служить основанием для того, чтобы считать людей калеками в области инфракрасной чувствительности. В то же время любому известно, какое колоссальные преимущества в ночном бою дает придан-

ный одной из воюющих сторон прибор ночного видения. Мир тот же, но актуальные окружения разных живых организмов отличаются радикально, и это дает одним решающий перевес над другими.

*Управляя восприятием,
мы управляем динамикой внешнего мира.*

Сторонники магического взгляда на реальность утверждают, что внешний мир действительно изменяется, и романтики квантовой механики единодушны с ними в этом. Но даже если оставаться на позиции классической физической картины мира, достаточно полно описывающей привычную для нас повседневную действительность, то приходится признать, что мир слепого и мир глухого все же отличаются друг от друга не меньше, чем небо отличается от земли.

Не только реформирование текущих восприятий, но и **реинтерпретация** опыта памяти позволяет нам создавать для самих себя совершенно особенный новый мир. В нашем внутреннем смысловом пространстве все динамики подчиняются закону относительности значений, который формулируется примерно так: *любое системное перепонимание смысла и значимости фактов прошлого, являющееся следствием пересмотра опыта с позиции текущего актуального личностного «Я», оказывается безусловно субъективно достоверным для сегодняшнего человека.*

Значения и смысла нашего опыта изменяются вместе с развитием нашей собственной личности. Прошлое не статично. Перспектива его **реинтерпретации** непрерывно изменяет его таким образом, чтобы оно было согласовано с обретенными развивающейся личностью позициями и ориентациями. Особенно ценно, когда такая **перейнтерпретация** проводится последовательно и осознанно, как то происходит в случае **перепросмотра**. Но в любом случае те значения, которые имели факты нашей жизни в нашем прошлом, с течением времени уступают тем смыслам, которые события минувшего обретают для нас сегодняшних.

*Любая осознанная перемена добавляет новые возможности,
оставляя за нами доступ к возможностям уже имевшимся.*

Различные органы чувств позволяют выделять особые полюсы восприятий, в пределах которых мир оказывается реальным,

т.е. осмысленно воспринимаемым и доступным для контакта и взаимодействия. Подобно тому, как идущий человек естественно вертит головой по сторонам, изменяя ракурс видения и получая тем самым объемный панорамный обзор окружающей его местности, так и мы, каждый миг оказываясь в новом состоянии, объемно сканируем окружающую нас многомерную и разнокачественную действительность и получаем о ней целостное впечатление.

Для того, чтобы без заминок и осложнений двигаться вперед, нужно направить голову в сторону предполагаемого движения. То же и с ментальным сканированием ближайшего будущего. Для того, чтобы сориентироваться в пространстве продвижения, необходимо оставить в стороне иные проблемы и задания и посвятить все свое внимание исследованию особенностей предстоящего поля продвижения.

Нехроматическое зрение неэффективно, так как доставляет нам недостаточно полную информацию об окружающей жизни.

Периферия глазного поля зрения из-за отсутствия на периферии сетчатки цветовоспринимающих рецепторов, воспринимается как ахроматическая. Однако субъективно это не так — наш мозг *дистраивает* цвета, опираясь на опыт оперирования с предметами окружения.

Коричневое останется коричневым, даже будучи оттеснено на периферию зрения, так как мозгу известно, какого цвета был этот предмет в то время, когда находился в фокусе видения. Точно так же наш мозг *дистраивает* и все остальное, создавая для нас самих цельную и внутренне непротиворечивую — художественно гармоничную! — картину реальности, с которой нам предстоит взаимодействовать.

«Ключ» предоставляет одну из удивительнейших возможностей, от освоения которой зависит очень и очень многое в жизни человека. Речь идет о возможности осознанного управления своим восприятием и лежащими в их основе установками, а значит и оперативными моделями действительности, которые неизменно ложатся в основу любой эффективной внешней деятельности.

Зная, чего мы на самом деле хотим, мы благодаря «Ключу» оказываемся в состоянии осуществлять такое **самовлияние**, чтобы выстраивать мир именно таким, каким бы нам самим более

всего хотелось бы его видеть. И это — не пустые иллюзии, так как, вдохновленные новыми картами мира, мы отправляемся на преобразование его собственными творческими усилиями.

Власть над желаниями

Наши желания подобны внутренним голосам. Они непрерывно звучат внутри нас, не только побуждая к удовлетворению, но и всячески настаивая, принуждая, аргументируя и уговаривая наше сознательное «Я» проникнуться уважением именно к ним и отодвинуть на время в сторону любые другие хотения.

Чуткий человек не теряется во внутреннем многоголосном хоре пожеланий собственной природы и предоставляет законное право высказаться всем внутренним голосам. Однако удовлетворить все хотения одновременно попросту невозможно, как нельзя тысяче людей через узкие двери покинуть огромный зал мгновенно, даже если случился пожар. Кто-то должен выходить первым, например, старики и дети, кто-то — во вторую очередь, кто-то потом.

Наша возможность удовлетворения желания достаточно ограничена. Поэтому каждому необходимо приобрести опыт различения желаний и упорядочивания их по важности, неотложности и ценности для того, чтобы определять оптимальный порядок их удовлетворения.

Не существует «вообще не важных» желаний.

Любые предпочтения нашей внутренней природы имеют свое значение и вносят свой вклад в звучание хора индивидуальных проявлений. Однако нельзя «пропускать вперед» малозначительные хотения в то время, как наиболее настоятельные и важные для жизни в целом не удовлетворены. К тому же не все желания, если можно так выразиться, «честны» и «искренни»: многие из них являются лишь маскировкой более глубоких стремлений, которые не решаются в открытом виде выступить на суд сознательного «Я», боясь вообще оказаться отвергнутыми.

Различение желаний и упорядочивание очередности удовлетворения хотений — первейшая задача всякого человека, стремящегося к обретению истинной психокультуры.

«Ключ» предоставляет возможность вслушиваться во внутренний многоголосый хор пожеланий, предоставляя каждому из них возможность высказаться. **Возможностное** состояние, легко достигаемое с помощью «Ключа», позволяет тонко и ясно определить, какое пожелание чего стоит и каков его действительный потенциал. Это показывает, сколь позитивно и мощно скажется удовлетворение конкретного желания на развитии процесса собственной жизненности.

*Забыв поесть, мы лишаем себя возможности
выполнять какую-либо работу;
не изучив вчерашнюю газету, мы, возможно,
вовсе ничем не рискуем.*

Когда человек с головой окунается в Голос Безмолвия, звучащий в **возможностном** состоянии, достигаемом с помощью «Ключа», многие желания высказываются столь полно и интенсивно, что практически исчерпывают себя и более в удовлетворении не нуждаются. Такое бдительное безмолвие помогает исчерпать излишнее и отделить главное от второстепенного, чтобы после разрядить напряжение каждого заслуживающего внимания и уважения желание по мере возникающих и изыскиваемых возможностей.

Именно практика работы с «Ключом» утверждает занимающегося в уверенном понимании того, что при возникновении действительной необходимости может быть целиком и полностью удовлетворено любое личное желание, но только в том случае, если оно будет воспринято самим человеком как заслуживающее того, чтобы следовало устремиться к его удовлетворению.

*Когда человек уверен в возможности реализации всякого
возникающего у него пожелания, тогда он волен сам активно
выбирать нравящиеся ему состояния
и реализовывать их самостоятельно.*

Любые настроения с помощью «Ключа» можно включать чисто физиологически. Любые программы действий качественно облегчаются при помощи **самопрограммирования**, достигаемом посредством применения «Ключа». Наконец, любые затруднения и преграды преодолеваются оптимальным путем в случае осознанного стремления к достижению желаемых целей.

«Ключ» помогает реализовать прежде казавшееся несбыточным и освободиться от навязчивых хотений, которые представляют собой лишь застойные стереотипы автоматического рассудка. «Ключ» позволяет ощущать «царя в голове», согласуя личные переживания с рационально организуемыми волевыми усилиями, что, в конечном счете, позволяет человеку достичь всего того, чего он сам хочет достичь на самом деле!

Как упорядочить внутренние голоса?

Сколько известно анекдотов о пресловутом «внутреннем голосе». Но ведь голоса всевозможных желаний и мнений внутри себя слышат не только психически неуравновешенные люди, но и каждый из нас, находясь в здравом уме и твердой памяти. И в голосах этих, в их интонациях и смыслах обязательно необходимо научиться ориентироваться, так как это является одним из важнейших условий проведения успешной внутренней работы.

Умение вести содержательный диалог с собственными внутренними голосами составляет основу **аутоменеджмента** как метафоры продуктивного самовоспитания.

Без разветвленной, содержательной и управляемой коммуникации человека с самим собой не может и речи идти об успешном самоуправлении.

Зигмунд Фрейд впервые сформулировал модель взаимоотношений человека со своими внутренними голосами. Она предстала в виде судебного заседания, в ходе которого арбитр Эго поочередно выслушивает выступающие в защиту собственной правоты Ид, стоящее на страже достижения Удовольствия, и Супер-Эго, бдительно сохраняющее верность принципу Реальности. На самом деле эта модель опасно упрощена: в реальном человеке внутренних голосов более или менее постоянно присутствует не меньше двух десятков, а у спектрально развитых натур порой их число может переваливать за сотню.

Самоуправление невозможно без дифференцированной прозрачной **аутокоммуникации**. Однако последняя вовсе не сводится к простым и жестким **самоприказам**. Еще необходимо внимательно выслушать мнение всех участвующих в хоровом диалоге членов внутренней команды и непрерывно принимать

решения о том, чьи просьбы и требования заслуживают удовлетворения в первую очередь, а чьи пока могут подождать некоторое или неопределенное долгое время.

Опыт управления собой показывает, что главные герои внутренних голосов всегда оказываются одними и теми же — это голоса наших надобностей, наших нужд, наших потребностей. Они могут стать нашими врагами, если мы отнесемся к ним неуважительно и несправедливо. Но они же могут стать нашими советчиками, помощниками и чудесными волшебниками, если мы научимся вести себя с ними вполне дипломатично и заручаться их поддержкой в выполнении всего того, что нам самим как интегрированным личностям действительно необходимо.

В радужном спектре все отдельные цвета объединены вместе, оставаясь при этом каждый собой и всегда готовыми к выделению. Так и в личности жизнь внутреннего мира представлена множеством самостоятельных голосов, каждый из которых отражает некую оттеночную функцию целостного человека, оставаясь самостоятельным, но в то же время включаясь в интегральный состав индивидуума как живого единства.

Очень важно своевременно определять очередность удовлетворения пожеланий, высказываемых самими разными голосами. Необходимо уметь общаться с ними достаточно уважительно и проявлять свое ясно выраженное эмоциональное отношение к ним, которое может иногда становится самым разным, в зависимости от поведения конкретного голоса и специфики складывающихся обстоятельств жизни.

Наконец, необходимо всем голосам предоставлять слово и высказывать им высокое доверие. Ведь мы сами отчасти являемся ими всеми и каждым в отдельности, хотя, разумеется, нас самим принадлежит центральная интегрирующая роль. Поэтому мы вправе распоряжаться жизнью своих собственных внутренних голосов и всего того, о чем они свидетельствуют и что представляют.

В предложенной модели нет даже намека на пассивное аутистическое погружение в недра собственного внутреннего мира или на допустимость забвения внешней жизни.

*Диалог с внутренними голосами —
важнейшее условие успеха внешнего.*

Никогда нельзя забывать о внутренних голосах, никогда нельзя беспечно отмахиваться от их просьб и настаиваний, которые порой могут оказаться очень важными. В то же время им нельзя потакать, их нельзя бояться, перед ними ни в коем случае нельзя пасовать.

Работа с внутренними голосами — важная часть работы над собой, так как они обертонами нас самих собственно и являются. Просто не следует ни на миг забывать, кто в нас является Хозяином, а кто — его послушным и исполнительным слугой. Недаром говорится, что характер слуг лишь отражают характер хозяина. У строго и доброго они исполнительны, трудолюбивы и аккуратны, а у взбалмошного и ленивого они оказываются преступными и невыносимо своенравными.

Антидот от зомбирования

Многие люди всерьез озабочены опасностями, связанными с подчинением их собственного поведения воле других людей, которые могут совершить своего рода суггестивное вторжение в их собственную психику. Зомбирование в наше время из сюжетной идеи для нагоняющих ужас бульварных рассказов превратилось в страшную правду повседневности. Оказалось, что подчинить себе мышление и волю человека на деле намного проще, чем то прежде было принято считать.

Политики, журналисты, продавцы, лидеры, преподаватели, преступники и различного рода любители поманипулировать ближними — все они проявляют интерес к подчинению себе главного ресурса современности. Таковым обоснованно считается сам человек — с его способностями, с его энергией и, в конце концов, с его собственностью.

Надежной пассивной (не требующей личной творческой активности и сознательности) защиты от зомбирующих суггестивных вторжений не существует.

Нет таких таблеток или заговоров, таких приборов или устройств, которые смогли бы надежно закрыть человеческий мозг от психопрограммирующих влияний других людей, особенно психотехнологически умелых и технически вооруженных.

Единственным способом надежного прикрытия психики от каких бы то ни было вторжений извне оказалось

*осуществление программы осознанного управления
собственным развитием.*

Если сам человек живет «с царем в голове», если он сам лучше кого бы то ни было разбирается в собственной внутренней жизни и регулярно перепроверяет собственные психопрограммы, время от времени проводя генеральную уборку души и выстраивая новые программы достижений, то никто другой занять его законное руководящее место в его же собственном внутреннем оказывается не в состоянии. Для того, чтобы в твоём мозгу никто чужой не поселился, необходимо воцариться в нём самому, и царствовать в мудростью и любовью.

*Подлинно эффективный иммунитет против вторжений извне
должен быть активным, наступательным, упреждающим.*

Для поддержания полного здоровья собственной психики, включающего среди прочего высокую степень автономности принимаемых решений, необходимо регулярно сканировать содержания своего внутреннего мира и отслеживать — не вкрадываются ли в него установки, внедренные другими людьми, не поступаем ли мы против собственных интересов, не идем ли наперекор своим личным пожеланиям?

Разумеется, ни в коем случае нельзя доводить дело до паранойи, в преодолении опасности заразиться которой поможет элементарное здравомыслие. Но все же именно такое сканирование и перепроверка с предоставлением себе самому ответов на самые острые внутренние вопросы является надежной гарантией своевременного обнаружения различного рода проникновений и программирований.

*Человек лишь сам вправе распоряжаться
собственной психикой.*

Поэтому он и обязан оставаться полноправным правителем собственного внутреннего мира. Необходимо регулярно проводить собеседования с собственными внутренними голосами и стремиться к пониманию закономерностей, определяющих их внутреннюю динамику.

Защищенность фактически оказывается следствием общей целенаправленной творческой активности, интенсивность которой сопряжена с чистотой внутреннего психопространства

и высокой эффективностью функционирования осознанно конструируемых **психопрограмм**. Чем активнее, свободнее и ответственнее жизнь человека, чем лучше он разбирается в собственных мотивах и ценностях, тем труднее он оказывается для любых манипуляций извне, которые всегда достаточно примитивны и неизменно ограничены привязанностью к малому числу зоологических автоматизмов — страху, алчности, вожделениям, ожиданиям дармовщины и массовым стереотипам.

*Любое зомбирование оказывается успешным
лишь в условиях достаточной пассивности
самого зомбируемого.*

Зомбирование подразумевает полное отсутствие психокультуры и неразвитость навыков сознательного самоуправления. Любой человек (даже находящийся в коме или парализованный страхом) в большей или меньшей степени распахан открыт внешним влияниям, которые свободно проникают в него в силу открытости его восприятий. Однако, попадая внутрь, эти влияния вовсе не обязательно захватывают власть над собственным внутренним миром человека.

Человек сам знает, куда стремится, чего хочет и как намерен этого достигать. Поэтому он сам является полновластным распорядителем собственного психического действия, и ни в каких непрошенных советчиках извне не нуждается.

*Сам человек окончательно принимает решения —
кому подчиняться, в чем и насколько полно.*

Лишь неуверенный в своих силах, не доверяющий самому себе, сомневающийся в собственных принципах и ориентирах человек охотно предоставляет власть над своим внутренним миром первому встречному, окруженному ореолом авторитетности или просто изъявившему желание повластвовать в чужой психической вотчине. Для такого зомбирования даже технические средства или изошренные **психотехнологии** не требуются — он «сам обманываться рад».

Чем яснее, структурно определеннее, конкретнее и четче системная стратегия личностной самореализации человека, тем менее он повержен влиянию различного рода «психических вирусов» и противных его собственной воле команд и распоряже-

ний. Тут уж одно из двух — либо ты сам отдаешь себя во власть чужого человека, передоверяя ему право своего властвования над собой в обмен на возможность иллюзорного покоя, фактически становясь дойной коровой для постороннего паразита, либо ты сам принимаешь на себя ответственность за собственный внутренний мир — и распоряжаешься своей жизнью глубоко самостоятельно.

С годами практики активная защита от внешнего суггестивного вторжения превращается в увлекательнейшее психическое искусство. Это как же интересно и увлекательно — изо дня в день экспертировать собственное психическое пространство и осознанно отделять зерна «своего» от «плевел», раз за разом оттачивая виртуозное мастерство самоуправления.

Как защититься от зомбирования?

Тот, кто прекрасно осведомлен о собственных целях, строго и четко отслеживает формирование и осуществление собственных стратегий и осознанно понимает те ценности, которыми руководствуется на своем пути к достижению личностной полноты и целостной самореализации, надежно защищен от разрушительных и подчиняющих внешних суггестивных вторжений.

Забывать о потенциальной возможности проведения кем-то планомерной психической атаки с целью подчинения нашей психики кому-то внешнему не следует, но и особенно заботиться об этом тоже не надо. Вокруг нас живет огромное множество людей, настолько пассивных в отношении собственной внутренней жизни и настолько дезориентированных в ценностном плане, что они представляют легкую добычу для мало-мальски профессионального манипулятора.

Вряд ли он опытный мастер подспудного влияния на поведение других станет возиться с активно творческим человеком, всесторонне защищенным напряженностью своего внутреннего труда, когда можно овладеть психикой чуть ли не каждого второго без каких бы то ни было усилий. Опасность подвергнуться манипуляционной атаке значительно повышается при обращении к профессиям, связанным с повышенным психологическим риском (оперативные работники спецслужб, предприниматели, журналисты, актеры, психотерапевты).

Главное для сохранения действительной личностной автономности, синонимичной свободе, — всегда отчетливо понимать, чем ты занимаешься в данный момент, куда стремишься, как делаешь то, что хочешь делать, и что воспринимаешь?

Если человек сознательно контролирует программы своего обучения и творчества, никакие зомбирующие влияния ему в принципе не страшны. Он изо дня в день отвоевывает все новые и новые участки у собственной бессознательности, включая новые фрагменты внутреннего опыта в общую картину интегрированной личности. Он осознанно редактирует те стереотипы и автоматизмы, которые его не устраивают, и вполне целенаправленно конструирует те программы поведения, которые рассматривает как полезные и уместные. Он разбирается в собственных мотивах и четко отслеживает очередность удовлетворения собственных потребностных импульсов.

Сегодня тема скрытого зомбирования излишне драматизируется, что позволяет ей маскировать подлинные проблемы развития сознательности в человеке.

К примеру, многие негативные опыты раннего детства, психотравмирующие переживания или дисгармоничные родительские импринты оказывают на наше психическое развитие куда большее деструктивное влияние, чем какие-то там телевизионные внушения или влияния шарлатанствующих экстрасенсов. Порой мы даже представить не можем, в сколь полной власти собственного болезненного прошлого мы остаемся на протяжении долгих лет лишь внешне взрослой жизни.

Трансперсональный психолог Чарльз Тарт технически описывает процедуру культурного воспитания человека как операцию глубинного зомбирования. Гипнотические эксперименты со здоровыми субъектами доказывают, что многие социальные установки (не убий, не укради и другие) вмонтированы в нас так глубоко, что извлечь их и избавиться от их действия для многих не представляется никакой возможности.

Родительское воспитание, особенно если оно было жестким и репрессивным, остается царствовать в нашем внутреннем мире до глубоких седин, если только мы сами не принимаем ответственность за свое развитие на себя и не освобождаемся от давления родительских предписаний, рождаясь в полноту собственной свободы.

Наиболее последовательной установкой в защите от внешних зомбирований следует считать императивное приятие на себя всей полноты ответственности за все то, что мы творим, чувствуем и мыслим.

До тех пор, пока мы ссылаемся на подавляющее влияние родителей, общества или манипуляторов, мы снимаем ответственность за управление своим поведением с самих себя, а потому продолжаем оставаться в пассивной бездеятельности по отношению к собственному поведению. Когда же мы сами — и только мы сами! — становимся ответственны за все то, что делаем, думаем и переживаем, тогда уже вопрос об источнике влияния отпадает сам собой. Остается лишь возможность выбора в совершении или несвершении конкретного поступка, кем бы и чем бы он ни был навеян.

Недаром римляне говорили: «Все свое ношу с собой». Перефразируя этот девиз, получим формулу подлинной самоответственности: «Все во мне мое, и только я за него отвечаю». Иначе будет получаться как в известной сказке Евгения Шварца «Обыкновенное чудо» — «Это во мне заговорила бабушка по материнской линии, редкой подлости женщина была».

Не всегда все получается так, как того бы хотелось. Поэтому и необходимо принимать ответственность на себя. Не переадресовывать ее мнимым или действительным причинителям ошибок и просчетов, а самому исправлять все то, что исходило в поведении от нас; становиться внимательным исследователем собственных неудач, понимаемых как уроки мудрости; использовать все актуальные поводы для развития ответственности и сознательности; углубляться в мысли о том, что единственным полноправным хозяином собственной внутренней и внешней жизни являемся мы сами, значит, нам и исправлять сложившееся внутри, но зато нам же и наслаждаться получающимися успехами и выигрышами.

Инструмент общения с душой

Всякому, кто имеет опыт освоения методов психической саморегуляции, известен феномен разотождествления с собственными частями и элементами. Этот опыт настолько необычен, что для его психологической интерпретации на протяже-

нии тысяч лет мастера эзотерических школ создавали глубоко разработанный философские системы.

Наша жизнь организована так, что для нас привычным стало отождествлять самих себя не только с внутренними психическими процессами и чертами характера, но и телесными органами, и даже с внешней материальной собственностью. Это порождает множество серьезных проблем во внешней жизни и затруднений в личностном развитии, разрешаемых лишь ценой изменения ракурса видения себя в мире и обновления понимания порядка взаимозависимости Мироздания и человека.

Однако вокруг все живут по принципу «все вокруг мое», а потому поводов к действительному освобождению от не-своего, именуемому разотождествлением, в буднях возникает не так уж много, разве что во время клинического гипноза. «По случаю» попав на обучение в горный ашрам, мы получаем возможность доступа к осознанному разделению «Я» и «не-Я», которые обычно представляются нам как субъективно слитые воедино.

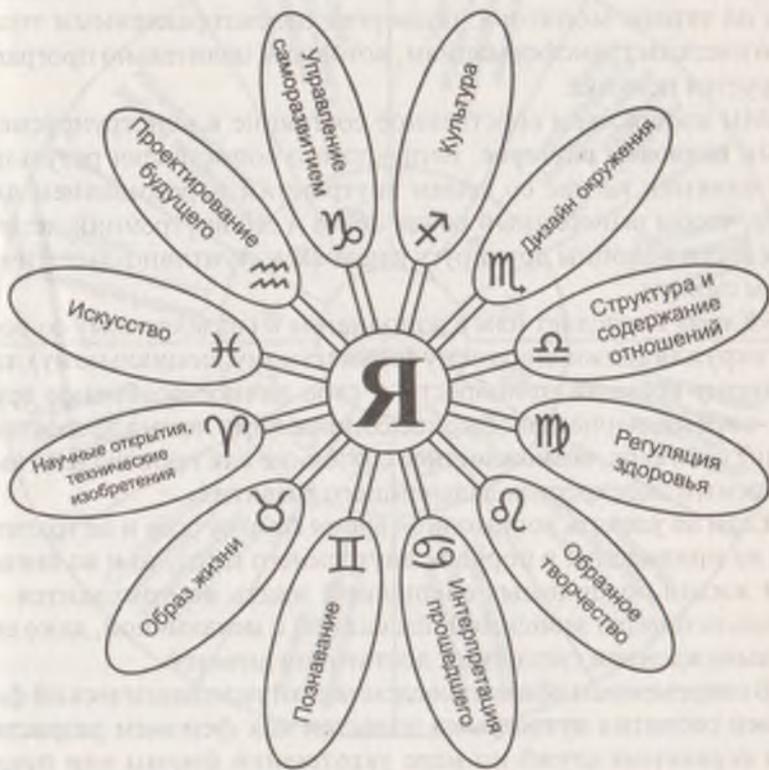
Мастерами саморегуляции с древнейших времен для осуществления процедуры разотождествления, без которой не может быть и речи о результативном **самоприказывании**, используется метафора слуг и Хозяина.

Все внутриличностные комплексы и стереотипы поведения, оформленные в виде тех или иных социальных или внутренних ролей, аналогизируются со слугами. Само же руководящее и управляющее сознательное «Я» ставится на место Хозяина, которому для руководства слугами не нужно даже приказывать — достаточно просто присутствовать и строго поглядывать на подчиненных и подопечных.

«Ключ» предоставляет неожиданную возможность иного, более продуктивного подхода к разотождествлению, причем более привлекательного, чем организация внутреннего театра. Он позволяет абстрактно (аудиовизуально) символизировать различные динамические комплексы личности, взаимодействие которых ответственно за внутреннюю психодинамику, и работать с каждым из них в отдельности и со многими одновременно.

Сами рассматриваемые стереотипы восприятий, поведенческие привычки и автоматизмы реагирования кодируются в виде абстрактных («супрематических») композиций. Кодирую-

РАЗУМ — ИСТОЧНИК КРУГА ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ



ется и процесс намечаемой их трансформации, взаимопревращений и взаимовлияния. В результате весь процесс предполагаемой внутренней работы символически представлен на экране монитора, благодаря чему разотождествление с управляемыми частями собственного внутреннего мира происходит совершенно естественно: сам индивидуум сидит перед монитором, а образы его проблем пульсируют и перемешаются по плоскости компьютерного экрана.

Создается своего рода «разумное зеркало» с большими возможностями предметного отражения беспокоящих внутренних проблем. «Ключ» — это своего рода сенсорно-содержательный конструктор, с помощью которого можно легко вынести любое затруднение за пределы внутреннего мира и материализовать его на экране монитора, подвергая целенаправленным терапевтическим трансформациям, которыми целительно программируется психика.

Мы изображаем собственное состояние в конструируемом нами **волновом паттерне**, постоянно сопоставляя результат его влияния на нас со своим внутренним переживанием для того, чтобы вынесенный вовне образ и его внутренний источник были подобны друг другу в некоем интуитивно-эмпатическом смысле.

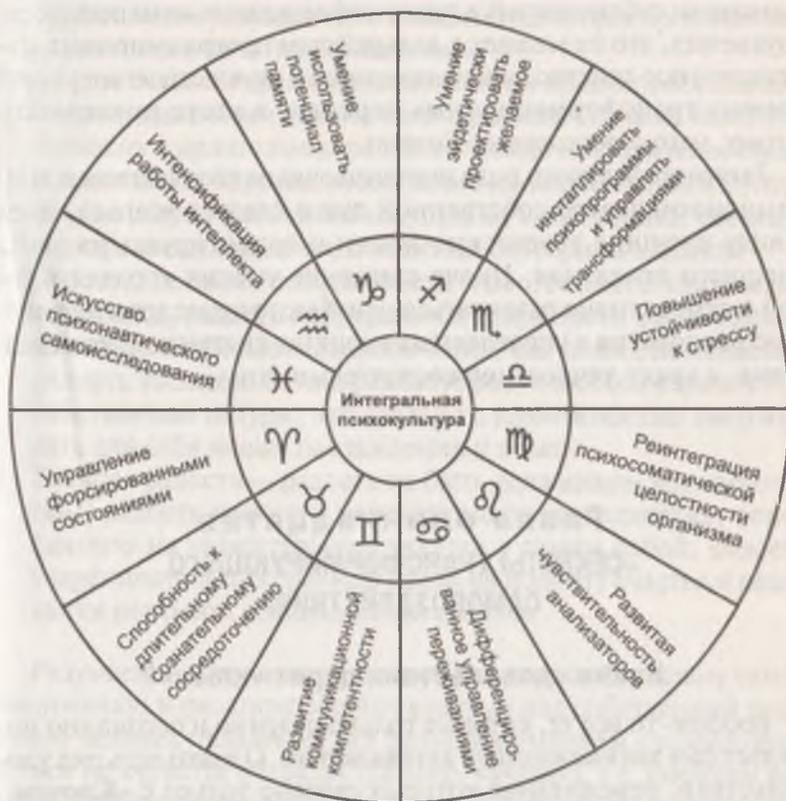
«Ключ» позволяет нам в дополнение к разделяемому со всеми окружающими внешнему (совместному, социальному) линейному времени приобрести и свое личное особенное время — время, перпендикулярное социальному, время предоставление себя себе, **возможностное** состояние как произвольно выбираемый перекресток дальнейшего развития.

Если не уделять достаточное время самому себе и не тратить его на привидение в порядок внутреннего мира, то и во внешней жизни осознанных свершений ждать не приходится — жизнь останется зависимой, пассивной и механичной, даже если вынужденная суета будет достаточно шумной.

В современном обществоведении этот психологический феномен развития **аутосервиса** известен как феномен разрастания сервисных служб по мере укрупнения фирмы или предприятия. Сегодня все наше общество настолько умножило собственные мощности, что сервисная экономика развилась взрывообразно, фактически приведя к изменению профессиональных разделений среди людей.

Примерно то же происходит и по мере развития личностного роста: чем осознаннее, сильнее и ответственнее становится индивидуум, тем больше времени ему требуется для того, чтобы поддерживать самого себя в высокоупорядоченном состоянии. От его решений и поступков начинает зависеть положение уже не десятков, а миллионов людей. Значит, усилия, затрачиваемые им самим на психогигиену и обслуживание своего ор-

СЛАГАЕМЫЕ ПСИХОКУЛЬТУРЫ



ганизма, должны возрасти многократно, иначе возрастет риск дезорганизационной катастрофы.

Потому-то представителям элиты и руководителям больших социальных систем и нужны всякие там джакузи да загородные дома: «профессиональных вредностей» на службе оказывается столько, что без глубокого, всестороннего и полноценного восстановления собственного творческого потенциала и речи быть не может об эффективном управлении жизнью многих людей.

«Ключ» допускает гармоничное объединение метафоры слуг и Хозяина с метафорой объективированных экранных конструкторов. Если отождествлять анимационные образы проблем с именами субличностей и персонифицировать конкретные затруднения, это не мешает в дальнейшем программировать постановочное действие, заключающееся в осуществлении управляемых трансформационных перемен, в итоге приводящих к тому, чего сам пожелает Хозяин.

Заниматься такого рода постановочным творчеством в анимационном театре собственной души следует всерьез, имея в виду внешние творческие задачи и ориентируясь на успех внешнего поведения. Иначе снижение умения управлять собой и самоактивно развиваться неизбежно приведет к нарушению равновесия в управляемых внешних системах и, как следствие, к краху личностной состоятельности.

Глава одиннадцатая «СЕКРЕТЫ ТРАНСФОРМИРУЮЩЕГО САМОВОЗДЕЙСТВИЯ»

Какие удовольствия дарит «ключ»?

Вообще-то все те, которые только разумно и осознанно пожелает сам занимающийся аутодизайном. Однако есть ряд удовольствий, переживание которых связано только с «Ключом». Вот наиболее важные из них.

1. Радость переживания глубочайшего комфорта и абсолютной безопасности, связанные с восприятием предпочитаемых сигналов и теми нейрохимическими реакциями, которые они направленно вызывают в организме. Это что-то вроде ощущения, с трудом передаваемого словами: «Я сам себе свой и живо ощущаю полноту самого себя как самоценного, самодостаточного и самопричинного центра бытия».
2. Радость обретения действительной власти над самим собой, над собственными настроениями, установками, состояниями-

ми, отношениями и образами действий. Ни одна жизненная ситуация не приводит к такому полному ощущению счастья самовластья. Разумеется, эта радость особенна тем, что ее переживание усиливается с каждым годом приобретения нового опыта в занятиях с «Ключом».

3. Чистое счастье переживания контакта с нравящимся цветом, сопровождаемым гармоничной музыкой. Одна из наиболее глубоких и целительных радостей человеческой жизни также возрастает по мере высвобождения из-под прессинга Супер-Эго по мере нарастания ощущения собственной свободы и сопровождающего его очищения сенсорных каналов.
4. Радость полной пластичности собственного организма и психики, радость непрерывной открытости возможности изменить в себе все без исключения, что только пожелается, радость убежденности в реализуемости любого стремления собственной натуры, что связано с возможностью выдумывать для себя новые наслаждения и опыты.
5. Главная радость — радость не быть должником или виноватым, радость честного непроступного удовольствия, основанного на уважительном диалоге с самим собой, радость уверенности в собственном праве на полноту счастья и радование реальной достижимости счастья.

Разумеется, с каждым продвижением ко все большему самопониманию и расширяющейся властью над собственной природой человек овладевает все большим умением сосредотачиваться на «чувстве объекта» (санскр. «бхава»), т.е. умением все более глубоко почувствоваться в переживаемые им самим радости, а потому и возможностью получать от них все большее удовольствие.

Чего нельзя сделать с помощью «ключа»?

Нельзя нанести другому человеку вред — разрушительные помыслы, накапливаясь в организме вынашивающего их, неизменно становятся агрессивными по отношению к приютившему их мозгу, в результате чего потенциал саморазрушения может накопиться достаточный для обострения заболеваний или попадания в несчастные случаи.

Нельзя удалиться в глубокую наркоподобную зависимость от «Ключа», так как само по себе регулярное восприятие предпочитаемых сенсорных потоков дарит здоровье. Здоровый же человек естественно стремится к активной жизненной позиции, а потому он любит общаться, мыслить, действовать и творить.

Нельзя отказаться от обязанности на каждом шагу совершать личные выборы, за последствия которых самому же придется нести всю полноту ответственности. Нельзя отказаться от переданного каждому из нас дара полноты личной свободы. Нельзя сознательно полюбить вредоносное и чуждое, так как невозможно совместить предпочитаемые сенсорные потоки с тем, что является по определению отторгаемым и отвергаемым.

«Ключ» как программный **ауторедктор** помогает реализовывать любые пожелания, но сами по себе желания и стремления **биопозитивны** и конструктивны, как в отношении самого человека, так и в отношении его близких, ввиду априорной благонамеренности человеческой природы.

На несчастье других счастья не построить. Наше бессознательное оказывается нашим собственным неумолимым судьей, от ответа перед которым не уйти никуда, так как в момент совершения органического правонарушения оно всегда находится рядом с нами и регистрирует любые проступки и огрехи. Совесть всегда мстит за любое воровство. Сколь бы усердно мы его ни оправдывали, сама природа человека настроена в унисон с гармониями Вселенной, а потому является достаточным гарантом успешности контроля за сохранением законного паритета во всех отношениях и поступках.

Мы всегда прекрасно осведомлены о том, что такое хорошо, и что такое плохо, потому что все дисгармоничное, противоестественное и разрушительное противно нашей собственной глубинной природе. Уйти от которой невозможно ни в какое тридевятое царство.

«Ключ» как раз и ведет человека в глубины его собственной сущности, приближает человека к истокам его собственной природы, и чем глубже продвигается человек, тем больше красоты и гармонии в самом себе он обнаруживает, потому-то с помощью «Ключа» ничего дурного наворотить попросту невозможно.

Генератор созидающей активности

Любой человек, следуя императивному импульсу собственной природы, инстинктивно стремится творить и изобретать, так как именно в творчестве новых путей удовлетворения желаний и изобретении новых приемов достижения удовольствий и комфорта может осуществляться успешная адаптация к стремительно развивающемуся миру.

Главной особенностью творческого состояния, именуемого **нисайтом**, вдохновением или уверенностью в собственных силах, является острое переживание полноты личной свободы и достижимости любых желаемых целей и результатов.

Благодаря использованию «**Ключа**» человек оказывается в состоянии осознанно усиливать собственную способность творить, фактически не обращая внимания ни на переменяющиеся под влиянием внешнего мира эмоциональные состояния, ни на те или иные события окружающей действительности.

Благодаря применению «**Ключа**» человек становится более автономным, более независимым, более самостоятельным в управлении своими собственными настроениями, состояниями и поступками.

Жизнь наша устроена таким образом, что всегда есть что изменить, трансформировать или усовершенствовать, осознанно развить и целенаправленно улучшить. Понятно, что самым интересным и благодатным полем для развития собственных **креативных** способностей являемся мы сами — наши реакции, наши восприятия, наши действия. Нет ничего интереснее, полезнее и неожиданнее, чем развитие самого себя посредством осознанно планируемых целенаправленных усилий.

Само по себе присутствие «**Ключа**» подталкивает к экспериментам над собственной психикой и организмом, становящимися с каждым очередным успехом все более изысканными и все более изобретательными. Поначалу любому хочется, в первую очередь, освободиться от неконтролируемой раздражительности и научиться изменять отношение к определенным занятиям, не нравящимся ему. По мере накопления опыта практической работы с **артпроцессором** приходят такие необычные желания, как попытка закоренелого материалиста стать убежденным идеалистом или стремление закоренелого

ДЕСТРУКТИВНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ СТРЕССА И ПРОФИЛАКТИКА ИХ РАЗВИТИЯ



СЛАГАЕМЫЕ ПОЛНОЙ КАПИТУЛЯЦИИ, ПОРОЖДАЮЩЕЙ ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

(ИСЦЕЛЕНИЕ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ В ОСОЗНАННОЙ ПЕРЕМЕНЕ ВСЕГО ЖИЗНЕННОГО СТРОЯ
БЛАГОДАРЯ ОБРЕТЕНИЮ СПЕКТРА РАДОСТИ И ПОЛИФОНИИ УСТРЕМЛЕНИЙ)

Фиолетовый	Отрыв от Целого, утрата связи с Источником, пораженчество, согласие на фатальную гибель.	ОБРЕЧЕННОСТЬ
Синий	Нежелание разобраться в душевных проблемах, бегство в изоляцию, отказ от радости жизни.	ИНЕРТНОСТЬ
Голубой	Уныние, саможаление, регрессия в детство, обида и оставленность, бескрылость, тяготение к прозябанию, страх перед попыткой обновиться.	ПЕССИМИЗМ
Зеленый	Эмоциональная холодность, серое восприятие повседневности, зацикленность на "неминуемом", санкция на пассивность, печаль и безысходность.	РАВНОДУШИЕ
Желтый	Нежелание интеллектуально потрудиться, отсутствие перспектив, грозное будущее, негативные визуализации, патогенные фантазии.	БЕЗВЕРИЕ
Оранжевый	Гнев на действительность, нежелание считаться с обстоятельствами, суетливость и несдержанность, неумение создать рабочую мотивацию.	РАЗДРАЖЕНИЕ
Красный	Сосредоточение на усталости, опора на сожаление окружающих, разрешение на бездействие, игнорирование собственных энергоресурсов.	ИСТОЩЕНИЕ

женоненавистника обрести романтическую привязанность к нежным представительницам прекрасного пола.

Благодаря **креативным** возможностям «**Ключа**» человек получает доступ к неустанному исследованию пространств собственных творческих состояний, которые, как ни странно, оказываются весьма различными и строго специфичными. Состояние, необходимое для восприятия музыки, написанной другими людьми, существенно отличается от состояния поиска выхода из финансовых затруднений, а состояние выстраивания партнерских отношений на службе отличается от состояния, сопровождающего перемену отношения к тем, что весьма значим для занимающегося практикой **аутодизайна**.

Благодаря «**Ключу**» человек получает возможность продуцировать самые неожиданные фантазии и самые оригинальные образы будущего, которые при определенной анимационной поддержке могут создаваться в пределах вполне определенного стиля и целевой ориентации. Исследователь собственного внутреннего мира может взять любую интересующую его тему — и рассмотреть ее со всех мыслимых и представимых сторон, изучить и проанализировать все составляющие ее элементы, а при возникновении желания — и целиком перекодировать восприятие некоего участка действительности, заменив новым, пока еще недостаточно изученным состоянием.

Каждому прекрасно известно, сколь многое в нас самих можно подправить, подшлифовать да подкрасить. Так что поле для работ над самим собой открывается воистину беспредельное. И каждый шаг по нему приносит новые радости, поражает новыми открытиями, делает нас новыми, более умелыми, более интересными, более сильными.

Благодаря «**Ключу**», сознательно применяемому в качестве генератора **креативности**, со временем растворяется и исчезает всякий страх перед собственной инертностью, малоподвижностью и некомпетентностью. Входить в нужное творческое состояния становится не только легко, но и приятно. Человек открывает для себя чарующие мелодии и волшебные краски новой жизни — жизни как непрекращающегося творческого действия. В основе же этого потока творчества лежит умение сделать себя таким, каким самому захочется стать.

Как разрисовать собственную жизнь?

Для начала собственное существование, каким оно видится в будущем, следует понять как чистую свободную потенциальность и представить его себе как светлый чистый холст. Затем необходимо позволить себе поиграть с бликами цвета, с предполагаемыми сюжетами своего развития, с вариациями тех впечатлений и переживаний, с которыми действительно хотелось бы иметь дело в ближайшие годы и десятилетия.

Лишь после того, как удастся в полную силу наиграться, представляя себе все возможное многоцветие и многоголосие собственной жизни, рассматриваемой как предстоящий к воплощению шедевр, можно браться за работу. Источником истинного самотворчества всегда выступает глубинная неудовлетворенность имеющимися образами и потоками наличного бытия.

В нашем каждодневном существовании всегда есть что исправить, и только мы сами знаем, что и как следует изменить, переписать и перекрасить.

Необходимо непрерывно старательно развивать и тренировать воображение, словно молодой росток, усердно поливая его потоками предпочитаемых сенсорных впечатлений, для того, чтобы представляемые картины оказывались свободными, гибкими и пластичными.

Красивого и приятного на свете предостаточно, но нам предстоит избрать именно свое, родное, собственное.

Для этого нужно терпеливо перепробовать самые различные варианты конструируемой действительности. Это проще и удобнее совершать на макетах воображения, вживаясь в представляемые картины до того, как будет принято решение об их воплощении в реальную плоть жизни. Лишь окончательно убедившись в завершенности желаемого образа создаваемой действительности можно утвердить «проектное задание» и приступить к его реализации.

Пробовать, пытаться, экспериментировать, испытывать и вновь искать и находить все новые и новые варианты искомой красоты.

Нередко нас останавливает в нашем радужном творчестве иллюзорное ощущение того, что лучше, полнее и гармоничнее сотворить желаемое уже нельзя. Как тут не перевернуть известную поговорку и предупредить — «Хорошее — враг лучшего!». Только от нашего собственного решения зависит, какую жизнь мы будем проживать — какую-то непонятную, хорошую или самую что ни на есть лучшую из всего того, что только можно себе представить.

Надо сравнивать приготавливаемые к реализации проектные задания преобразования действительности не с теперешним сомнительно ценным состоянием, но именно с тем, что можно представить себе наилучшим образом. Сама по себе игра творческого воображения дарит целительные энергии и приносит новые смыслы. Когда воображение нарезвится, когда захочется наконец приступить к выполнению задуманного, тогда следует кристаллизовать свой замысел — и ринуться в пучину жизненных волн, непрерывно удерживая в воображении тот замечательный результат, который один только и имеет право на существование в сегодняшнем вашем мире.

В образе желанного результата каждая краска занимает свое место, каждый акцент стоит там, где он действительно нужен, а каждая интонация звучит своевременно и в меру сильно и точно. Главное же, о чем ни на миг нельзя забывать — если что-то получится не так, как оно задумывалось, то никто не мешает нам решительно «загрунтовать холст воображения» и открыть новый сезон созидания собственной жизни.

Как управлять своими пожеланиями?

Во-первых, необходимо убедиться в собственном опыте в полноте возможности самого этого действия (на каких-нибудь относительно простых примерах). Во-вторых, необходимо старательно исследовать свои действительные желания, так как именно они отражают нашу собственную природу, выражением которой и является наша творческая жизнь. Наконец, в-третьих, нужно просто старательно и добросовестно трансформировать все то, что не нравится и не устраивает в себе, в то, что самому нравится, и что вполне устраивает как имеющее право быть.

Жизнь учит каждого из успешно проживающих ее тому, что всегда все можно изменить к лучшему — нужно лишь захотеть этого и сосредоточенно потрудиться. Наш мозг, как и организм в целом, не говоря уже о внешней событийной обстановке, не просто высокопластичен и доступен любым целенаправленным творческим преобразованиям, но и сам стремится к самоизменению, находясь под влиянием гармонизирующих и развивающих сил самоорганизации.

Изменять себя очень интересно и всегда неожиданно. Поэтому все те, кто хотя бы несколько раз испытывал этот удивительный вкус победы над собственной косностью, никогда уже не оставляли этого удивительного занятия — творческим экспериментированием в области управления собственным развитием.

Важно отчетливо понимать, ради чего и с какой целью предпринимается то или иное конкретное самоизменение.

Чем яснее мы представляем себе интересующий нас результат, тем вернее плоды трансформации будут соответствовать вдохновляющему нас образу самих себя — желанных и родных. Важно знать, что неизменным результатом всякого изменения самого себя всегда оказывается улучшение — чего-то, в чем-то и каким-то образом. Благодаря усилиям сознательной самотрансформации человек делает собственное существование лучше — гармоничнее, комфортнее, приятнее, интереснее и целостнее.

Искусство самоизменения — это не хирургия (разве что пластическая); это глубокое художество, в котором методическая умелость переплетается с таинственными наитиями, именуемым развитым художественным вкусом. Человек, умеющий управлять реализацией собственных пожеланий через управление самим собой, это уже не вполне обычный человек. Это — Человек Будущего, каким оно только и может видеться всякому здравомыслящему землянину и каким оно только и должно стать — Будущего, которое всем нам понравится!

Ключ к пониманию желаний

Артгтехнологический психопроцессор предоставляет возможность глубоко вчувствоваться в существо собственных хотений.

Всякое пожелание имеет индивидуальный сенсорный рисунок. Это своего рода формула желания, поверх слов описывающая впечатления и ощущения, которые связаны с удовлетворением стремления и достижением желаемого состояния.

По мере вчувствования, углубления, вживания в эту формулу ощущений возникает понимание тонких нюансов устремления; оно усиливается, гармонизируется, интегрируется с другими фрагментами и областями целостной психики, что делает его более сильным и повышает вероятность успешной реализации.

«Ключ» предоставляет возможность предметно сфокусироваться на существе стремления, сосредоточиться на своего рода психоэмоциональной плоти того хотения, которое лишь абстрактно именуется наборами слов, но ощущается совершенно по-особому, неповторимо и экзистенциально.

Взвешенное прочувствование собственных желаний, их энергетическое сосредоточение, собирание воедино, выделение из хора потребностных голосов, который в каждый момент времени оказывается неизменно многоголосным, помогает укрепить, настроить и динамизировать стремление. Так происходит своего рода «предполетная подготовка» стрелы желания перед тем, как она устремится к реализации в оформленном поведении.

Такого рода внутренняя работа, совершаемая с помощью «Ключа», сама по себе многое трансформирует к лучшему. Мы лучше понимаем сами себя, наши пожелания делаются более отчетливыми и осознанными, мы накапливаем энергию значимых поведенческих программ, приводя их в соответствие с центральной линией удовлетворения главной потребности.

Человек естественно стремится к пониманию предмета своих потребностей и к знанию причин, породивших и поддерживающих те или иные желания. Это основа основ осознанного самоуправления. Это гарантия постижимости всего того, что происходит в собственных глубинах. Это освоение ответственности за все то, чего желаешь.

Человек должен быть уверен в собственных желаниях, быть убежденным в их обоснованности и законности. Тогда ему хватит и сил, и терпения реализовать их как естественные проявления его собственной развивающейся природы.

Многое дисгармоничное в душевной и социальной жизни людей связано с неверием в обоснованность собственных стремлений, с сомнениями в достоверной правоте их внутренней природы, в оставлении за собой возможности отказывать самому себе в реализации хотений на том основании, что они не являются окончательно собственными, внутренними, родными.

Все это вносит излишнюю сумятицу во внутренний мир, отнимает время и силы там, где они должны быть сконцентрированы на выполнении самих пожеланий.

*Познание природы личных желаний целительно
и реинтегративно.*

*Самопознание в пределе может быть понято как
полное понимание природы собственных желаний.*

Наша природа, т.е. мы сами как мы есть, проявляется именно 1) желаниями, 2) предпочтениями и 3) склонностями. Но если поразмыслить, то две другие формы проявления природы могут быть переформулированы в терминах первой, ибо также как и она являются ответами на вопрос — «Чего же ты хочешь?».

Формула самопознания предельно проста: предмет твоей активности, желанная цель, объект интереса (Чего?), субъект ответственности и свободы, т.е. ты сам (Ты?) и, наконец, динамика самого устремления, действительная именно для тебя самого (Хочешь?). Так что самопознание — не такая уж сложная штука, правда, если научиться до конца и полностью разбираться со всеми собственными хотениями.

Желания являются активным проявлением индивидуальной природы. Формально, вне опыта самоуправления постичь их невозможно, как невозможно их изучить когда-либо раз и навсегда. Самопостижение, понимаемое как рассмотрение и редактирование собственных желаний, есть процесс непрестанно новый и длящийся в продолжение всей жизни. Зато процесс этот захватывающе интересен и полезен, ибо нет другого эффективного способа управления собой, как через сознавание своих стремлений и сознательное распределение времени, внимания и сил на их продуманное и комфортное удовлетворение.

С желаниями нужно поработать с помощью «Ключа», запечатлевать в «Галерее состояний», пытаться понять, старательно продумывать, сравнивать друг с другом и изучать динамики их развития, обучаясь порождать и усиливать в себе новые, загадочные, глубинные желания, которые, даже будучи созданными, окажутся нашими родными.

Самой тонкой формой желаний являются предпочтения. Самой устойчивой формой желаний являются склонности. Самой инертной формой желаний являются черты характера. Самой глубинной формой желаний являются инстинкты.

Работать со всеми этими проявлениями собственной природы интересно. Что-то в себе вдруг начинает нравиться, что-то вдруг понимается как излишнее, а что-то вдруг оказывается на поверку вовсе не таким, каким оно казалось окружающим и виделось самому себе.

Калейдоскоп этой работы непрестанен и вечен, как и само существование человека. Этот никогда не прекращающийся поток диалога с собственной натурой, это вечно текущее управление собственными удовлетворениями, этот беспрестанный танец со спонтанными всплесками собственной глубинной природы является самым интересным из всего назначенного и предоставленного человеку. Такая праздничная работа неизбежно раскрашивает, озвучивает и ароматизирует каждодневное бытие, окрыляет и вселяет уверенность в красоте Мироздания, без усталости одаривает драгоценными всплесками удивления, восхищения и вдохновения.

Цвет нужно выбирать!

Казалось бы, что может быть проще выбора того оттенка из нескольких, который зрительно, физиологически, эмоционально сейчас нравится больше остальных. Но оказывается, что поначалу выбирать предпочитаемый цвет, так же как и отбирать предпочитаемую мелодию, не так уж просто. Этот выбор требует особой сознательной включенности в процесс созерцания, а потому требует затрат психической энергии. **Интроспекции** как искусству понимать свои глубинные реакции на восприятия необходимо учиться!

Дух репрессивной культуры, навязывающей образцы и нормы извне, не способствует развитию у людей навыка спраши-

вать самих себя о действительных (а не навязанных извне) личных предпочтениях. Мало кому удается сразу, легко и без затруднений ответить на вопрос о предпочитаемости одного из нескольких схожих сенсорных стимулов. Особенно сложным становится такой выбор, если речь идет о сравнении очень близких, весьма сходных сигналов. Тут требуется обладание почти дегустационным умением различать возникающие впечатления по тонкости и аромату.

Жизнь в атмосфере репрессивной культуры не способствует развитию у нас самих доверия к императиву собственного «нравится», который всегда звучит в организме, но который мы привычно в большинстве случаев попросту игнорируем как ничего не значащий факт «личного своеволия». За нас всегда все решали другие. Мы же принимали лишь те формальные решения, в силе и эффективности которых нас заранее же научили. Поэтому, принимая их, мы по-прежнему механически реализуем заложенные в нас образовательным процессом оценочные установки, которые столь же автоматичны и мало осознаваемы, как любовь к родителям и страх перед смертью.

Начинающие осваивать возможности «Ключа» неизменно замечают, что даже само по себе пристальное сосредоточение на выборе предпочитаемого сигнала уже приносит какое-то удивительное чувство облегчения и ощущение удивительной освобожденности от диктата долженствований. Ведь в момент определения собственного «нравится — не нравится» никто, кроме нас, в целом мире не может определить, что именно нам понравится. Порой об этом заранее не знаем даже мы сами. Результат самотестирования непредсказуем, и потому он одаривает свободой принятия сугубо личного решения.

В выборе предпочитаемых цветов мы впервые спрашиваем сами себя — чего мы хотим на самом деле?

Что именно нам самим нравится? Что мы хотим воспринимать так, чтобы, прежде всего, нам самим было бы максимально приятно? Навык такого самотестирования обретается легко, быстро и радостно. Освоение этой процедуры производит некую тихую революцию в душе, плоды которой сладки и невесомы, свежий аромат которой окрыляет и возносит.

Поначалу, особенно в первые дни и недели освоения выбора предпочитаемых сигналов, труд свободы даже несколько

утомляет, вызывая странное ощущение неуверенности в правильности собственного выбора. Процесс освоения интроспективного самотестирования аналогичен первым робким шагам ребенка, который впервые в жизни собирается пойти без помощи других, и до конца не уверен в своей возможности это совершить. Но каждый следующий шаг все больше убеждает его в реальности собственной состоятельности.

Так через горнило опыта проб и ошибок открывается дорога самостоятельных поисков и творческих продвижений.

Опыт выбора **предпочитаемого** исподволь научает нас главной истине жизни: мы все имеем полное право выбирать — и все мы обязаны использовать это право в любой ситуации, всегда и везде. Мы обязаны выбирать и друзей, и предметы обихода, и занятия, и интерьер, и страну проживания, и круг коллег, и религиозные идеалы, и образы желаемого здоровья. Только осознанно избрав то, что нравится нам самим, мы открываем в себе силу и право действовать так, чтобы успешно реализовать задуманное. Своими выборами мы создаем свой собственный комфортный осмысленный мир, тем самым реализуя собственное предназначение как сотворцов Бытия.

Секрет отождествления с наблюдаемым

Каждый из нас не раз замечал, как, погружаясь в следование за коллизиями героев любимого мультфильма, он незаметно для самого себя невольно сам отождествлялся то с одним, то с другим персонажем, вместе с ними переживая, размышляя и действуя.

Фактически все контакты нашей жизни характеризуются большей или меньшей степенью нашей собственной эмоционально-волевой вовлеченности в поведение, представления и настроения тех, с кем мы вступаем во взаимодействие, будь то любимый герой кинофильма, надоевший прохожий или нравящийся нам сотрудник.

И наяву, и в своих представлениях, человек связан во всем и со всеми через самого себя, посредством себя, самим собой.

Иными словами, для того, чтобы услышать другого и попытаться ему что-то передать, мы на миг становимся этим другим,

вне зависимости от того, нравится нам это отождествление или нет.

Так уж устроен человек, что он либо отождествляется (идентифицируется) с внешним лицом, либо проецирует собственные внутренние переживания, надежды и опасения на внешние процессы и других людей. Подобно тому, как граница одновременно принадлежит обеим разделяемым (и соединяемым) сию областям, так и человеческая личность (как синтезирующая граница между внутренним и окружающим) управляемо полупроницаема.

Всегда и везде внешнее и внутреннее разделены достаточно условно, так что всегда открыта возможность для их взаимного проникновения и даже перемены местами.

Присоединяясь к нами созерцаемому (зрительно или идеаторно), мы неизменно делаем его частью себя, становясь тем самым и полнее, и ущербнее одновременно. Полнее, когда мы понимаем частичность воспринятого объекта отождествления. Ущербнее, когда мы принимаем воспринятый в нас объект в качестве полной версии самих себя.

Управлением отождествлением является ценнейшим упражнением, открывающим доступ к удивительным ресурсам душевной силы и физических энергий.

Использование «Ключа» позволяет нам осознанно присоединиться к любому внешнему объекту, свободно разъединиться с любым внутренним состоянием, легко разделиться с внешними процессами, привычно рассматриваемыми нами как неотъемлемая часть нас самих, или интегрироваться с процессами, протекающими глубоко за пределами границ сознания в нас самих.

Сосредоточение на разделенности внешнего, себя и внутреннего, т.е. окружающего, психического и границы между ними, требует особых сил, но и выводит человека за рамки любой обусловленности как внешним, так и внутренним миром, делает его целиком самопричинным, т.е. истинно свободным.

Умение разотождествляться и интегрироваться по своему желанию немало затруднено тем, что внешнее, внутреннее и мы как граница между ними резонансно, смыслово и структурно едины. Получается трудно описуемая неслиянная нераздельность, или, если угодно, нераздельная неслиянность. Получается, что мы сами даже в поверхностных психических проявлениях отражаем факт собственной созданности по образу и подобию Творца как Троицкой Троицы.

Упражнения с «Ключом», касающиеся самых разных проблем повседневной жизни и ситуаций самопознания, обязательно связаны с осознанным разделением и осознанным же объединением. Учиться такой творческой подвижности сознания и приятно, и полезно, так как овладевший управлением поведения собственного сознания воистину владеет миром. Во всяком случае, неразвитая память прошлого и иллюзорно воспринимаемое настоящее над ним уж точно безвозвратно утрачивают свою пустую, нелепую и тягостную власть.

Занимайтесь, когда захочется

В течение дня нужно научиться находить свободное время для проведения **рекреации**. Периодическое восстановление «творческой боеготовности» значительно повышает эффективность деятельности и развивает продуктивность любых действий и поступков. Обращение к **рекреативным** процедурам попросту выгодно, тем более, что отдых, как показывают исследования психофизиологов, необходим всем нам с периодичностью не менее 1 раза в 90 минут.

В продолжение дня регулярные занятия с «Ключом» помогают устойчиво наращивать ту особую интегральную составляющую личной продуктивности, которая магами и инициантами именуется **личной силой**.

Личная сила — это некая стратегическая характеристика общей творческой дееспособности человека, вне зависимости от того, чем ему приходится заниматься.

Ее нередко именуют ее **реализационной властью**, т.е. способностью реализовывать задуманное и доводить до желаемого во-

площения планируемые рабочие программы и проекты. **Личная сила** проявляется как изощренность, профессионализм, успешность, интуитивность, проницательность и даже гениальность. Со стороны обладатель высокой личной силы воспринимается как человек стратегически основательный, неторопливый, последовательный, непредсказуемо неожиданный и абсолютно уверенный в правоте избираемого им пути достижения цели.

Поэтому жалобы на то, что, мол, занятия с «**Ключом**» отнимают драгоценное рабочее время, попросту неосновательны и обычно исходят от людей, не ведающих подлинную цену **личной силы**. Увеличение потенциала **личной силы** делает решения настолько безошибочными, а прогнозы настолько точными, что ни о какой потере времени жалеть не приходится. Просто творческая мощь аккумулируется с предельной полнотой и проявляется в целиком и полностью успешных действиях, оказываясь сверхэффективной.

С ростом социального, административного и экономического статуса индивидуума возрастает необходимость в обладании им немалой личной силой, а значит, возрастает и потребность в регулярном использовании «Ключа».

Речь идет об обязательности периодического собеседования с собственным бессознательным, со своим высшим «Я», со своим жизненным багажом. В глубинном бессознательном очень многое лежит под границей осознания, а потому может быть оперативно приведено в действие лишь при прямом обращении за помощью.

«**Ключ**» учит обращению к собственным ресурсам — не дожидаясь, пока нужные воспоминания и смыслы сами собой всплывут. Ведь всем известно, что порой они спонтанно активируются через несколько часов или дней после того, как они действительно понадобятся.

Такое включение во внутреннее, заключающееся в уважительном диалоге с собственным организмом, лучше всего проводить по первому зову интуиции.

Внешняя обстановка всегда позволяет уединиться на 7—10 минут для того, чтобы наедине с самим собой пообщаться с собственным разумом. Особенно высоко такую возможность оценивают творческие люди, живущие по своему личному рас-

писанию, т.е. не позволяющие ритмам внешней жизни тяготеть над тонкими расписаниями собственной души.

Если в продолжение дня, по мере возникновения острых проблем, в связи с нарастающим утомлением или просто по велению сердца, вдруг захочется пообщаться с собой, ни в коем случае нельзя подавлять это желание или откладывать его удовлетворение «на потом». Следует сразу же отвечать на внутренний зов согласием на гармонизацию. Результаты такой отзывчивости уже вскоре удивят и порадуют.

Возможности сами научатся стучаться в нашу жизнь изнутри нас самих. Нашим глубинным силам — нашим волшебным внутренним помощникам! — приятно напоминать нам о своем существовании из **возможностных** просторов бессознательного. Но для этого они должны быть до конца уверены в том, что их заметят, их услышат, им порадуются, их воспримут, их поблагодарят.

Как остановить карусель привычных слабостей?

Для начала следует осознать слабость как недотренированность, неразработанность, неразвитость, т.е. **возможность**, прикрытую оболочкой недоделанности. Для исследования механизма превращения слабости в преимущество следует выбрать ближайшую из них — и произвести над нею желаемые трансформационные операции.

Когда в ходе организованных с помощью сконструированных программ «**Инсталлятора психопрограмм**» первые несколько слабостей успешно преодолеваются, возникает ощущение собственной всевозможности, которое соответствует истинному творческому самоощущению человека как самопричинного существа.

Овладение «**Ключом**» освобождает от гнетущего чувства бессилия и ощущения безысходности, столь часто оупляющих и подавляющих нас на путях земной жизни. Интерес к процессу творческого **самосозидания** развивается все больший и больший с каждой преодоленной личной трудностью., с каждой разрешенной личностной проблемой.

По мере обретения опытности в **самопрограммировании** привычная для многих капитуляционная стратегия сменяется ощущением собственной творческой непобедимости, состоятель-

ности и компетентности. Нет ничего в подлунном мире интереснее, важнее и ценнее, чем осознанная победа над собой, да еще достигнутая не путем самонасилия, а с помощью красочного и многозвучного «Ключа» — накопителя психоресурсов, психосоматического гармонизатора и трансформатора психопрограмм.

Человек, вполне освоивший методы управления самопеременами, выделяет в своем ежедневном распорядке особое время для проведения реорганизации внутреннего мира и работы с очередной выявившейся по ходу жизненного развития проблемой. Он сознательно посвящает определенное время работе над собой не только потому, что рассматривает это как выгодное и целесообразное вложение капитала личного времени, но и потому, что это занятие просто захватывающе интересное и на удивление приятное.

Самопобедитель все время разыскивает новые поводы для самопреобразований: что уместнее и своевременно победить в себе на этот раз? над чем поработаем? с чем имеет смысл эволюционно повозиться?

Так открывается совершенно новая перспектива личностного развития. Так жизненный рост человека становится совершенно сознательным, творческим и самоактивным, а следовательно, практически безошибочным и на редкость продуктивным. Победа над собой, т.е. очередная перемена собственных неэффективных стереотипов, для самых различных жизненных ситуаций оказывается оптимальным путем достижения желанного успеха.

Самотворящие люди — это наши ближайшие потомки! Их жизнь будет зависеть лишь от их собственных творческих пожеланий и представлений о прекрасном, сформированных изощренным опытом самопреобразований и старательных исследований всевозможных радостей жизни. Они будут непрестанно пользоваться «Ключом» подобно тому, как мы ежедневно пользуемся ложкой или полотенцем.

От чего зависит эффективность работы с «ключом»?

- от его наличия, опытности в самоисследованиях и усердия в занятиях;

- от умения обмениваться результатами **самотворчества** с коллегами;
- от готовности решительно развивать собственную жизнь как целое;
- от пожелания самому себе действительного счастья;
- от полноты пожеланий любви, света и гармонии и силы устремления;
- от глубины доверия собственной одаренности;
- от убежденности в исходной благонамеренности людей и Вселенной;
- от умения смело отправляться в путешествие за линию горизонта;
- от смелости решительно оперировать запредельным и фантастическим;
- от умения приводить в действие мощь своего воображения
- от частоты занятий и регулярности практики;
- от тех программ, которые осмеливаешься формулировать для себя;
- от тщательности подтверждения на практике реальности результатов;
- от системной продуманности создаваемых для себя **психопрограмм**;
- от чистоты и прозрачности честного **самовосприятия**;
- от стремления в полноте испытать все возможные радости жизни;
- от убежденности в осмысленности земного существования
- от согласия на взаимовыгодное сотрудничество со всеми и во всем;
- от умения понимать собственное благо как источник благополучия мира;
- от благодарности Творцу за полноту дарованных возможностей.

Каковы условия эффективного обучения?

- стремление развить полноту собственного существования;
- готовность к неустанному накоплению полезных умений;
- выраженная жажда приятных переживаний, радостей и новых впечатлений;
- умение радоваться каждому сделанному шагу без спешки и суеты;

- готовность никогда не останавливаться на достигнутом;
- уважительное доверие к всемогуществу собственного мозга;
- понимание поразительной глубины и спектральной мощи своего потенциала, который может быть использован максимально полно;
- усердие в каждодневных упражнениях сенсорной гимнастики;
- решительное утверждение достигнутых реализаций как столпов личности;
- постоянное обращение за советами к членам Сообщества Радуги;
- стремление искать и находить лучшие решения в сколь угодно сложной ситуации, ни в коем случае не отказываясь от поиска и не останавливаясь перед кажущимися неодолимыми трудностями;
- готовность поделиться успешным опытом самоуправления с другими;
- глубокое незыблемое доверие собственным предпочтениям и мнениям;
- умение радоваться всему новому, ценному и полезному;
- стремление прожить жизнь истинного художника.

Критерии правильного использования «ключа»

- позитивное и конструктивное восприятие собственной жизни;
- оптимальная самооценка и гармоничный образ «Я»;
- оптимистическое восприятие перспектив собственного творчества;
- выраженный интерес к активному развитию окружения и самого себя;
- отсутствие принципиальных ограничений в каждодневном развитии;
- полная удовлетворенность достаточностью имеющихся ресурсов;
- целостная полнозвучность переживаний и впечатлений;
- устойчивость ритмов развертывания рабочих и личностных программ;
- отсутствие затруднений при переводе проблемы в серии заданий;

- отсутствие угнетающих, патогенных и неволяющих переживаний;
- полнота телесного благополучия и стремление к тренировкам организма;
- интегральная гармония самовосприятия и полнота контактов с окружением;
- управляемость любых требуемых установок восприятия и поведения;
- результативность творчества;
- полноценный здоровый ночной сон;
- отсутствие затруднений с выбором продуктов питания;
- достаточность радости и веселья в каждом дне;
- совершенно спокойное отношение к перспективам собственного развития;
- благодарное отношение ко всему в собственном прошлом;
- ощущение великолепия спектра собственных способностей;
- высокая работоспособность и стремление развиваться.

Развивается ли привыкание к «ключу»?

Когда у подростка в наличии имеется всего два компакт-диска с аудиозаписями любимых музыкантов, он изводит и родителей, и соседей непрерывным прокручиванием давно уже надоевших мелодий, которые начинают раздражать и гневить окружающих. Но если родители не поленились раскошелиться на приобретение ребенком большой аудиотеки, то всякий раз будет звучать какая-то новая композиция, в чем-то похожая на другие, а в чем-то своеобразная.

Аналогичным образом развиваются отношения человека с его «Ключом». Если в «Галерее психоресурсов» и «Банке катализирующих программ» паттернов раз-два и обчелся, то работать с ними станет скучно уже через несколько дней. Если же арсенал средств самовлияния творчески расширяется, активно разнообразится и художественно изобретается, такие паттерны не смогут надоесть даже самому привередливому пользователю.

Разнообразие творчества — источник энергетизации интереса!

В любой момент можно войти в любое требуемое состояние, просто оживив ту или иную психокодирующую анимацию. Источником новизны служат наши собственные текущие наст-

роения и состояния, которые являются основой для построения новых паттернов или экспериментальной площадкой для испытания действия уже испытанных анимационных образцов, но с другими мелодиями, с другой скоростью или на ином фоне.

Вовсе не обязательно записывать каждую из таких освежающих восприятия новаций — после в их «буреломе» будет нелегко разобраться, неизбежно возникнут сложности с эффективным использованием излишне загроможденной системы записей. Но непрестанные эксперименты будут интересны сами по себе. Время от времени они наверняка будут выводить на создание совершенно особенных композиций, обладающих собственными художественными и психопрограммативными возможностями. Им будут соответствовать новые удивительные поэтические наименования. Они будут пробуждать новые потоки воспоминаний и ассоциаций. Они вызовут к жизни новые дневниковые записи о неожиданно возникших переживаниях и представлениях.

Если что-то не устраивает в наборе состояний «Личной галереи» — всегда открыта возможность взбодрить себя самого собственными усилиями. Для этого достаточно спроектировать что-нибудь из ряда вон выходящее — и навести фурор в мире собственных переживаний. В этом деле нарочитый «экстрим» излишен, но мягкий управляемый стресс вполне желателен как источник новых впечатлений и повод для перестройки внутренних матриц опыта, замедленная работа подсознания над преобразованием которых субъективно воспринимается как беспросветная угнетающая скука.

Всегда можно попробовать «Ключ» в решении новых задач.

Вряд ли отыщется хоть один здравомыслящий человек, в окружении которого не найдется пяток-другой оригинальных творческих задач, которые он хотел бы решить оптимальным образом. Если все оказывается настолько неинтересным, что даже решать ничего не осталось и заниматься нечем, следует осмотреться — возможно, пределы земной жизни уже покинуты?

Поездки, общение, затруднения, идеи, авралы — все это порождает целые шквалы обновлений, с которыми остается толь-

ко разбираться с помощью «Ключа». Тем более, что всегда открыта возможность временно отказаться от обращения к «Ключу» с тем, чтобы в достаточной мере соскучиться по радуге его анимаций и после с наслаждением прильнуть к экрану, открыто восхищаясь дарованными «Ключом» возможностями питания восприятий.

В конце концов, каждый волен одновременно стереть все накопленное им в «Галерее» и приступить к новому этапу **ауто-дизайна** — позабыв о себе прежнем и заново разрисовывая собственную жизнь и свою личность. Всегда открыта возможность пообщаться с коллегами на сайте сообщества, поинтересоваться — а чем они занимаются, когда ими «Ключ» вдруг начинает восприниматься как повод для скуки?

Наконец, время от времени будут появляться новые и новые программные версии «Ключа», каждая из которых будет обладать уникальным спектром особенностей, многие из которых будут неожиданно интересными. Для освобождения от подавляющей апатии можно использовать погружения в темную ванну для обеспечения сенсорной изоляции. Для многих же вполне достаточно выехать на неделю за город, поселиться в простой деревенской обстановке, выключив все средства коммуникации и оставшись без книг и даже блокнота для записей. Неспешное общение с природой поможет восстановить аппетит к жизни и голод восприятий, который в первую очередь захочется насытить именно потоками анимаций «Ключа».

В нашей жизни не так уж много действительно нравящихся нам потоков цвета и звучаний музыки, чтобы добровольно отказываться от всего того, что предоставляет в наше распоряжение «Ключ». В конце концов, скука рядом с «Ключом» — чисто умозрительная ситуация. Ее можно сочинить и в нее можно сыграть, но она логически противоречит сама себе: поток нравящихся восприятий растворяет любую скуку.

Ведь как приятно скучать под музыку в созерцании гармоничных калейдоскопических паттернов или через мелькания цвета прослушивать знакомые с детства произведения!

Когда влияние «ключа» ослабевает?

Когда им попросту перестают заниматься и оставляют в небрежении.

Когда наступает очередной период естественного утеснения жизнедеятельности.

Когда человек утрачивает связь с личностным Большим Проектом.

Когда осложнения вдруг приводят к согласию на капитуляцию перед ними.

Когда временно прекращается конструктивный диалог с самим собой.

Когда утрачивается ясное понимание собственных целей и мотивов.

Когда длительно не обновляются галереи состояний «Галереи психоресурсов».

Когда забывают пользоваться «Психосоматическим гармонизатором» и «Инсталлятором психопрограмм».

Когда исчезает желание осознанно развивать собственную жизнь.

Когда ошибки видения принимаются за недостатки действительности.

Когда слабости ложно объективируются и пугают.

Когда человек соглашается на потерю уверенности в собственных силах.

Когда перестают искать простых радостей человеческой жизни.

Когда перестают уважительно относиться ко всему встречающемуся на пути.

Когда частичная мелочь незаконно захватывает целостное внимание человека.

Когда утрачивается смелость в необходимом экспериментировании над собой.

Когда забывают о непрекращаемости творческого саморазвития потока жизни.

Кто не сможет использовать потенциал «ключа»?

- не доверяющие собственной одаренности и талантливости;
- не уважающие гармонии прекрасного и не ценящие мощь красоты;
- не интересующиеся собственным развитием и благополучием;
- не учащиеся использовать новые лучшие возможности;

- желающие оставаться верными собственным предубеждениям;
- не способные представить себе пластичность человеческой природы;
- агрессивно невежественные, а потому не понимающие богатства возможностей, уже многократно подтвержденное наукой;
- не силящиеся представить себе жизнь в действительном счастье;
- привыкшие рассматривать свои мучения как нравственное достижение;
- старающиеся извратить любую идею, переменив ее на противоположную;
- неспособные чего-то по-настоящему захотеть даже для самих себя;
- влюбленные в собственные ограничения, страдания и болезни;
- агрессивно отвергающие любую помощь и поддержку;
- глубоко ненавидящие и себя, и Творца, и окружающую действительность;
- просто не потрудившиеся освоить персональный компьютер;
- не желающие даже прочитать эту книгу.

Препятствия к использованию «ключа»

Наиболее серьезными препятствиями можно назвать три:

- 1) отсутствие компьютера, самого программного продукта и руководства к его использованию;
- 2) полное отсутствие зрения (хотя принципы поддержки самоорганизации могут применяться на материале галереи ароматов или аудиозаписей, а также вкусовых, осязательных или ритмических сенсорных потоков);
- 3) полное отсутствие интереса к достижению более комфортной, счастливой и радостной жизни.

Как ни прискорбно, но именно болезненное (и болезнетворное!) *отсутствие мотивации улучшающих изменений* является главным камнем преткновения на пути людей к собственному совершенству. Речь идет о некоей иррациональной *суперлени*, порожденное не менее диким *суперстрахом*, связанным с какой-то *сверхзначимой суперболью*.

В ходе многочисленных экспериментов однозначно доказано, что даже самые запущенные случаи клинической депрессии поддаются курации с помощью предоставления пациентам возможности в любой время получать доступ к моделированию целительных анимаций с помощью «Ключа». Но все же именно отсутствие мотивации является главной преградой на пути к полноте наслаждения жизнью, которое достижимо лишь как результат осознанного саморазвития.

В основе нулевой мотивации к саморазвитию лежит некая насильственно внедренная установка на полное, глубокое и безусловное неуважение человека к своим собственным возможностям. Обычно она дополняется дремучими представлениями о болезни как результате поломки организма как механической системы, и усиливается самоподдерживающимся скептицизмом ко всему и всем, который личность рассматривает в качестве свидетельства собственной нравственной и интеллектуальной состоятельности.

Это поразительно, но многим из нас мешает взяться за собственное развитие совершенно нелепое конформное опасение оказаться этаким «белой вороной», которая не может оставаться такой, как все, а стремится выделиться и отличиться. Правда, это соображение легко преодолевается за счет функциональной автономности «Ключа». Ведь им можно воспользоваться втайне от других, не афишируя приобретения арттехнологии, но в полноте используя предоставляемые ею выигрыши и возможности.

Нередко люди разочаровываются даже в самых простых и эффективных методах улучшения собственной жизни, идя на поводу у пугающе обезоруживающей любые творческие начинания сцепки двух привычек —

- 1) привычки сомневаться в любой возможности улучшения жизни и пессимистически рассматривать возможное будущее;
- 2) привычки пробовать освоить новое нахрапом, наскоком, насилуя себя и обстоятельства.

В результате закономерно наступающего фиаско человек вполне уверенно возвращается на позицию закоренелого скептицизма и пессимизма, которая благодаря очередному опыту неудачи становится в его глазах еще более обоснованной и заслуживающей уважения.

Многим людям недостает опыта внутренней тишины, готовности расслабиться и предоставить самому себе возможность созерцать красивое и приятное без ментального сопровождения, без суеты и болтовни. Мы настолько пропитались гонками нашего времени и так привычно погрязли в разрушительных рваных ритмах толкотни да беготни, что оказываемся неспособны позволить себе несколько минут помолчать, отдавая дань тому, что воспринимается как прекрасное.

Даже ради собственного благополучия мы не предоставляем себе возможность ежедневно заниматься осознанным расслаблением, экономим минуты, в итоге утрачивая годы счастливой жизни.

Все указанные причины среди городского населения развитых стран распространены буквально эпидемически и нередко проявляются с клинической четкостью, гранича с действительно опасными душевными недугами. Однако опыт работы с самыми разными пациентами, в том числе и обзаведшимися многоярусными психиатрическими диагнозами, однозначно свидетельствует о том, что при проявлении достаточного терпения и опытности, которая приобретается только в процессе личных занятий с «Ключом», **арттехнология** позволяет переменить состояние в любой ситуации. Для гарантированного успеха в исцелении само интегральное здоровье должно быть, в конечном счете, действительно желанным и рассматриваемым как принципиально возможное.

Возможно, в том и заключается божественная магия красоты, способной одолевать любые преграды хаоса и разрушать любые стены неразумия: прекрасное само по себе целительно, притягательно и приятно. Даже самые озлобленные люди невольно тянутся к красивому, стремясь получить от него помощь и исцеление. Даже самые запущенные болезни отступают, если страдающий человек разрешает себе насладиться исцеляющими токами красоты. Даже самые сложные проблемы оказываются вполне разрешимыми, если прекрасное оказывается рядом и рассматривается как необходимое подспорье в работе над улучшением мира.

*Красота заразительна,
красота убедительна,
красота целительна.*

И каждый шаг применения и использования красоты как могучей преобразующей силы убеждает в ее невообразимо богатых возможностях все больше и больше.

Нет ничего странного в том, что многие специалисты, ознакомившись с **арттехнологией**, озаряются пониманием того, что именно это психотехническое компьютерное средство является тем проповедником прекрасного, благодаря вездесущности и всепроникновению которого красота действительно получит реальный шанс спасти мир — мир, уставший от дезинтегрированности и разобщенности. Во всяком случае, **арттехнология** опирается на силу красоты, которая является наиболее могущественной из всех созидающих сил Вселенной.

Что недопустимо в самопрограммировании?

- сомневаться в широчайших возможностях целевого программирования;
- придерживаться внеопытных суеверных предубеждений;
- стараться сделать себя нового сразу, целиком и навсегда;
- действовать халтурно, необязательно и некрасиво;
- надеяться на то, что дефект психопрограммы выправится сам собой;
- лениться регулярно редактировать внедренные психопрограммы;
- рассчитывать на успех поспешной и грубой **саморепрессии**
- опасаться самодеятельности неких «монстров бессознательного»;
- отягощаться патогенными верованиями (окультурными, медицинскими);
- лениться отчетливо представлять себе мотивирующую цель достижения;
- отказываться от усердного и длительного усвоения психопрограммы;
- спешить, суетиться, бояться опоздать и ожидать возможных неудач;
- не доверять **самодействию** сил самоорганизации;
- сомневаться в собственной глубинной благонамеренности;
- придавать излишнее значение легко исправляемым недоработкам;
- бояться иллюзорной потери собственной личностности;

- предполагать в себе насилие какой-либо посторонней воли;
- считать себя оторванным от Творца, незримо присутствующем в каждом;
- полагать **самопрограммирование** маловажным занятием жизни;
- сомневаться в нереализуемости того, что еще опытно не апробировано.

Можно навредить себе и другим с помощью «ключа»?

Возможность такого рода если и существует, то исключительно теоретически, к примеру, как возникшая в утомленном разуме психически заболевшего человека. На деле же оказывается, что «Ключ» (благодаря особой методологии, лежащей в основе его создания) надежнейшим образом защищен от возможности использования его с вредоносными целями — как в отношении других, так и в отношении самого себя.

Развитие всегда идет в сторону расширения осознания, увеличения удовольствий и укрепления самоуправления, иными словами к увеличению стратегического и оперативного потенциалов адаптивности.

Самовредительство любым живым организмом отвергается как недопустимое по определению.

Отторжение это заложено в самой природе живого существа, и сомнению не подлежит ни на психоэмоциональном, ни на нервно-рефлекторном, ни даже на клеточном и биохимическом уровнях организации живой материи.

Любая успешная трансформация освобождает организм от дурной привычки снижать собственную приспособляемость вследствие влияния вредных условий среды. Если в психике и возникают опасные согласия на добровольное умирание (скрытый суицид, проявляющийся, к примеру, у заядлых курильщиков, отдающих себе отчет в вредоносности своего биохимически глупого занятия), то занятия с «Ключом» освобождают человека от этих тенденций и возвращают его на путь активного поиска развития им собственной жизненности.

Человеку свойственно стремиться к большему жизненному пространству, к большему комфорту, к большему владению уп-

равлением собственными умениями и возможностями, а все это ну никак не сочетается с желанием причинить себе вред. Даже противники распространения «Ключа» как инструмента саморадования, ошибочно предполагающие возможность развития зависимости занимающихся от радужных удовольствий, вынуждены признать совершенную медицинскую безвредность артпроцессора.

«Ключ» возвращает занимающимся присущую им креативность, которая неизбежно делает людей творчески активными и созидательными работниками.

«Ключ» является **возможностным** ресурсом выхода из любой затруднительной ситуации. Он символизирует близость каждому из нас средств эффективного разрешения любой возникающей в процессе жизни проблемы.

Решение находится на расстоянии до монитора — и может быть найдено по желанию, как только человек обратится к «Ключу» за очередной поддержкой.

Спирально развивающийся цикл «самовлияние — перестройка — контроль исполнения — самовлияние» не позволяет никому останавливаться на пути к вершинам собственных достижений.

Любому оппоненту исцеляющей красоты следует спросить самого себя — разве не самого наилучшего априорно желает себе всякий человек, даже находящийся в стрессовом тупике, даже заболевший, даже попавший в действительно безвыходные обстоятельства?

Просто «Ключ» служит гарантией выхода из любого тупика, и в этом позитивном обещании скрывается его главная ценность — исцеление неверия людей в самих себя, умеющих в самое неподходящее время стать на собственном пути и помешать своим же достижениям.

Себе самим мы всегда желаем только самого хорошего. Даже если мы неверно выбираем средства достижения этого хорошего, то, как минимум, результат нами всегда подразумевается идеально позитивным и всецело благополучным.

«Ключ» помогает сосредоточиться на очередной проблемной теме, что способствует спонтанной самоорганизации внутреннего опыта и позволяет усмотреть оптимальные способы

содействия саморазвитию ситуации. Даже если кто-то сильно постарается и захочет навредить себе «из принципа», для того только, чтобы доказать саму возможность этого, у него вряд ли что-нибудь получится.

Живой организм обмануть не так уж легко. Он обладает достаточно высоким запасом организационной прочности, чтобы «помочь» нам «забыть» о нашем дурацком стремлении или с помощью перестройки системы самооценки и эмоциональных реакций сделать такие вредоносные занятия фантастически скучными, неинтересными и нежеланными.

Кто может отказаться от творческих возможностей «ключа»?

Уставшие от депрессивных игр со смертью скучные люди, никогда не видевшие радости рассвета и сияния дальних звезд.

Подавившие в себе откровения сомнений гордецы и запугавшиеся умники.

Ленивые взбалмошные любители банальностей и поверхностности.

Необразованные люди, исключающие возможности полноты связности происходящего.

Никогда не испытывавшие радость творческого изображения своих замыслов.

Труссы, не осмеливающиеся предложить действительности свои правила игры.

Патологические враги свободы, откровенности и здоровья, почему считающие, что мир и его население испокон века обречены мучаться и страдать.

Держатели акций античеловеческих корпораций (бизнес на крови, бизнес на страхе, бизнес на лжи, бизнес на невежестве, бизнес на гордости).

Люди с негативным опытом обращения к практике саморазвития.

Не потрудившиеся представить себе цветные последствия Радужной Революции.

Не следует думать, что принятие «Ключа» пройдет совершенно безболезненно и не встретит серьезного сопротивления. Но сопротивление это заранее обречено на провал, так

как Радуга Рассвета Аквариуса уже в пути, и «Ключ» будет первым действительно **НОВЫМ** откровением Новой Эпохи.

*Медитации, мантры, янтры, мудры, асаны, пранаямы, цигун, акупунктуру и ароматерапию знали всегда. Но именно «Ключ» является совершенно **НОВЫМ** явлением Аквариуса.*

Альтернативная медицина современности до сих пор использовала лишь те средства **самовлияния**, которые человечеству оставили в наследство цивилизации далекого прошлого.

*«Ключ» — это истинно **НОВОЕ** изобретение нашего века, и мы по праву можем гордиться этим **ОТКРЫТИЕМ**.*

Именно на основе «Ключа» в рамках альтернативной медицины будут интегрированы все другие методы **самовлияния**, что откроет новую эру здоровья и новую эру творчества.

Можно ли вообще обойтись без «ключа»?

Конечно, если припомним многие поколения наших предков, которые прекрасно обходились без «Ключа», то придется дать положительный ответ. Однако если вспомнить о том, без чего из известного и привычного для нас наши пращурьы вынужденно обходились, то становится грустно. Без электричества, без автомобилей, без компьютеров, без книг, без парфюмерии, без удобной спортивной одежды и т.д. и т.п. — каждое поколение обходилось без чего-то важного своего, в зависимости от расстояния между нашими эпохами.

Но если бы без всего этого предложили бы обойтись нам самим, ко всему этому уже основательно привыкшим, конечно, ответ будет резко отрицательным. Точно так же будут отвечать на этот вопрос те из наших потомков, которые с детства привыкнули пользоваться возможностями «Ключа» в каждом дне своей интересной, гармоничной и захватывающе творческой жизни.

Можно обойтись без многого, в зависимости от желаний и притязаний. «Ключ» приносит занимающимся больше творчества, дарит всем больше вдохновения, предоставляет каждому больше жизни, больше раскованности, больше откровенности, самопознания, любви, полета ума, безмятежности, душевного здоровья и раскованности переживаний.

Так что если обдумать преимущества, предоставляемые «Ключом» и сравнить жизнь с ними с жизнью без них, то ответ будет прост и прям: незачем пытаться обходиться без «Ключа», когда он уже существует и доступен всем желающим его использовать.

Однако если кого-то дары «Ключа» не интересуют, то он действительно излишен, так как получить все его преимущества может только тот, кто искренно заинтересован в полноте собственного творческого развития. Обычно самоограничения и самостеснения порождаются некими серьезными глубинными проблемами, нередко патологического характера. Природа человеческая такова, что она непрестанно общается с окружающей жизнью, беседует с существованием языком желаний и текстами стремлений.

Чем больше человек хочет быть самим собой, чем больше он жаждет полноты саморазвития, чем более он заинтересован в наслаждении собственным творчеством, тем больше ему необходим «Ключ».

«Ключ» разрешает противоречия и облегчает распутывание конфликтов. «Ключ» развивает остановившиеся процессы и углубляет действие конструктивных причин. «Ключ» расширяет жизненность и предоставляет возможность художнически работать с материалом, имя которому — сама жизнь. Ну, какой здравомыслящий художник захочет отказываться от прекрасной палитры и кистей и роскошного холста, если есть в нем хоть капля творческого задора?

Как часто следует обращаться к «ключу»?

Мало кого тяготит ежедневное использование вилки, полотенца или зубной щетки. Они стали неотъемлемыми элементами быта современного цивилизованного человека. Подобно этому и ежедневное обращение к «Ключу» для наиболее ответственных и внимательных к себе людей со временем непременно станет процедурой естественной каждодневной заботы о себе.

Со временем организм сам научается подсказывать человеку, когда следует обращаться к «Ключу». Внезапное недомогание, острое противоречие, серьезное затруднение, сложная за-

дача или важное событие — обращаться к укрепляющей красоте «Ключа» можно по самым разным поводам. Его следует использовать при возникновении любых затруднений, применяя как усилитель осознанной творческой воли и в качестве генератора целительных перестроек в мозгу, необходимых для успешного усвоения нового опыта и успешной реализации действия по исполнению желаемого.

«Ключ» так же важен для результативного самоуправления, как телефонный аппарат для общения с далеким собеседником или телевизор для просмотра интересующих нас телепередач. Чем чаще обращаться к «Ключу», тем успешнее будут решаться проблемы повседневной жизни, а значит тем увереннее, радостнее и полнее будет переживание действительного счастья.

Как достичь устойчивых результатов трансформации?

1. Следует принять действительно безоговорочное решение, без потакания даже воображаемой возможности поворота с пути перемен к прежним стереотипам.
2. Необходимо вознамериться регулярно накачиваться сконструированными суггестивными программами, пока не будут достигнуты устойчивые результаты **самопреобразования**.
3. Осознать принципиальную необходимость произвести целый ряд конкретных перемен в собственном внешнем поведении, а не только ограничиться переменами в понимании и **самовосприятии**.
4. Регулярно удерживать в сознании яркий образ желаемой цели совершаемых перемен.
5. Ежедневно совершать процедуру самоотчета, корректируя достигаемые перемены в направлении более точного воплощения спроектированной цели.
6. Спокойно и с благодарностью принимать любые критические замечания на свой счет, тем самым, используя дополнительные возможности творческой **самокоррекции**.
7. Ни в коем случае не останавливаться на достигнутом; даже по достижении желаемых перемен до запланированного срока старательно изыскивать новые возможности для улучшения совершаемых трансформаций.

8. Почаще напоминать себе о том, что временная квантованность любых перемен достаточно относительна. Поэтому заранее следует настраиваться на постоянную работу над собой.
9. Старательно коллекционировать все признаки реализации позитивных изменений, тщательно подводить итоги всех удач в **самодизайне**.
10. Непрестанно изыскивать новые поводы для **самоизменений** — сделать перемены непрерывными, многоплановыми, постоянными.

Привыкнув к ежедневному обновлению, важно научиться рассматривать его как привычную каждодневную и еженедельную психогигиеническую работу. Необходимо понимать саму возможность **самоизменения** как чудесное проявление пластичности потока жизни, желать и трудиться, искать и стремиться, исследовать и размышлять. В конце концов, придется сделать сам процесс **самоизменения** постоянно присутствующим в днях собственной жизни.

Создание «галереи настроений»

Дело это для каждого в конечном итоге оказывается беспрецедентно важным, а потому и подойти к нему следует со всей серьезностью, ответственно и основательно. Галерея Настроений, Галерея Состояний, Галерея Психоресурсов — это не игрушка, не развлечение, не способ отвлечься от тусклых реалий повседневной жизни. Каждый шедевр, осознанно выпестованный на протяжении немалого времени, проверенный, кристаллизованный, отшлифованный да отточенный, представляет собой уникальное лекарство, всепобеждающую панацею, универсальный инструмент управления собственными состояниями, драгоценный ресурс, совершенный допинг, настолько же безопасный, насколько и эффективный.

Галерея Настроений в художественно высоком смысле тождественна тем оттенкам ауральных свечений, которыми переполнено окружающее человека пространство. Какие цвета излучаются самим человеком и посылаются другим, на таких качественное своеобразных энергиях живет и он, а значит именно эти цвета и являются его привычной **предпочитаемой** повседневной пищей. Поэтому если хотите предоставить своим

знакомым побольше возможностей узнать себя, откройте перед ними Галерею Состояний — и многое тайное станет понятным для близких людей без слов.

Галерея Настроений является сокровищницей всех тех наиболее значимых, наиболее важных для индивидуума, чаще других используемых и более других нравящихся состояний, в которых человек предпочитает общаться, радоваться и творить.

Отдельные волновые паттерны Галереи Состояний — это уникальные шедевры психологической живописи, аккумулирующие в себе долгие опыты углубленного самоанализа. Причем их содержание переводить и растолковывать не нужно — язык цвета, динамики и форм не просто международный, он един для всего живого на нашей планете, а потому в словесном сопровождении не нуждается. Если же собеседник недостаточно чуток и чувствителен к внесловесному языку душевной красоты, которым написаны ключи галереи состояний, то он наверняка ничего путного не воспримет и из словесных интерпретаций.

Опыт регулярного обращения к резервным мощностям собственного организма через активизацию необходимых паттернов Галереи Состояний помогает раскрывать самые неожиданные грани красоты собственной души.

Человек есть то, чего он желает, к чему он стремится и что он предпочитает как наиболее приемлемое среди многого прочего. Именно «Ключ» со временем продемонстрирует каждому из использующих его возможности людей его собственную внутреннюю красоту, которая вполне может иметь и внешнее выражение, а не витать лишь в высоких слоях метафорической стратосферы.

Созидание Галереи Состояний для большинства из занимающихся, в конечном итоге, оказывается самой важной деятельностью из творческих работ, предпринимаемых в рамках использования «Ключа».

Поначалу большинство уделяет особое внимание «**Психосоматическому гармонизатору**», стремясь улучшить свое самочувствие и гармонизируя внутренние балансы с тем, чтобы перевести стрелки собственной жизни. Затем многое принимаются усердно осваивать возможности «**Инсталлятора психопрограмм**», всячески экспериментируя с кодами своих установок

и изо дня в день создавая новые **психопрограммирующие** блоки для испытывания самых разных режимов интенсивного **само-воздействия**.

Но когда здоровье обретено и оптимальная эффективность внешней жизни достигнута, открывается действительный потенциал Галереи Состояний, с которой можно работать практически в любое время, увеличивая собственный спектральный потенциал и накапливая опыт понимания собственной природы. «Галерея психоресурсов» дает не только ключи к самоуправлению, каковыми являются отдельные волновые паттерны, непосредственно резонансно вызывающие желаемые состояния, но и коды к наслаждению. При тонкой и вдумчивой работе она приоткрывает пути в высокие медитативные состояния, о которых рассказывать бессмысленно, так как в них действительность переживается совершенно особенным, волшебным чарующим образом.

Сами по себе удовлетворенность и удовольствие, связанные с работой в Галерее Настроений, не только оздоравливают организм энергетически, не только освежают мозг потоками свежих впечатлений, но и интегрируют и даже развивают те процессы, которые без адекватной внешней подпитки протекают недопустимо медленно.

С питанием многоцветьем решения созревают намного быстрее, будущее скорее представляется оптимистичным, а ближние вдруг начинают представлять убранные радужными одеждами и просвещенные удивительно нежными оттенками всех мыслимых и представимых цветов.

Если не забывать о живом ресурсе Галереи Состояний, если не лениться оттачивать, шлифовать и редактировать отдельные шедевры этой сокровищницы индивидуальных резонансных комплексов, то достичь можно очень многого, возможно, даже больше того, что можно себе представить в обычном утомленном земном состоянии.

Когда человек становится истинно радужным, перед ним открываются врата иного.

Вспомнить хотя бы, какими потоками цвета и радуги завершаются все киноленты, повествующие о важных истинах горного мира и вечном существовании человека.

Ключевые девизы успешного управления состояниями

- «Верь в то, чего нет, для того, чтобы оно было»
- «Разреши себе достигнуть полного успеха»
- «Приоткрой внутреннее видение возможностей решения»
- «Проследи за потоком саморазвития ситуации»
- «Жизнь останавливаться не умеет»
- «Повороты, осложнения и сюрпризы всегда неожиданны»
- «Ограничения не бывают безусловными»
- «Выясни, от чего ты так сильно зависишь?»
- «Поищи примеры успешно решенных задач»
- «Размонтируй проблемы на рабочие задания»
- «Подсматривай за подсказками самой ситуации»
- «Собирай все новое — дари своей интуиции»
- «Рассмотри в упор — что мешает тебе продвигаться?»
- «Влюбись в приближающееся решение — оно тебя освободит»
- «Страстно доверяй собственной мудрости»
- «Надышись вдохновениями — они спешат в твой разум отовсюду»
- «Мозг идеально создан для отыскания любых решений»
- «Не мешая себе свободно идти по следу решения»
- «Подсказки кроются в самой задаче»
- «Разберись — согласен ли ты уверенно найти решение?»
- «Самое интересное в жизни — находиться на пороге решения»

Глава двенадцатая

«ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ ПОИСКИ ЧУДЕСНОГО»

Как анатомировать проблему?

Любой профессионал в любой области мастерства уверенно скажет о том, что главный источник любых неудобств, затруднений и неудач неизменно заключается в неясности, ограниченности или деформированности видения проблемы и создавшей ее ситуации.

Художникам известно, что мастерство рисунка лишь в последней степени зависит от таких сугубо инструментальных на-

выков, каковыми являются точность рисующих движений и уверенность проведения линий.

Главной тайной удачливого исполнения любого рисунка является сочетание опыта, терпения и наблюдения.

Лишь многоразовое, непреклонное, последовательное на-слаивание одного часа труда на другой дает в итоге тот восхитительный результат, который поражает знатоков искусства и вдохновляет учеников на поиски большего совершенства. Ум и рука должны согласованно трудиться на протяжении не то что нескольких дней, а порой и лет, для того, чтобы совокупный результат тысяч и тысяч отдельных усилий видения и исполнения сплавился в художественный шедевр, в такой же степени соответствующий натуре художника, как и натуре изображаемой.

Прорисовка деталей, разделение главного и второстепенного, уточнение структуры различных отделов общей композиции, приведение частей во взаимное соответствие, изучение аналогичных ситуаций на рисунках других мастеров, исследование влияния фактуры и света, одним словом опытное получение всей касающейся предмета изображения информации — таков труд художника. Его было бы разумно назвать *путем консолидации духовных усилий, направленных на преобразование материала в шедевр.*

Для того, чтобы уверенно подходить к разрешению любой жизненной проблемы, также символически представляющейся в виде исходного творческого материала, которому надлежит превратиться к шедевр решения как осуществления преобразования, необходимо создать и освоить (мы уже говорили о том, что это взаимосвязанные, но все же различные вещи) несколько паттернов требуемых состояний. Речь идет о паттерне *ориентации на кропотливый анализ проблемы*, паттерне *инсайтной готовности к изобретению* и паттерне *терпеливого оформления искомого художественного* (политического, технического, текстового, экономического) *решения.*

Понятно, что указанных видов паттернов может быть и больше, в зависимости от стадияльного разделения процесса решения задач на различные этапы, каждый из которых требу-

ет определенных состояний и нуждается в конструировании особенных паттернов самоуправления.

Мастера знают, что порой бывает достаточно проявить заинтересованное уважительное внимание к рассматриваемой теме, как она сама принимается рассказывать о своих сильных и слабых сторонах, в итоге как бы помогая изобретателю совершить открытие, в котором она, стремясь к саморазвитию, оказывается и сама заинтересована.

Пристальность, вдумчивость, сосредоточенность, погруженность, проникновение и вчувствование — таковы основные паттерны, управляющие важными для творческих разрешений состояниями. Чем тщательнее они разработаны, чем глубже они освоены, чем большим оказывается личный опыт сенсорного управления эффективностью изобретательского процесса, тем позитивнее получаемые результаты, от качества которых зависит развитие и нашей собственной жизни.

Усиление переживаний с помощью «ключа»

Любое сосредоточение на конкретном переживании усиливает его по механизму положительной обратной связи. Особенно это заметно при регулярном обращении к одному и тому же волновому паттерну, вызывающему вполне определенное умонастроение. Происходит своего рода накачка привычного состояния за счет регулярного притока энергии осознания при сосредоточении на нем.

Сами по себе сенсорные потоки «Ключа» являются дополнительным источником внешней энергии, непосредственно поступающие в мозг и помогающие все больше и больше энергетизировать доминанту выбранного состояния, которая нарастает подобно снежному кому, катящемуся с горы.

Почему-то принято считать, что переживания прекрасного непременно должны быть мимолетными. Постоянное же и длительное переживание красоты является чуть ли не противоприродным и неестественным. Как раз переживания красоты, в отличие от питаемых всеми на каждом шагу негативных состояний, можно и нужно усиливать — ведь его психоконструктивность, биопозитивность и гармония возрастают по мере такого усиления, попутно гармонизируя и организм переживающего.

Люди лениво смирились с эфемерной мимолетностью экстазов красоты и почему-то приучили себя считать, что любые переживания, в том числе переживания радости и свободы, спонтанны, а значит, капризны и неустойчивы.

Спонтанность возникновения целостных интегративных эмоциональных состояний нисколько не противоречит их управляемости и возможности быть осознанно вызванными и усиленными.

Право распоряжаться собственными состояниями эволюционно принадлежит человеку. Кто еще, кроме меня самого, имеет доступ к моим интимным глубинам, обладает большим пониманием меня, чем я сам, и ближе меня находится к центру управления моими настроениями! Поэтому я сам и только я сам буду распоряжаться своими состояниями по своему собственному усмотрению.

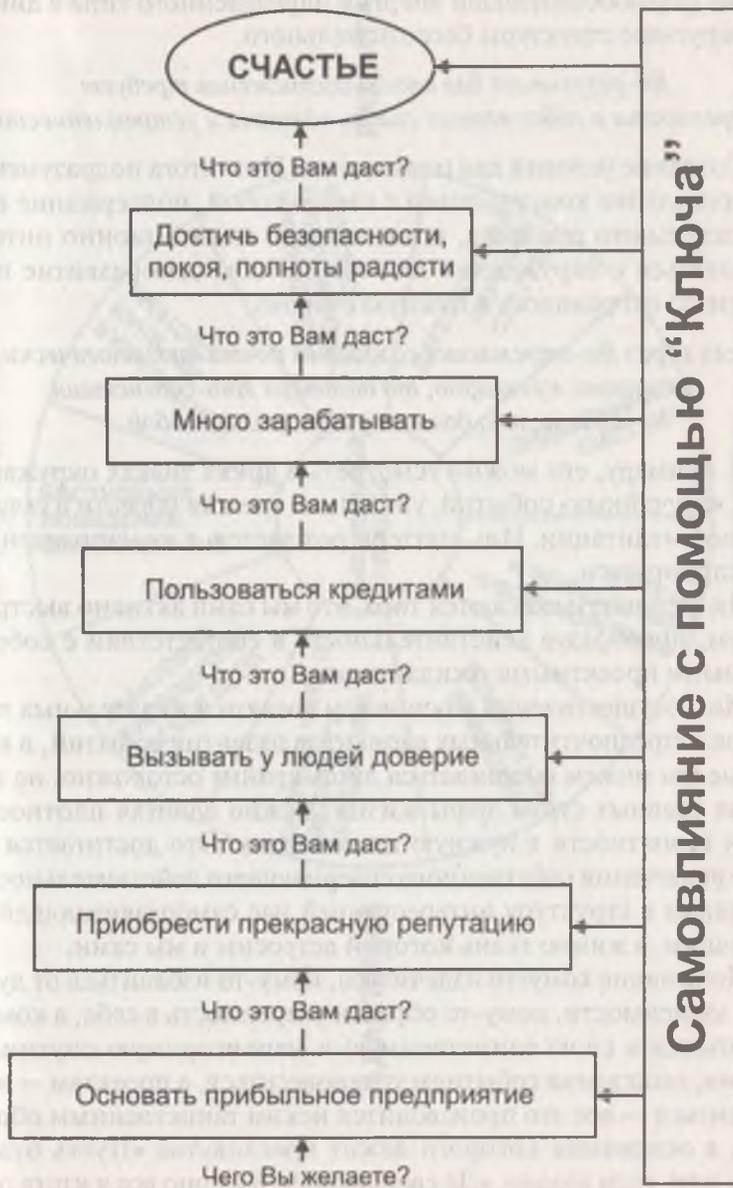
Искусство самоуправления в значительной степени сводится к квалифицированному умению выделить наиболее приятные, интересные, достойные переживания, которые воспринимаются как самоценные целостности, с которыми можно обращаться по своему произволению. По определению именно такие переживания субъективно воспринимаются как самые красивые и наиболее гармоничные. Работа с ними оказывается и полезной, и приятной самой по себе, так что мотивационного заряда для достижения успеха более чем достаточно.

«Ключ» позволяет осознанно осуществлять развивающий менеджмент собственных переживаний, благодаря чему в психике доступными к изменению становятся все без исключения фрагменты и элементы, так как все без исключения в нашем душевном мире так или иначе связано с настроениями.

Как увеличить силу желания?

Намерение инициирует действие, направленное на достижение Ян-результата. Пожелание характеризуется фоновым состоянием настроенности на содействие самореализации Инь-осуществления. Для успешного самоуправления важно различать эти состояния, так как каждому из них соответствуют паттерны вполне определенного типа.

ИССЛЕДОВАНИЕ ПОЖЕЛАНИЙ



Для достижения Ян-результата волновой паттерн должен быть не просто предложен организму, но настойчиво предлагаем ему вновь и вновь, с тем, чтобы вызвать своего рода накачивание формообразующей энергии определенного типа в динамизируемые структуры бессознательного.

Ян-результат для своего достижения требует уверенности в собственных силах, натиска и устремленности.

Создание условий для порождения Инь-итога подразумевает проведение консультаций с самим собой, поддержание созерцательного процесса, помогающего медитационно интегрироваться с окружением для того, чтобы саморазвитие последнего направилось в нужную сторону.

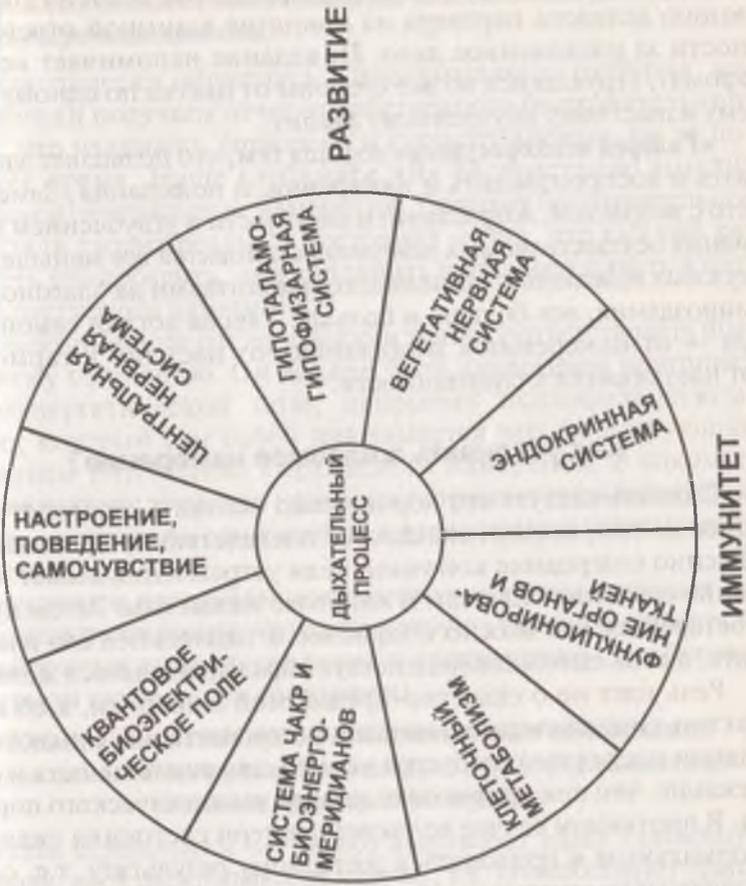
Если образ Ян-стремления создается почти технологически, осознанно, кулинарно, то паттерн Инь-содействия обязательно должен родиться сам собой.

К примеру, его можно усмотреть в ярких знаках окружающих «случайных» событий, увидеть во сне или обрести в углубленной медитации. Инь-паттерн рождается, а не направленно конструируется.

Ян-результаты касаются того, что мы сами активно выстраиваем, преобразуя действительность в соответствии с собственными проектными ожиданиями.

Инь-осуществления в основном касаются желательных исходов и предпочтительных вариантов развития событий, в которые мы можем вмешиваться лишь крайне осторожно, не задевая главных струн арфы жизни, нежно сдвигая плотность волн вероятности в нужную нам сторону. Это достигается за счет включения собственного созерцающего действительность сознания в структуру интересующей нас саморазвивающейся ситуации, в живую ткань которой встроены и мы сами.

Пожелание кому-то излечиться, кому-то избавиться от дурной зависимости, кому-то обрести уверенность в себе, а кому-то отыскать свою единственную и неповторимую спутницу жизни, пожелания событиям уравновеситься, а проектам — воплотиться — все это производится неким таинственным образом, в основании которого лежит пресловутое «Пусть будет так!» или, если угодно, «Да свершится!». Как оно все в итоге по-



лучается наилучшим образом, знает только Великое Дао. Во всяком случае, самому желающему сие остается неизвестно.

Настаивание на реализации устремления подобно уговариванию делового партнера на принятие взаимной ответственности за рискованное дело. Пожелание напоминает нежный аромат, струящийся во все стороны от цветка по одному лишь ему известному внутреннему закону.

«Галерея психоресурсов» хороша тем, что позволяет записывать и воспроизводить и намерения, и пожелания. Замечено, что с возрастом, возрастанием опытности и углублением понимания осуществляемых *намерений* становится все меньше, а радужных *пожеланий*, становящихся молитвами на благополучие мироздания, все больше и больше. Такова логика самой жизни — от намерения к пожеланию, от насилия к гармонии, от настаивания к спонтанности.

Как усиливать желаемое намерение?

Сначала следует его хорошенько осознать, сосредоточившись на том, какими ожидаются последствия его реализации. Именно созерцание конечной цели устремления делает намерение особенно сильным и наиболее желанным. Затем нужно постараться как можно подробнее и тщательнее его изобразить, шаг за шагом совершенствуя образ нравящегося желания.

Речь идет не о сюжетно-предметной живописи, а об абстрактно-символическом анимационном паттерне. Однако в создании последнего требуется не меньшая тщательность и прилежание, чем при прорисовке деталей реалистического портрета. В противном случае волновой паттерн состояния окажется формальным и приведет к желаемому результату, т.е. самопроизвольно генерировать требуемое нами состояние, попросту не сможет.

Поначалу можно изобразить состояние, соответствующее реализации намерения, достаточно общо. Но впоследствии все же целесообразно при возникновении желания дополнить и преобразовать паттерн в связи с обновленным пониманием собственного состояния. Уточнение паттерна делает его сильнее, он становится ближе тем мозговым нейронным ансамблям, которые резонируют вместе с ним и питаются передаваемой им энергией.

Чем ближе к завершению реализация намерения, тем сильнее оно становится, тем конкретнее и мощнее становится создаваемый нами паттерн, особенно если речь идет о долгосрочном проекте.

Периодически обращаясь к продумыванию паттерна, мы фактически получаем отчет от собственного бессознательного о том, что надумано, сотворено и сконструировано им за последнее время. Наше глубинное «Я» беспрестанно мыслит о ставшем центральным намерении. Поэтому бессознательное без устали творит реальное состояние — так, что каждый раз ему есть что добавить, чем дополнить и что досоздавать в паттерне пестуемого намерения.

Композиционно паттерн должен точно соответствовать внутреннему состоянию. Он должен быть аналогичен внутренней психоэнергетической позе, искомому психофизическому строю, который сам собой принимается под формирующим давлением интенсивно выражаемого намерения. В каком-то смысле паттерн текущего намерения отражает индивидуума таковым, каковым он сам является в переживании устремленного состояния.

Регулярное расслабленное созерцание паттерна делает его внутренне привычным, что соответствует успешной перестройке нейронных комплексов мозга в соответствии с требуемым паттерном внутренним состоянием.

Обязательно используйте сублиминальные самоприказы (голосовые и текстовые) для усиления трансформационного влияния паттерна намерения.

Наши стремления не только выражают нашу глубинную природу, но и раскрывают ее наружу, т.е. способствуют трансформации нашей природы внешней: исходя из наших собственных недр, они меняют нас самих. Подобный процесс происходит при извержении вулкана, когда извергаемая из недр горы расплавленная лава, застывая, придает самой горе новые своеобразные очертания, формируя ее неповторимый облик.

Даже после реализации намерения тщательно созданный паттерн ни в коем случае не удаляйте из Галереи Состояний. Он остается элементом личной истории, очередной личной победой, свидетелем творческого успеха в осознанной саморегуляции, а значит главным ресурсом на будущее. Просто отведите

для реализовавшихся паттернов особое место в галерее, назвав его, к примеру, «Уголком Славы».

Дело в том, что в соответствии с саморазвертыванием фигуры индивидуального гороскопа через некоторое время уже реализованное намерение обязательно возродится и повторится в новом виде, так что старый паттерн наверняка понадобится, правда, его придется дорисовать да разрисовать. Оставьте старый — и создайте новый: будет потом что с чем сравнить!

Так от намерения к намерению, от достижения к достижению, от паттерна к паттерну развивается человек, оставляя радужные отпечатки внутренних состояний в галерее «Ключа». Так что «Галерея психоресурсов» со временем действительно становится связкой уникальных ключей к наиболее ярким, насыщенным и необычным глубинным состояниям.

Индивидуальность характеризуется в целом примерно одним и тем же более или менее широким спектром характерных состояний, реакций и намерений. Так что в известном смысле спектр личной галереи отражает личностную уникальность в гораздо большей степени, чем то можно было бы себе представить, во всяком случае, больше, чем запись голоса, образец почерка или фотография.

Критерий успеха единственен — успешная реализация, позволяющая перейти на качественно новый уровень существования.

Искусству безошибочного аутодопинга, осуществляемого с помощью «Ключа», конечно, определенное время следует учиться, в этом мастерстве необходимо тренироваться. Но даже самое смелое воображение вряд ли охватит все те чудесные возможности, которые развитое умение сулит успешно овладевшему им.

Если столь многое в нашей жизни действительно зависит от силы намерения, от страстности вдохновения, от мощи устремления, то сколь же ценным оказывается инструмент, позволяющий без вреда для организма и особых затрат по желанию усиливать любое из собственных желаний.

Усиление целевых самоприказов

В наших разумах периодически возникает множество великодушных идей и чудесных пожеланий. Но такова уж наша не-

упорядоченная внутренняя жизнь, что лишь некоторые из них, воспринимаясь как безусловно осуществимые и действительно важные для нас, становятся волевыми **самоприказаниями**, динамизирующими нашу внутреннюю активность, подготавливающую, осуществляющую и поддерживающую желаемые внешние реализации.

Мы многого желаем, но мало на что решаемся как по причине неверия в собственные возможности, так и по причине элементарного неумения организовать процесс самооговаривания и самоприказывания таким образом, чтобы он был эффективным и результативным, чтобы он действительно интегрировал нас самих вокруг ведущей идеи достижения цели.

Когда пожелание оформлено в виде образа желаемого результата (цель как движущий мотив), когда формула **самоприказа** сконструирована в позитивных терминах утверждений, когда отодвинуты в сторону невротические опасения перед предполагаемой неопределенностью и сомнения в собственной **возможности**, настает черед усердного **самооговаривания**.

Для того, чтобы реализоваться, самоприказ должен быть актуальным, а изменяемая с его помощью ситуация — разрешимой.

На деле все оказывается намного проще, чем в теории.

Актуальность и разрешимость самоприказания пропорциональны частоте и серьезности его углубленного восприятия нами же самими.

Проще говоря: чем успешнее мы уговорим себя в том, что касается задуманного и желаемого, тем успешнее и вернее нам удастся организовать собственную деятельность так, чтобы реально достичь всех поставленных нами перед собой целей. Так что после создания формулы **самоприказа** необходимо просто старательно его заучить.

Заучить так, чтобы этот самоприказ неустанно повторяла каждая разумная клеточка нашего организма.

Для эффективного усвоения **самоприказаний** необходимо создать в Галерее Состояний отделение «Успешно осуществленных личных проектов». Вне зависимости от масштаба и значимости, их главной чертой должна быть полнота личной уверенности в самих себе, радужное восприятие перспективы творче-

ства и твердое понимание неотменимости приказания, отданного самому себе.

В пределах непрестанно расширяемого гардероба ролевых облачений и развиваемого свода самоприказов и предстоит работать с любыми новыми формулами достижений.

Какие-то можно создавать целиком наново, а для каких-то в качестве исходных образцов можно использовать анимационные ключи, уже доказавшие свою эффективность в прошлых удачах и победах.

Старательно усвоенные **самоприказы** должны глубоко инсталлироваться в бессознательное в виде автономно действующих психопрограмм, которые, подобно виртуальным поисковым роботам, начнут собирать во внутреннем мире все то, что необходимо им для успешной реализации задуманного (впечатления, примеры, наблюдения, опыты и мнения).

Такие инсталлированные **самоприказы** неотвратимо устремляют нас к подспудной подготовке к предстоящей реализации. Мы начинаем непреклонное продвижение к желанной цели, по пути собирая все ценное и значимое, что может только пригодиться в достижении полезного результата. В какой-то момент мы обнаруживаем себя субъективно и деятельностно готовыми к решительным действиям — и с удивлением обнаруживаем, что на пути между нами и целью не осталось никаких серьезных барьеров и преград, а имеющиеся небольшие трудности можно без особого труда преодолеть за счет обнаружившихся внутренних способностей, знаний и умений.

Замечательным свойством инсталлированных **самоприказов** является их творческое **самодействие** и способность магнитно организовывать внутренний опыт вокруг себя. Они работают без устали и осознанно включаются, когда созревают лучшие условия для осуществления тех или иных рабочих программ.

Овладение искусством инсталлирования целевых психопрограмм — центральное умение в рамках гениодинамики как науки об осознанном управлении собственным развитием.

Время от времени (к примеру, раз в неделю) следует проводить плановую реорганизацию целевых программ собственной психики. Для этого следует составить список всех осознаваемых задач, которые в ближайшее время потребуют особенных

усилий и явятся предметом личного осознанного внимания. Речь идет, прежде всего, о текущих проектах и необходимых изменениях, которые следует совершать управляемо и подконтрольно сознанию.

Включенные в недельный список программы должны располагаться строго по рангу в соответствии с порядком очередности реализации. Наиболее важные из них, в осуществлении которых ощущается хоть какая-то неуверенность или отсутствие гарантий успешности реализации, должны интенсивно осваиваться с помощью «Ключа», тем самым глубже и полнее инсталлируясь в программную среду психического.

На каждый день следует иметь заранее созданный набор **самоприказаний** в виде паттернов, своего рода батарею текущих **самовлияний**, благодаря которым можно поступательно работать над осуществлением целостного проекта собственной **системной самотрансформации**.

Усердному реформированию должны подвергаться все те установки, оценки, предрасположенности, предвзятости и предубеждения, с которыми нам не хотелось бы идти дальше, которые мешают нам в осуществлении собственного жизненного процесса. Чем старательнее с этими паттернами работать, тем проще и красочнее окажется наша собственная жизнь. Поэтому ни о какой «пустой» потере времени речи и быть не может — сама по себе работа над собой качественно преобразует самое ценное и важное для нас — наше собственное бытие.

Работа над своей психикой реорганизует саму чувственную и событийную ткань повседневной жизни. Если и есть занятие, достойное уважения и почитания, так это именно работа над собой, о конкретной творческой форме которой в данном случае и идет речь.

Нет никакого смысла в переменах ради самих перемен!

Все глубинные установки и стереотипы должны изменяться лишь прагматически обоснованно, т.е. на материале каких-то конкретных актуальных задач, в соответствии с целями текущего саморазвития, а не просто так, «от нечего делать». В конце концов, сами по себе установки — это внутренние механизмы, инструменты, орудия осуществления в нашей жизни того, что мы должны и хотим осуществить. Просто мы используем воз-

возможность инструментального доступа к этим внутренним средствам для того, чтобы через перемены психике экономичнее, результативнее и увереннее реформировать целое нашей собственной жизни, начиная от самооценки и заканчивая достижением желанного социального статуса.

Как бы ни казалась ясна и понятна процедура усиления целевых **самоприказов**, которая оказывается центральной для всего процесса саморазвития, все же имеет смысл обращаться к консультантам в области содействия творческому саморазвитию и к специалистам в области глубинной психодиагностики с тем, чтобы они помогли создавать сбалансированный план нашего **самоформирования**.

Сколь бы не была велика роль собственных пониманий и личных усилий, все же опытность профессионального человека никогда не окажется излишней, напротив, она поможет нам достигать желанных целей легче, проще, веселее. Ведь нас интересует не только искомый результат **самопреобразования**, но и сам процесс, составляющий сердцевину интегрального жизненного процесса.

Создайте наилучшее поведение

Опытный **арттерапевт** может рассмотреть присланную клиентом Галерею Состояний и сделать некоторые содержательные выводы о развитии состояний своего подопечного, иногда даже предлагая ему определенные рекомендации. Этот же психолог может предложить рассмотреть те паттерны, которые доказали свою терапевтическую эффективность в использовании другими людьми. Однако все это обретает прямую связь с живой действительностью лишь в том случае, если волновые паттерны состояний приводят использующих их людей к реальному изменению их внешнего поведения.

Мы всегда внутренне ведаем, каким именно мы хотели бы пересотворить окружающий мир, воплощая собственные представления о должном, о красивом, о лучшем. Однако формально, абстрактно, без экспериментальной обкатки на процессах реальности живой деятельностной установки создать нельзя.

Установки, определяющие развитие нашего поведения, необходимо совершенствовать, редактировать и шлифовать.

Это можно осуществить лишь в условиях непрестанной проверки эффективности паттернов действительного поведения, определяемых создаваемыми нами установками, в частности, выясняя степень их эффективности в достижении определяемых нами как желанные цели.

Занимающийся с «Ключом» не должен оставаться в пределах виртуального пространства монитора, продолжая беспечно витать в эмпиреях собственной души.

Необходимо принять осознанную ответственность за свое собственное поведение как за личный художественный шедевр.

Все занятия с «Ключом», все получаемые с его помощью наслаждения и удовольствия, все формируемые с его помощью программы и установки, в конечном счете, сводятся к конструированию и осуществлению поведения, рассматриваемого нами как близкое к идеальному и ведущего к реализации желаний.

Хаос и разрушения — только от без-образия, от отсутствия проекта, от недостатка художественных средств выражения творческой мысли.

Необходимо рассматривать оценку собственного поведения как итоговую интегральную оценку собственной зрелости, эквивалент собственной состоятельности, показатель собственной компетентности. Так можно приучиться в действительно цельной стройности самовосприятия — не субъективной только, но и включающей строгую оценку эффективности поведения в качестве обязательного элемента совокупного суждения о развитии себя как предмета собственных творческих художественных усилий.

Эффективное поведение всегда интегрально, целостно и тотально; в нем внешнее и внутреннее, самооценка и самопревосхождение объединены единственно возможным гармоничным порядком.

Поведение всегда исходит из наших собственных глубин, всегда отправляется изнутри наружу, от настроения к действию. План поведения, сколь бы точно и рационально он ни был продуман, срабатывает лишь тогда, когда он вдохновляет эмоционально, тем самым целостно реинтегрируя психосома-

РАДУГА КОММУНИКАЦИОННОЙ СОСТОЯТЕЛЬНОСТИ

Фиолетовый	Уважение к личной тайне собеседника, умение вовремя останавливаться, такт, искусство понимания без слов.
Синий	Конгруэнтность (согласованность) проявлений, личностная основательность, масштаб видения, понимание относительности любых событий.
Голубой	Предоставление пространства для маневра, гибкость суждений, восприимчивость к парадоксам, умение легко идти на компромиссы.
Зеленый	Рациональное отношение к собственным пристрастиям, умение отвлекаться от сиюминутного, желание достичь согласия, уважение к мнению партнера.
Желтый	Экспертная компетентность, конкретность речи, организованность моделей, вменяемость, умение синтетически сопрягать оппонирующие позиции.
Оранжевый	Заинтересованность в успехе взаимодействия, преданность собственным интересам, желание деятельно сотрудничать, отказ от пустословия и болтовни.
Красный	Искренность, убежденность, настойчивость, личный энергетизм, выразительность речи, вдохновение в диалоге, динамизм развития мнения.

РАДУГА ПОТРЕБНОСТЕЙ

Смысл жизни, включенность в целое, принятие теневых сторон, интегрированность, объект служения, поклонение, культ.

Полнота безопасности, достаточный отдых, возможность восстановления жизнеспособности, глубинное равновесие, гарантия свободы.

Простор для развития, отсутствие угроз, пространство сотрудничества, дружелюбие, принятие, симпатии, симбиоз, автономность решений.

Позитивное самовыражение, здоровье образа "Я", отсутствие угроз и страхов, гармония общения, выгодное партнерство, кооперация.

Богатство интересов, стремление к знаниям, плодотворность развития, обилие заданий, широта выбора, отсутствие преград и запретов.

Чувственная полнота, жажда движения, поиск переживаний, сила эротизма, отстаивание своих прав, личный энергетизм, преодоление препятствий, соревновательность.

Богатство источников сил, чувственность, эротизм, сексуальность, жажда борьбы, агрессия, самоутверждение, страстность, острые переживания, экстремальные события.

тической организм как тотально действующее органическое целое.

Формирование поведения с помощью «Ключа» может ориентироваться на минимальный итог — разрешение текущих жизненных проблем, а может устремиться к максимальному достижению — к достижению вершины. Первое приятно и полезно, а ради второго действительно стоит жить.

Сколь бы выражено аутоцентричной ни оказалась личная позиция по отношению к выработке собственного стиля творчества, никогда не следует забывать о том, что оптимально сформированное и грациозно осуществленное поведение всегда оказывается лучшим подарком этому миру из всего того, что мы как уникальные личности могли бы для этого мира сделать. Наше поведение — это действующие мы сами!

Как обновить видение проблем (инсталляция психопрограмм)

После углубленного созерцания образа стоящей проблемы, какой она видится нам в собственном идеаторном пространстве, необходимо выбрать цвет и конфигурацию соответствующего ей символа. После следует поместить его в центр — или в другое, рассматриваемое в качестве наиболее приемлемого, место экрана, благодаря чему он приобретет определенное отношение к временной модальности.

Если проблемы касается переосмысления фактов собственного прошлого, то лучше места, чем левый нижний угол экрана, символу не отыскать.

Если проблема связана с необходимостью осознания стратегий будущего развития, для нее более всего подойдет правый нижний угол.

Если же речь идет об адаптации проблемных условий к уже используемым программам достижения целей, то ей надлежит оказаться в одном из верхних углов, в зависимости от того, имеет она отношение к уже прожитому или целиком укоренена в грядущем.

Тщательно подбирая оживляющие, стрессующие восприятие, будоражащие и неожиданные анимации, подготавливают паттерн динамизации внутреннего опыта, содержательно связанного с разрешением стоящей проблемы. Изменение настро-

КОМПОЗИЦИЯ ПСИХИЧЕСКИХ ЗАЩИТ

Фиолетовый

ИДЕНТИФИКАЦИЯ - уподобление объекту, вызывающему страх, для защиты от чувства неполноценности.

Синий

РАЦИОНАЛИЗАЦИЯ - псевдоразумное объяснение беспокоящих желаний для сохранения самоуважения.

Голубой

РЕАКТИВНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ - замена неприемлемых тенденций на прямо противоположные.

Зеленый

ПРОЕКЦИЯ - приписывание другим вытесненных переживаний и отвергаемых черт характера.

Желтый

ИЗОЛЯЦИЯ - блокирование неприятных эмоций, отделение неприемлемых переживаний от вызывающего их объекта.

Оранжевый

СУБЛИМАЦИЯ - защита от социально неприемлемых импульсов путем преобразования их в социально приемлемые формы активности.

РЕГРЕССИЯ - возврат на более раннюю стадию развития, переход к более примитивным формам реагирования, мышления и поведения.

Красный

ВЫТЕСНЕНИЕ - устранение из сознания социально неприемлемых влечений, диссоциирующих с интегрально завершенным образом "Я".

ПЕРЦЕПТУАЛЬНАЯ БЛОКАДА (отрицание реальности) - отказ от восприятия сущностных ситуаций, несущих тревогу; замена действительности грезами.

ения под влиянием психокодирующих анимаций непосредственно сказывается на эмоциональном восприятии существа лежащего в основании проблемы затруднения, а это в свою очередь трансформирует само понимание и облегчает перестановку акцентов, необходимую для переструктурирования значимостей различных сюжетов, сил и фигур, участвующих в формировании проблемы и ее разрешении.

После сдвига в восприятии самой проблемы к некоему новому состоянию отношения к ней, необходимо сместить ее символ несколько вправо и вверх и разместить его на предпочитаемом цветном фоне, тем самым питая инсайтное настроение. Пример такого рода программ, оживляющих творчество, можно отыскать в демонстрационных паттернах «Инсталлятора психопрограмм».

Такое моделирование чем-то аналогично общеизвестным «картам сознания», или «смысловым маршрутам», широко используемым в практике изобретателей и организаторов, однако обладает рядом преимуществ, в частности, высокой динамической активностью в воздействии на разум создавшего их человека и доступностью для любых текущих трансформаций в зависимости от изменения состояния создателя и изменения его отношения к решаемым задачам.

Целью всех этих «акварельных психопроцедур» является изменение самого отношения к проблеме с точки зрения оценки ее актуальности и разрешимости.

Когда, наконец, достигнут известный оптимизм и начали появляться конкретные варианты новых подходов, следует использовать «Инсталлятор психопрограмм» для создания новой внутренней картины проблемы. Указываемый алгоритм управления восприятием затруднений пригоден не только для решения технических или финансовых задач, но и прекрасно реализуется в применении к проблемам, связанным с необходимостью преодоления состояния нездоровья или преградным состоянием, препятствующим открытию нами в самих себе желаемых способностей.

За счет анимаций следует постараться достичь необычности понимания проблемного контекста, окрасить собственное воображение и энергетически поддержать структуры мозга, ответ-

ВИДЫ ПОДАВЛЯЮЩИХ ЗАВИСИМОСТЕЙ (спектр несвободы)

Фио-
ловый

Зашоренность иллюзиями, склонность к искажению восприятия, ссылка на невыразимое, пустая мечтательность, страх жизни.

Синий

Страх перед любой угрозой, привычное капитулянтство, лень, придумывание страхов, недоверие к себе, оправдание инертности.

Голу-
бой

Принятие желаемого за действительное, бездеятельный романтизм, самопохвала, нарциссизм, оправдание бездеятельности.

Зеле-
ный

Иллюзия общения, зависимость от мнения других, боязнь открытой самостоятельности, чрезмерное доверие мнению большинства.

Жел-
тый

Приверженность словам, словоохотливость, неумение молчать, беспокойство, суета.

Оранже-
вый

Азарт, жажда риска, стремление к возбуждающей неопределенности, скука, апатия.

Крас-
ный

Тяга к агрессии, жажда конкуренции, вкус насилию, желание главенствовать.

ственные за психомутационную выработку вариантов новых решений.

Можно использовать текстовой модуль и речевую программу для поддержания активности и широты бессознательного поиска ответа. Периодически следует переключать внимание и уделять его никак не связанным с проблемой занятиям, но не забывать время от времени вновь обращаться к созданным анимациям и достигать предельно ясного сосредоточения на новой переформулировке условий стоящих задач.

Гармоничное чередование периодов отдыха от проблемы с фазами полной загрузки сознания всеми осознанными условиями и обстоятельствами достаточно быстро выведет на необходимые решения, причем, на самые что ни на есть неожиданные, оригинальные и эффективные.

«Ключом» можно открывать не только собственные способности, но и притягивать из недр собственного внутреннего опыта многоценные подсказки и намеки, облегчающие решение самых необычных и непростых задач, составляющих ткань жизни.

Как вспомнить давно забытое?

Задача решается технологически очень просто: нужно старательно создать обобщенный образ желаемой к воспоминанию информации и терпеливо поработать с анимацией, катализирующей оживление этого материала в памяти, после оформив результаты проведенного с самим собой «мозгового штурма».

Само по себе усердное и периодически возобновляемое сосредоточение на конкретной задаче обеспечивает энергичное программирование психики на поиск решения, в данном случае являющегося воспоминанием конкретного материала; сама же программа эта стремится к самоисполнению, непрерывно действуя в недрах бессознательного до получения искомого результата.

Периодически следует обращаться к сконструированной анимации, причем тем чаще, чем прочнее, как ошибочно кажется, позабыт интересующий материал. Необходимо почаще при каждом удобном случае обращаться к самому себе за ответом, перепроверя — нет ли субъективных признаков приближения искомого решения, которые эмоционально напоминают

ничто вроде нетерпения, связанного с затруднениями при вытескивании занозы.

Оставайтесь совершенно уверенным в самой возможности воспоминания, не пытайтесь оскопить собственную плодотворность механическими повторениями формул, вроде: «Все равно ничего из этого не получится» или «Раз забыто, значит пропало навсегда». Конечно, избавиться от таких самооскоплений не проще, чем «не думать о белой обезьяне». Однако искомое умение отключаться от ментальной «бетономешалки» приходит с опытом и возрастает пропорционально количеству одержанных над собственной забывчивостью побед.

Постепенно само по себе саморазвитие в его прикладных самодемонстрациях неизбежно убедит в истинности ведущих принципов гениодинамики. Просто поначалу следует хотя бы допустить, что это так, действуя по знаменитой формуле великого психолога театрального искусства К.С.Станиславского — «как будто искомое состояние уже достигнуто, и вести себя как если бы оно все уже было», переформулированной Альфредом Адлером в девизе «Как если бы».

В ходе психотехнических экспериментов с собственной памятью необходимо обрести определенные навыки воспоминания *любых* желаемых фрагментов собственного внутреннего опыта. Словесно навыки эти невыразимы, так как тесно связаны с определенными нюансными сигналами, личностно окрашенными образами и интимно воспринимаемыми наитиями, о которых на самом деле мало что можно рассказать другому. Это нужно просто пережить, а значит, для переживания этого нужно просто вспоминать и вспоминать все усерднее и все успешнее.

*Никогда не отступайте в своем стремлении
вспомнить, увидеть, ощутить то, что сокрыто
в глубинах пространства внутреннего опыта.*

Поймите, что каждый человек сопряжен с фактами, энергиями и впечатлениями собственного прошлого *тотально*. В любом своем здесь-и-сейчас он *сетевым образом*, целиком и полностью включен во все значимые конфигурации опыта прошлого, и любую из них может оживить, воспроизвести и отрефлектировать.

Подобно тому, как в сетевой структуре каждый элемент связан с каждым из всех других, так и человек тонкими нитями субъективно управляемых ассоциаций вплетен в интимные связи со всеми фрагментами собственного прошлого, которые лично для него и доселе совершенно реальны, истинны и живы.

Обучаясь актуализировать сокровища собственного опыта, мы фактически приобретаем дополнительное измерение в нашей собственной личности, свободно распоряжаясь *всем* своим опытом. Без такого рода практики полноценного освоения личного прошлого невозможно прикоснуться к смысловым связям с фрагментами опыта исторического, целиком и полностью представленного в коллективном бессознательном.

Именно прямое общение с элементами глобальной памяти человечества определяет реализацию таких способностей, как **ясновидение, проскопия** или **видение прошлого**. Однако без исследования возможностей активации глубин собственной памяти прикоснуться к осознаваемому ясновидению было бы преждевременно и незаконно, а потому болезненно и небезопасно.

Нужно учиться оживлять по собственному желанию любые содержания и переживания.

Нужно учиться входить в любые нравящиеся состояния и переживать любые искомые настроения. Именно в обеспечении возможностей совершать все это без особенных затруднений и затрат времени и сил и состоит ценное достоинство «Ключа». Такие управляемые воспоминания не оставляют «за кадром» бессознательного ничего из актуально интересующего нас, не позволяют игнорировать ничего из активно влияющего на наше поведение.

Так, шаг за шагом, мы становимся хозяевами собственной психики, обретаем власть над собой. Это оздоравливает и реинтегрирует психику. Это порождает в нас волшебное ощущение собственной целостности и собственной свободы, связанных с тем, что все в нас оказывается истинно нашим, т.е. произвольно доступным и осознанно управляемым. Никакой зависимости от произвола бессознательных импульсов. Никакой зависимости от ран собственной памяти. Никакого страха перед содержаниями темных недр неосознаваемого.

Все открыто, доступно, постижимо, освещается и понимаемо!

Каждый из нас помнит много ценного и важного. Повторное приобретение — обретение заново! — этих умений и пониманий в опыте осознаваемых воспоминаний принесет много сил, умений и пользы. Благодаря кооперативным перестройкам системы внутреннего опыта даже то, что пока осталось не воспроизведенным, непременно гармонизируется, а потому станет принимать самое позитивное участие в гармоничной организации поведения и самореализации.

Воспоминание в контексте осознанного саморазвития выступает в качестве символа глубинного исцеления, осуществляющегося благодаря истинному доверию красоте собственной натуры и отсутствию страха перед мнимыми неспособностями и слабостями, которые так часто ленящиеся испытать свои потенциалы люди спешат приписывать и себе, и окружающим, и роду людей.

Как преодолеть собственную лень?

Очень важно медитационно, аналитически и исповедально честно разобраться, для чего понадобилось преодолевать собственную инертность и почему она возникла? Вообще возникла когда-то в личной истории и, в частности, обнаружилась в отношении конкретного предпринимаемого занятия. Нередко именно такое признание самому себе раскрывает врата собственным силам, которые рвутся наружу, и просто не могли проявиться из-за тех или иных неосознаваемых сдерживаний самого себя, вроде боязни успеха или сомнений в собственной одаренности.

Лень как препятствие на пути осуществления желаемого, лень как состояние ощущаемого противоречия между рационально осознаваемым должным и эмоциональным нежеланием что-то делать, обязательно и всегда имеет свою историю, свои причинные истоки, свой особенный смысл. Как и любой другой глубинный внутренний смысл, его нельзя уничтожить — его необходимо обнаружить, осознать и интегрировать в целостное индивидуальное самопонимание.

Лень всегда нуждается в углубленном понимании.

Только через понимание можно преодолеть давление лени.

Лень есть негативный синоним бессознательности.

Благодаря «**Инсталлятору психопрограмм**» можно создать программу рождения активности, причем совершенно конкретно направленной на исполнение определенного задания или освоение желаемой области умений.

Благодаря «**Галерее психоресурсов**» можно зарядиться новым ощущением собственной силы, толкающей на осуществление самых трудоемких и смелых проектов, главная радость которых заключается в самом утруждении, в самом ощущении движения собственных сил.

Благодаря «**Психосоматическому гармонизатору**» можно уравнивать сталкивающиеся в наших собственных глубинах потоки эмоциональной энергии и привести их в равновесие, что немедленно проявится в виде обнаружения дополнительных источников сил, которые прежде тратились на поддержание нелепого внутреннего конфликта.

Исследование лени вообще-то приходится производить лишь в самом начале пути саморазвития. После овладения искусством осознанного управления собственным развитием и вхождения в контекст **Большого Проекта** вопросы лени если когда-либо и возникают, то преодолеваются быстро и уверенно без необходимости обращения к «**Ключу**». Просто власть сознания над внутренней жизнью становится столь четкой и полной, что любые препятствования преодолеваются **нерепрессивно**, но эффективно, благодаря полноте самопонимания и обретенным навыкам управления своими состояниями.

Для людей, отмеченных склонностью к лени как характеристической чертой их натуры, обращение к «**Ключу**» за помощью в освобождении от груза личной инертности может оказаться очень полезным, благодаря тому, что активация внутренней энергии сама по себе производится практически без затрат дополнительных сил, что делает использование «**Ключа**» не только полезным, но и легким и приятным.

Застойность и расслабленность похожи лишь внешне, но по внутренней сути антагонистично противоположны

Расслабление всегда связано с глубоко позитивными переживаниями: человек ощущает законность отдыха; его не тяготит собственная праздность; он нежится в лучах любви к самому себе, которые ощущает непрестанно; он не обвиняет себя за то, что он не пашет и не вкалывает.

Состояние застоя принципиально иное: оно эмоционально тяжело, травматично для самооценки и характеризуется некоторой внутренней омертвленностью, пустой остановленностью, напоминающей положение насекомого в застывшем кусочке шпателя. Вроде бы человек остается живым, но с ужасом осознает свое временное творческое затухание, во власти которого оказывается не в силах пошевелить ни рукой, ни мыслью, отчетливо лишь впадает в панику и все больше и больше обессиливает, деградируя к полной безнадежности.

Покой всегда ясен, прозрачен и радостен. Застой неизменно оупляющий, раздражающий и неволящий. Созерцающий потоки бытия лишь внешне кажется бездействующим. Его подвижная мысль и легкое внимание устремляются вслед за происходящим вокруг и радостно парят над окружающей действительностью. Захваченный застоєм придавлен к земле собственной неподвижностью, отягощен и отравлен мыслями о мнимой невозможности встать и перемениться.

В застойной лени присутствует нечто противоприродное и античеловеческое. Ведь по своей глубинной природе человек является неустанно творящим работником, светлым творцом и вдохновенным художником, которому чужды стремления к испельной мертвенности и бессмысленной опустошенности.

Подобно тому, как не следует путать пламенное творчество с навязчивой трудоголией, так не нужно смешивать болезненную застойность с созерцательной расслабленностью. Наша чувствливая и поверхностная эпоха всячески поощряет дурную лобоченность и называет серьезными людей, занимающихся всевозможной глупостью, не стоящей ничего. Именно в наше время столь ценными оказываются состояния всепринимательной созерцательности, которые многими по отсутствию опыта душевной чуткости принимаются за постыдную лень, а потому их всячески избегают, скрываясь от самих себя за фанерными штринами показной псевдоактивности.

Как заставить себя сделать то, чего делать не хочется?

Сначала следует рационально четко определить, действительно ли нечто необходимо тебе самому, на самом ли деле это нужно сделать, усвоить, сотворить? Иногда само нежелание что-либо делать может рассматриваться в качестве интуитивно-

го аргумента против реализации той или иной программы, рациональное отношение к которой выработать не так-то просто, а вот душа не приемлет — и все тут.

Постарайтесь отчетливо понять, почему именно сейчас именно тебе именно это именно так делать не хочется.

За каждым «не хочется», как и за всяким «хочется», стоят свои мотивы, свои смыслы, свои аргументы.

Если же такой «самоопрос» ничего путного не дал и продолжает сохраняться достаточное количество аргументов в пользу необходимости выполнения той программы, которая не очень нравится и делать которую все же нужно, необходимо приступить к творческому самоуговариванию с помощью «Ключа».

Благодаря работе с лучшими паттернами «Галереи психоресурсов» можно легко настроиться на радужный лад радостной работы. С помощью программ «Психосоматического гармонизатора» удастся легко и быстро восстановить глубинное психоэнергетическое равновесие и установить равновесную гармонию текущих психоэмоциональных динамик. После этого в «Инсталляторе психопрограмм» необходимо разработать специальную программу, подготавливающую к определенному роду требуемой деятельности, причем с учетом специфики условий общения и обстоятельств исполнения необходимого рабочего сценария.

Так готовится почва для упрочения позитивной ситуационной готовности, установки которой помогут легко и просто включиться в требуемый режим активности и довести необходимое дело до благополучного завершения, удовлетворение по поводу которого целесообразно положить в основу еще одного ресурсного паттерна Галереи Состояний, чтобы воспользоваться им в дальнейшем.

Со временем надобность в неотложном использовании «Ключа» заметно уменьшится, так как осознанное преодоление «барьера действия» войдет в привычку и будет рассматриваться как вполне приятное и даже радующее конструктивным влиянием на развитие воли упражнение разума. Тогда прошлая лень, нежелание работать и неспешность на подъем, инертность и пассивность в свою очередь будут закономерно восприняты как дурные привычки, от которых не только можно,

но и нужно свободно отказываться, если действительно хочется изменить всю свою жизнь к лучшему.

Зрелость переводится на язык психических состояний как сплав гибкости, пластичности и подвижности при сохранении самоконтроля и устойчивости уравнивания взаимоотношений различных поведенческих и ценностных программ.

Очень важно использовать все свои текущие «не хочется», которых у любого из нас всегда оказывается под рукой в полном наборе, не просто для очередного упражнения воли, но и для углубления понимания того сообщения, которое неизменно сокрыто в каждом отдельном «не хочется».

Что хочет сообщить глубинная психика? Какова природа конкретного «не хочется»? Как овладеть своими восприятиями и помыслами для того, чтобы в любое время, по своему осознанному произволению, легко и свободно управлять собственными пожеланиями и сопротивлениями?

Аналогия очевидна и проста: руководителю поручено большое дело, а кто-то из приданных ему подчиненных отказывается согласованно трудиться. Кого-то нужно уговорить, кому-то мягко приказать, а на ком-то иногда и злость сорвать, если он действительно злоупотребляет терпением начальника. Так постепенно осваивается новый стиль отношения к жизни — стиль успешного руководства настроениями, впечатлениями и состояниями, а через них — условиями и обстоятельствами, определяющими характерные черты любых ситуаций.

Как использовать потенциал заболеваний?

В православной традиции существует удивительный аскетический опыт конструктивного использования возникающих телесных недугов для совершенствования душевной жизни верующего. Этот опыт позитивного применения заболеваний как трамплинов личностного развития в чем-то оказывается поразительно экологическим, отвечающим наисовременнейшим представлениям о холистической интегративной политике партнерского взаимодействия с автономными целостностями, даже если таковыми является твой собственный организм и твоя собственная психика.

— Всякое негативное, отягощающее жизнь и осложняющее повседневное существование болезненное утеснение должно рассматриваться не как досадная неприятность, не как беспокоящий только артефакт бытия, но как замечательная возможность ускорения развития и интенсификации трансформационных процессов, ведущих нас к все большему совершенству и гармонии. Фактически любое более или менее серьезное заболевание открывает для человека прямой путь к достижению нового рождения, а потому должно рассматриваться как благословение Вселенной в самом что ни на есть прямом смысле этих слов — с признательностью и почтением.

Современная холистическая практика целительства однозначно засвидетельствовала принципиальную излечимость любого недуга при должной мобилизации внутренних сил самоорганизации, которой можно добиваться и достигать самыми различными методами и которые в итоге своего **самодействия** выводят организм в пространство полного интегрального здоровья.

Вопросов об излечимости или неизлечимости того или иного недуга как бы возникать не должно в принципе. Вопросы эти — тяжкое наследие механистической эпохи, когда некоторые заболевания иллюзийно приравнивались к крупным поломкам машин: раз недостающие элементы конструкции взять для замены было негде, вот они и считались «неизлечимыми».

Современные квантово-холистические представления об организме как структурно упорядоченном потоке саморазвития согласованных биоструктур, целостность взаимного сопряжения которых определяет степень реализации исходного генетического потенциала здоровья, позволяют уверенно утверждать, что, за исключением травм, несовместимых с жизнью, неизлечимых заболеваний не существует. Просто порой оказывается трудным пробудить сами целительные силы организма страдающего человека. Но это всегда связано именно с сугубо психологическими причинами и к физиологической «неисцеляемости» не имеет ни малейшего отношения.

Так вот, исцеление организма может наступить как чудесный факт спонтанного самодействия сил самоорганизации, как по не зависящим от самого человека поводам вдруг ни с того ни с сего пришедшим в действие и сотворившим свою волшеб-

ную восстановительную работу, так и в результате системных планомерных усилий, направленных на активацию глубинных энергоструктурных резервов организма и направление их на глубочайшее преобразование как отдельных клеточек, так и самого порядка системной связи между ними. Второй путь как раз и есть Путь Нового Рождения, к которому человек и может, и должен приходить совершенно сознательно.

Для начала необходимо постараться освободиться от всего Пустого и лишнего о жизни и о себе, что осталось от прошлого и что нет никакого смысла тащить в будущее. Избавьтесь от представлений о незыблемости анатомических структур тела, избавьтесь от представлений о неизменяемости состава крови! Распрощайтесь с ложной идеей о возможности исчерпания творческих сил в человеке, позабудьте обо всех «невозможно» и «ни за что», которыми озабоченные собственными невротами и комплексами старшие пичкали нас на протяжении всех первых лет жизни.

Если нельзя, но очень хочется, то можно!

Это вовсе не шутка — таков императив истинно творческого, преобразующего, формирующего отношения и к действительности, и к самому себе, в том числе и к собственному телу.

Заново переинсталируйте все свежие психопрограммы, которые считаете полезными и значимыми для себя. Заново заполняйте собственный мозг программным обеспечением представлений, мнений и убеждений, словно личная психокомпьютерная среда оказалась пораженной вирусом, и после реформатирования мозговой винчестер требует повторной установки необходимых программ. Постарайтесь, чтобы новые программы оказались действительно новыми, не занимайтесь копированием глупости и слабости.

Согласитесь стать здоровым, сильным и способным на все, чего сами захотите!

Каждая болезнь связана с неким личностным комплексом **симпмпоражения**, который подспудно через серии регуляционных патогенных нарушений, продвигает организм к конечному заболеванию и завершающей его преждевременной смерти. Рассмотрите повнимательнее (желательно, при поддержке друга или любимого человека) — за что Вы не любите себя? поче-

ПСИХОСОМАТОЗЫ САХАСРАРЫ

Психосоматоз	Метафора глубинного конфликта	Терапевтирующие оттенки
ГИПЕРТОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ	Неумение эффективно руководить. Затруднение лидерской самореализации.	КИРПИЧНЫЙ
		РОЗОВЫЙ
ИНСУЛЬТ	Сентиментальность с гневливостью. Страх перед заслуженной критикой. Неумение заботиться о себе.	ШАФРАНЫЙ
		САЛАТОВЫЙ
МИГРЕНЬ	Желание поступать по-своему, своевольное сопротивление происходящему.	БИРЮЗОВЫЙ
АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ	Страх перед новым при жажде открытости. Ранимость и обидчивость.	ТЕМНО-КРАСНЫЙ
		ЯРКО-ПУРПУРНЫЙ
НАРКОМАНИЯ	Чрезмерная требовательность к миру при нежелании творчески трудиться над улучшением действительности.	НЕБЕСНО-ГОЛУБОЙ (лазурный)
БЕССОННИЦА	Стремление тотального контроля при полном недоверии мудрости жизни.	ТЕМНО-СИНИЙ

ПСИХОСОМАТОЗЫ АДЖНЫ

Психосоматоз	Метафора глубинного конфликта	Терапевтирующие оттенки
БЛИЗОРУКОСТЬ	Опасение проектировать будущее из-за боязни потерпеть еще одно разочарывающее поражение.	ВАСИЛЬКОВЫЙ
СИНДРОМ ХРОНИЧЕСКОЙ УТОМЛЯЕМОСТИ	Неудовлетворенность происходящим при самозапрете что-либо радикально обновлять.	ОГНЕННЫЙ
БОЛЕЗНЬ АЛЬЦГЕЙМЕРА	Иллюзия беспомощности, поддерживаемая невозможностью изменить неудовлетворяющий внешний мир.	ШАФРАНЫЙ
ХРОНИЧЕСКИЙ АЛКОГОЛИЗМ	Неприятие своей личности как не сумевшей обрести желанную власть над происходящим.	АЛЫЙ
ГЛАУКОМА	Негативное застревание на прошлом при нежелании от него отказаться.	СИНЕ-ФИОЛЕТОВЫЙ
НЕЙРОЦИРКУЛЯТОРНЫЕ ДИСТОНИИ	Подавленность настроения страхом перед неудачей на фоне высокой ранимости.	ИЗУМРУДНЫЙ

ПСИХОСОМАТОЗЫ ВИШУДХИ

Психосоматоз	Метафора глубинного конфликта	Терапевтирующие оттенки
ТИРЕОТОКСИКОЗ	Боязнь не успеть при желании сразу сделать все самостоятельно. Опасение оказаться незамеченным.	ЛИМОННЫЙ
ТОНЗИЛЛИТ	Переполненность возражениями при опасении высказывать личное мнение. Излишняя вспыльчивость и горячность.	ТРАВЯНОЙ
РЕСПИРАТОРНЫЕ ИНФЕКЦИИ	Чрезмерная восприимчивость к массовым страхам, вызванная ослаблением ясности собственной индивидуальной позиции.	ИНДИГО
ПАРОДОНТОЗ	Нежелание реализовывать собственные решения из-за отсутствия уверенности в выбранных направлениях развития.	ПУРПУР
ЗАТРУДНЕНИЯ ГЕМОДИНАМИКИ	Отсутствие свободы и радости в жизни из-за неокончателности важных решений.	ТЕМНО-СИНИЙ
ЛЕГОЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	Опасение жить полной жизнью из-за иллюзии собственной "испорченности".	СИРЕНЕВЫЙ

ПСИХОСОМАТОЗЫ АНАХАТЫ

Психосоматоз	Метафора глубинного конфликта	Терапевтирующие оттенки
СТЕНОКАРДИЯ	Нежелание проникаться чувствами других при эмоциональной открытости окружающим.	СВЕТЛО-ЖЕЛТЫЙ
БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА	Невыносимость собственной зависимости от чрезмерно опекающего окружения.	ЯРКО-СИНИЙ
НЕЙРОДЕРМИТ	Желание глубоко интимного контакта при страхе перед утратой автономии.	ТЕМНО-ОРАНЖЕВЫЙ
ПСОРИАЗ	Расфокусировка границ индивидуальности и нежелание нести ответственность за свои переживания и поступки.	ПУРПУРНЫЙ
ОЖИРЕНИЕ	Стремление восполнить упреждающе предполагаемый дефицит удовольствий.	ЛАЗУРНЫЙ
БРОНХИТ	Хроническая конфликтная напряженность, постоянная эмоциональная боеготовность, непрерывное ожидание критики.	ЛИЛОВЫЙ

ПСИХОСОМАТОЗЫ МАНИПУРЫ

Психосоматоз	Метафора глубинного конфликта	Терапевтирующие оттенки
СКЛОННОСТЬ К ТРАВМАМ ПРИВЫЧНОСТЬ КАТАСТРОФ	Сосредоточенность на чувстве вины, стремящаяся разрядиться в аутоагрессии. Глубинная неуверенность в себе.	ИНДИГО
ЯЗВЕННАЯ БОЛЕЗНЬ ЖЕЛУДКА	Отсутствие успеха в социальной жизни при выраженной склонности к публичности.	ОГНЕННЫЙ
ЯЗВЕННАЯ БОЛЕЗНЬ ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ	Подавляемые амбиции. Желание быть надежно опекаемым при стремлении самолично властвовать.	САЛАТОВЫЙ
ХРОНИЧЕСКИЙ ПАНКРЕАТИТ	Негодование по поводу невозможности тотального самопотакания и отсутствия желанной вседозволенности удовольствий.	СЕРОВАТО-ГОЛУБОЙ
ХРОНИЧЕСКИЙ ГЕПАТИТ	Раздражение невозможностью жаловаться и гарантировано защищаться самооправданиями.	КРАСНО-ФИОЛЕТОВЫЙ
САХАРНЫЙ ДИАБЕТ	Страх перед одиночеством. Глубокое разочарование в несбывшемся и желание оградить себя от разочарований.	РОЗОВЫЙ

ПСИХОСОМАТОЗЫ СВАДХИСТХАНЫ

Психосоматоз	Метафора глубинного конфликта	Терапевтирующие оттенки
ПОЯСНИЧНО-КРЕСТЦОВЫЙ РАДИКУЛИТ	Опасение остаться без поддержки при иллюзорной вынужденности всегда опираться на помощь окружающих.	НЕБЕСНЫЙ
ИМПОТЕНЦИЯ	Страх перед неудачей при выраженном желании доказать свою состоятельность.	ЖЕЛТОЧНЫЙ
БОЛЕЗНИ ПРОСТАТЫ	Ослабление творческой императивности иллюзией собственной исчерпанности. Напряженная обидчивость и ранимость.	БИРЮЗОВЫЙ
АППЕНДИЦИТ	Сдерживание собственной инициативы из опасения оказаться в глупом положении. Частая перемена настроения.	КОРИЧНЕВЫЙ
ВОСПАЛЕНИЕ ОРГАНОВ МАЛОГО ТАЗА	Отсутствие санкции на личное творчество из-за боязни невозможности влияния на окружающих и происходящее.	НОЧНОЕ НЕБО
ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК	Жажда самонаказания. Неуверенность в собственной компетентности при острой необходимости получить удостоверяющие знаки личной состоятельности.	УЛЬТРАМАРИН

му Вы считаете свою возможную раннюю смерть оправданной? почему Вы отказываетесь ей противодействовать и почему Вы стоите на пути к собственному здоровью?

Кроме Вас в вашем организме не действует и не может действовать никто. Ваши проблемы — именно и только Ваши, поэтому и разрешать их Вам, их же породившему.

В ходе глубинного самодопроса необходимо избавляться от всего мешающего, задерживающего, препятствующего и засоряющего. Исцеление внешнее должно придти как следствие действительного обновления внутреннего, которое кроме как с Новым Рождением и сравнить-то не с чем. Исцеление есть плод глубочайшей трансформации, а самым глубоким ядром нас самих является отношение к самому себе, оценка себя самого и восприятие всего того, что ты сам творишь и производишь, как заслуживающего поощрения и продолжения или не заслуживающего того, чтобы это могло быть далее.

Создавая себя заново, инсталлируя новые психопрограммы, избирая новые образы личностного бытия, следует хорошо и глубоко усваивать и осваивать новые образы построения. Возможно применение самых разных методик, приемов и технологий. Цель остается единой — радикально переменить себя во всем.

Старый «Я» должен был болеть и рано или поздно умереть. Вы сами убили все то, что собиралось умереть в вас, но отказались умирать вместе с ним, так как пересоздали себя заново и собираетесь теперь жить новую жизнь, так как сами стали действительно новыми, какими еще не бывали прежде никогда.

Иногда можно просто вернуться в счастливое состояние, имевшее место в биографическом прошлом, когда не было ни болезней, ни страданий, ни недовольства собой. Но так как возвращается в желанное счастливое состояние уже зрелая сегодняшняя личность, то все равно результат будет прекрасным — радикальное обновление, новое рождение, появление человека заново при сохранении внешнего сходства с прежним, бывшим, реформированным «на корню».

*Каждый из нас располагает дарованным правом
возродиться благодаря собственным усилиям.*

Ведь человек — существо самопричинное, а значит имеющее силу пересоздавать себя заново, отправляться в другую жизнь.

ПСИХОСОМАТОЗЫ МУЛАДХАРЫ

Психосоматоз	Метафора глубинного конфликта	Терапевтирующие оттенки
НЕСПЕЦИФИЧЕСКИЙ ЯЗВЕННЫЙ КОЛИТ	Аутоагрессия из-за неумения автономно выстраивать отношения с окружающими.	САЛАТОВЫЙ
ГЕМОРРОЙ, ЗАПОРЫ	Отягощенность неудовлетворяющим прошлым, аутоагрессия из-за ложной недееспособности.	СВЕТЛО-ЖЕЛТЫЙ
НЕСПЕЦИФИЧЕСКИЙ ХРОНИЧЕСКИЙ ПОЛИАРТРИТ	Хроническое раздражение из-за подавленного гнева на препятствующие обстоятельства.	ТЕМНО-ОРАНЖЕВЫЙ
ХРОНИЧЕСКИЙ ИШИАЗ	Неуверенность в позитивном будущем при острой потребности в наличии гарантий.	ФУКСИЯ
ВАРИКОЗ ВЕН НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ	Вынужденное пребывание в стесняющих условиях, которые нельзя изменить ввиду необходимости усердно и длительно трудиться.	ТЕМНО-СИНИЙ
КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ	Настойчивое желание освободиться от груза прошлого и очиститься от всего наносного и мешающего развитию.	НЕБЕСНО-ГОЛУБОЙ

совершенно новым. Таков результат осознанно предпринимаемой работы **самотворчества**. Она должна быть усердной, непреклонной и достаточно длительной. Но ради ожидаемого результата — нового рождения! — стоит приложить усилия.

Подумайте только, сколько сил мы тратим на ненужные переживания, пустые страхи и поддержания представлений о собственных слабостях и самозапретах. Оставьте все это пустое в стороне как ненужную шелуху — и займитесь возвращением тех драгоценных зерен истинного индивидуального здоровья, которые нетленно хранятся в каждом из нас — в каждой нашей клетке, в каждой молекуле ДНК.

Такое радикальное **самотворчество** сообщит удивительный приток волшебных преобразующих сил и породит небывалый всплеск освобожденной творческой энергии, которая прежде уходила на саможаление и тоску по несбывшемуся.

*Трансформационная внутренняя работа —
самое интересное из всего того, что
даровано испытать человеку за время земного пути.*

Только подумайте: вырасти над самим собой, подобно бабочке, оставив тленную куколку с тем, чтобы обрести новое измерение свободы и отправиться в радужный полет к неведомым возможностям, расставшись со всем ветхим, ненужным и разрушенным. Вот уж воистину, благословенны препятствия, благодаря которым мы получаем возможность такого восхитительного обновляющего роста над самим собой!

Как узнать все о своих способностях?

Все сложенные в недрах нашего психогенотипа глубинные **возможностные** потенциалы непрерывно стремятся к саморазвитию и саморазвертыванию, подобно зернам, оказавшимся в питательной почве. Однако мы все время умудряемся становиться на пути развития наших собственных качеств и особенностей, тем самым регулярно пропалывая только что появившиеся ростки талантов, склонностей и предпочтений.

Именно такому отношению к самим себе и собственным делам учит нас репрессивная культура. Именно этим «культурным» предписаниям «держаться и не пущать» мы следуем, насту-

РАДУГА РЕСУРСОВ

САХАС-
РАРА

Режиссура собственного развития, близость вдохновляющей тайне, живое касание запретности, внетелесный опыт, восторг.

АДЖНА

Дизайн стратегических направлений развития, смелое исследование бессознательного, глубокие питающие переживания, инсайтинг аналогий.

ВИШУ-
ДХА

Свобода ассоциирования, реорганизация внутреннего опыта, активный мысленный эксперимент, возможность каскадной продукции гипотез.

АНА-
ХАТА

Интенсификация работы памяти, возможность прямого общения с природой, управление возможностным состоянием, искусство как допинг.

МАНИ-
ПУРА

Утончение ощущений, интеграция восприятий, усиление процессов запоминания, быстрая обработка данных, проблеморазрешающие технологии.

СВАДХИ-
СТХАНА

Самомотивирование, усиление намерений, уточнение заданий, неосознаваемая обработка информации, управление установками.

МУЛАД-
ХАРА

Интегральная мобилизация организма, гимнастика, общение с природой, диета, режим дня, релаксация.

пая на горло собственной песне и получая взамен радужной симфонии пыльную скуку будней.

Необходимо развить бдительную чуткость к собственным внутренним импульсам, к возникающим внутри нас самим гипотезам, пожеланиям и предположениям.

Все, что появляется изнутри, заслуживает того, чтобы быть уважительно рассмотренным и воспринятым в меру того, насколько оно соответствует реализации нами нашей собственной природы в достижении текущих и стратегических целей.

Необходимо с помощью «Ключа» научиться прислушиваться к собственным глубинным тяготениям, отдавать себе полный отчет в необычности возникающих в тайниках душевных пространств мыслей и настроений, научиться всегда быть пристально внимательным ко всему свежему, настойчиво рвущемуся к проявлению, исходящему от наших собственных глубин.

Все, нам самим особенно родное, близкое и подобное, воспринимается как приятное, приемлемое и сладостное. Лишь голоса запрещающих культурных фигур (родителей, наставников, авторитетов) из пространства СуперЭго предупреждают о недопустимости быть свободным, т.е. самим собой, допуская в себе то, что нравится, что воспринимается как естественное и приятное.

Предпочитаемое, т.е. близкое и понятное, сладостное и успокаивающее, удовлетворяющее и понятное, сообщает нам о том, каковы мы.

Где пребывают наши предпочтения, там находимся и мы сами

Конечно, в конкретный момент в самих себе мы обнаруживаем много наносного, болезненного и запутанного. Но в целом сама природа наша ошибаться не может, ибо она зиждется на фундаменте гармонии и красоты. Поэтому все ее истинные свободные, т.е. не изнасилованные культурной саморепрессией, пожелания оказываются безусловно прекрасными.

Человек рождается для того, чтобы собрать свой собственный опыт, присоединяя его неповторимый рисунок к мириадам впечатлений и переживаний земного бытия, собранным другими людьми. Поэтому так важно постараться реализовать все свои глубинные пожелания, которые должны быть поняты

как стремления самой природы человеческой, всеобщие каждое по себе и неповторимые во взаимном переплетении.

Ни о какой капитуляции перед любыми трудностями, встающими на пути реализации глубинных потенциалов, речи и быть не может. Творческое преодоление затруднений лишь отшлифовывает индивидуальный образ проявленных способностей. Препятствия — это тренажеры, усложненные задания, непрекращающиеся экзамены воплощенного бытия.

Только последовательная и неуклонная реализация своего глубинного **способностного потенциала** обеспечивает рост личной силы и реализационной власти. Каждое достижение, каждое успешное продвижение, каждый усвоенный урок делают человека все более **возможностным**, все более решительным и все более сильным.

Можно заранее определить индивидуальный рисунок уникальных способностей человека, проведя **конституциональное тестирование**, с помощью прямого ясновидения (**чакроскопия** и **пуроскопия**) или **гороскопирования**. Но все же расцветут, сопридут и разрешатся в плодоношении внутренними достижениями все эти способности, лишь будучи реализованными, освоенными и примененными.

Главное — постараться не стеснять собственное продвижение неосмотрительным проявлением неуважения к собственным силам. Необходимо всегда стараться разрешать себе тянуться к тому, что нравится, к тому, что восхищает. Именно такое внутренне санкционированное разрешение восприятия правящегося как прекрасного помогает без усталости и сомнений раскрывать все новые и новые потенциалы собственной творческой природы.

Подобно тому, как с развитием познаний расширяется область незнания, так и с раскрытием каждой новой способности раскрывается поле возможных творческих потенциалов, которые доступны для активации и удивительного применения на пути саморазвития.

Как успешно развивать интуицию?

Поводов для этого в сегодняшней многосложной и полной неопределенностей и выборов действительности хоть отбавляй. Чем труднее задача, чем меньше сведений может быть по-

лучено для предварительной ориентации в условиях стоящей проблемы, тем полезнее оказывается интуиция и тем нужнее усиленно развивать.

Главным условием успеха развития интуитивного дара является одновременно легкое и серьезное к нему отношение. Нет ничего труднее интуитивирования для напряженного, сомневающегося и задавленного предрассудками о самом себе человека. Нет ничего проще интуитивирования для свободного в помыслах и легкого в радованиях индивидуума, преисполненного глубочайшего доверия к собственной натуре и струящегося благодарностями на все переживаемые радости и удовольствия.

«Ключ» на поверку оказывается наиболее приемлемым инструментом для последовательного и многопланового раскрытия интуитивного дара. Он позволяет организовать самые разные программы **самовлияний**, каждая из которых воздействует на развитие определенной психической области, с которой связан целостный интуитивный дар, а все вместе они сочетаются в некое интегральное целое успешного раскрытия способности к интуитивному проникновению.

Необходимо очень старательно вести дневниковые записи (к примеру, в личном «Ежедневнике») всех крупных успехов в овладении интуитивными дарами, во всяком случае, на начальном этапе интенсивного планомерного развития этой интегральной способности. Чем больше времени, тщательности и усердия будет вложено в интенсификацию интуитивного дара, тем весомее и полезнее окажется результат.

Раскрытие интуитивных способностей помогает разрешать не только внешние дела, но и позволяют достигать успеха в самооздоровлении и раскрытии **способностей даров**. Благодаря развитой интуиции человек лучше понимает, что именно и как именно ему следует делать для того, чтобы получить желаемый им результат. Поэтому раскрытие интуитивного дара недаром именуется «царским путем» на новый уровень сознания.

Паттерны, связанные с системным развитием интуиции, должны быть самыми разными. Паттерны вхождения в пространство интуитивирования должны быть необычными, чарующими, волшебными и таинственными. Паттерны регулярного энергетического «полива» и «питания» растущего интуитивного дара должны быть уравновешенными, свежими и вдохновляющими.

иными. Паттерны благодарности Мирозданию и признательности Творцу, благодаря всевязанности с Которым организм человека и оказывается способен принимать интуитивные послания Вселенной, должны быть одновременно искренними и торжественными. Паттерны преодоления собственных сомнений должны конструироваться решительно и мужественно.

Именно развитие интуитивных даров явится поворотным событием в истории собственного развития каждого обратившегося к «Ключу».

Успешное раскрытие интуиции поможет каждому обрести глубочайшее доверие к самому себе и проникнуться безмерным доверием собственным возможностям. Это так прекрасно — оставаясь среди близких людей из знакомого окружения, вдруг подобно сказочному герою, перенестись в волшебную страну и ни на миг не утрачивать возможности прямого собеседования с собственным мудрым глубинным «Я». Такая возможность открыта перед каждым, кто согласится поработать над раскрытием собственного внутреннего дара регулярно, усердно и устремленно, инвестируя известный капитал своего вдохновения, труда и времени в собственное становление.

Как выстраивать гармоничное самовосприятие?

Для того, чтобы шаг за шагом убеждаться в собственной гармоничности, состоятельности и компетентности, нужно просто время от времени анализировать все то, что мы привычно относим к собственным недостаткам, и находить в этих слабостях и недоработках позитивные стороны, заодно усматривая лучшие пути развития необходимых качеств.

Сосредоточение на анализе причин и форм проявления недостатков, свободное от центрирования паникующего внимания на переживании собственной неполноценности, позволяет разобраться со всем тем, что мы считаем своими ущербными чертами и негативными особенностями. Мы на деле оказываемся гораздо симпатичнее, интереснее и одареннее, чем привычно воспринимаем себя, убежденные в этом окружающими нас людьми, которые из самых лучших побуждений спешат смешать нас с грязью, поселяя тучи сомнений в нас о самих себе.

Чем дальше продвигается реинтеграция, осуществляемая с помощью «Ключа», тем более гармоничным, согласованным и целостным оказывается образ нашего самовосприятия. Когда возникает желание усилить и углубить переживание собственной гармоничности, целостности и уникальности, поместите в центр экрана отсканированное фотоизображение самих себя, какими Вы себе более всего нравитесь, — и окружите самыми радужными анимациями! Само по себе созерцание себя, любимого, прекрасным, да еще и окруженного прекрасным, пробуждает в душе здравые мысли о том, что и в самом деле есть на что посмотреть и есть за что похвалить.

Такой «управляемый нарциссизм» вовсе не означает необходимости отмены саморазвития и работы над собой. Просто для того, чтобы глубоко проникнуться идеей достижения возможных новых совершенств себя, следует благоприемлемо воспринять все то хорошее, с чем уже сегодня вы вполне можете иметь дело.

В последовательном и эмоционально сбалансированном аутоцентризме нет ничего греховного, неестественного или ущербного. Самоудовлетворение и наслаждение как ориентиры личностного бытия вовсе не связаны с суеверными опасениями перед возможной агонией творческой активности. Напротив, наиболее развитые виды самоудовлетворений вытекают из успешной самореализации, которая в свою очередь невозможна без активной внешней деятельности и интенсивных взаимодействий с людьми и миром.

Удовлетворенность самим собой и довольство собственной жизнью причинно укоренены в успехе внешнего творчества, в гармонии взаимодействий с людьми и позитивности отношения к общественным идеалам. Однако все утрачивает смысл, если центр жизненного мира не укреплен самым основательным образом в аутоцентрическом доверии самому себе — человек обязан сам выступать в роли активного субъекта любых оценок, выборов и решений. Без такого *утверждения на себе* разваливается согласованная картина Мироздания, и, как следствие, нарушаются все виды самопроявления и жизненной активности.

Потому-то так важно основательно трудиться над достижением внутренней гармонии, непосредственно связанной с полнотой самоудовлетворенности. Без них любое иное проявление

человеческой природы оказывается неустойчивым и хаотичным, по сути дела оказываясь вторичным по отношению к экзистенциально переживаемой приемлемости самого себя.

Деятельно утверждаемая любовь к самому себе есть основание для поддержания равновесия в собственном жизненном мире, а значит и во всей окружающей вселенной.

Без гармонии образа «Я» — центральной несущей конструкции индивидуального смыслового пространства, начинает обрушиваться и рассыпаться все остальное — вторичное, внешнее, последующее.

В одной из своих работ К.Г. Юнг приводит в качестве иллюстрации принципа **синхронизма** (своего рода «параллельной причинности») древнекитайскую притчу о вызывателе дождя.

Будучи приглашенными в далекую провинцию, давно не шавшую жизненно необходимых осадков, заклинатель замкнулся в шатре и просто молча сидел в нем, бездействуя долгими днями. Когда же его спросили о причине его бездействия, он удивился, так как он как раз в это время активнейшим образом трудился над разрешением сформулированной перед ним проблемы. Однако образ его действия был весьма неожиданным: «Я пытаюсь понять, почему я, живущий в провинции, где много хороших дождей, почему-то оказался здесь, вдалеке от родного дома, будучи вынужденным помогать всем вам. Когда я пойму внутреннюю причину, приведшую меня сюда, пойдет дождь, ибо придут в согласование действующие начала всего».

Так оно и случилось — успешно завершённая внутренняя работа вызывателя дождя привела к дождю внешнему. Глубинное самоупорядочивание привело в гармонию и события внешнего мира.

Следует каждый день рассматривать как подарок с множеством сюрпризов, используя каждый новый повод для выстраивания позитивной самооценки. Себя следует воспринимать как шедевр искусства — пусть пока еще не завершённый в непрекращающемся каждодневном доделывании, но именно как шедевр, чреватый будущей драгоценностью. Именно такое отношение к самому себе как заслуживающему всяческой похвалы и всей возможной поддержке помогает выправлять те изгибы

и неровности, которых еще так много и в наших внутренних движениях, и на дорогах внешних.

В конце концов, от полноты нашего самовосприятия в гармонии и красоте зависит то, как нас примут другие, а значит и то, насколько успешно мы сможем вместе с ними прийти к нашим согласованным целям. Ведь принимают нас люди, интуитивно ориентируясь на переживаемый нами образ нас самих. Поэтому образ этот должен гармонизироваться, разниться и совершенствоваться всеми силами.

Как исправить неверно сконструированный стереотип?

Всякий неверно собранный психический автоматизм, функционирующий как единая внутренняя стратегия, как и все в нашей психике неизменно состоит, подобно целостной молекуле, из атомов отдельных функциональных элементов. Поэтому перед тем, как перемотировать его, необходимо присмотреться к составляющим его частям, рассмотреть его фрагменты и детали, анализируя их состоятельность в свете стоящей перед нами проблемы. Сама проблема обнаруживает неэффективность стереотипа и обуславливает необходимость его усовершенствования, но собирать новый автоматизм придется из прежних конструктивных элементов, о которых и нужно в ходе наблюдения за старым клише узнать как можно больше.

На словах все получается очень просто: нужное оставить, ненужное убрать, а необходимое добавить — и собрать все вместе так, чтобы новое целое само неплохо справлялось с поставленными задачами. Приятный сюрприз состоит в том, что при наличии выработанных с помощью «Ключа» навыков и умений это сделать совсем нетрудно.

В основе переконструирования стереотипов и автоматизмов лежит мастерство *творческого психотехнического моделирования*, разработанного Джоном Гриндером, Ричардом Бендлером, Робертом Дилтсом и их коллегами, которое представлено в психопрактических технологиях НЛП. На всех этапах моделирования психических процессов большую помощь оказывает «Ключ», с помощью которого проще рассматривать затруднения и вызвавшие их стереотипы, легче углубляться в ощущение желанной цели и инсталлировать ее символический паттерн

и бессознательное. «Ключ» помогает также проще осваивать новые паттерны эффективного поведения, интегрально согласуя их с остальными психопрограммами.

Простейшее сублиминальное самооговаривание, достижение которого легко обеспечивает «Ключ», предоставляет ресурсным неожиданным возможностям буквально на всех этапах и при всех видах моделирования новых форм поведения.

Артпроцессор — это уникальный мультимедийный тренажер управления собственным мозгом, применяемый для разработки, конструирования и усвоения новых поведенческих программ благодаря прямому вмешательству в установки, подспудно организующие поведенческие акции и процессы.

«Ключ» позволяет прямо и непосредственно озадачивать собственное бессознательное, предписывая ему спонтанное подспудное формирование новых поведенческих программ, соответствующих осознанному стремлению к достижению вполне определенных целей. Будучи поставленной, такая внутренняя задача самореформирования принимается бессознательным к сведению и выполняется неукоснительно и наилучшим образом.

«Ключ» представляет собой психопроцессор, обеспечивающий бесперебойную работу *внутреннего генератора нового поведения*. Процесс этот трудно формализуется и во многом еще не вполне изучен. Зато реализуется он с поразительной эффективностью и вполне доступен для практического изучения и осознанного управления.

Для занимающегося самоуправлением с помощью «Ключа» главным представляется формирование образов желанных целей и проявление усердия в усвоении целевых психопрограмм, сконструированных с помощью анимаций. Сами же достижения, подобно грибам после летнего дождя, вырастают на плодородной почве бессознательного, интенсивно подпитываемой особым образом организованными стимулами «Ключа».

Можно ли исправить ошибки прошлого?

Сами по себе сенсорные данные безошибочны и безоценочны по своей природе. Впечатления и переживания фиксируются в системе внутреннего опыта четко и ясно, десятилетиями оставаясь атомарно нетронутыми, не подвергаясь искажениям

и деформациям, так как фиксируются в виде уникальных перцепторных голограмм в **когнонах** — особых нейронах различных образов.

Однако при всей неизменности отдельных атомарных впечатлений их комплексы и системы доступны **переструктурированию**, а потому выводы и оценки, вытекающие из тех или иных взаимных комбинаций впечатлений и опытов, изменять можно, в то время как сами элементарные впечатления памяти реформированию или трансформации не подлежат.

Перепросмотр и проводимое в его продолжение **переассоцирование** впечатлений позволяют достигать самых различных результатов использования внутреннего опыта — в зависимости от порядка его внутренней организации, рассматриваемой как продукт целенаправленного осознанного творчества самого индивидуума.

Все то, что недоработано и несформировано в нашем опыте, не может обеспечивать наше эффективное приспособление к новым ситуациям. Так выявляются несовершенства складывающейся на основе организованных структур опыта картины мира, выявляется реализационная недостаточность тех или иных изученных методов и освоенных подходов к рассмотрению текущих проблем жизни. Поэтому принято говорить, что прошлое постоянно обнаруживает собственные несовершенства в то и дело возникающих текущих проблемах, разрешение которых невозможно без адекватной перемены в структурах внутреннего опыта.

Стереотипы и предубеждения, сформированные в прошлом, выходят на поверхность тогда, когда перестают успешно срабатывать, перестают обеспечивать эффективную адаптацию индивидуума, а значит нуждаются в переписывании и редактировании. Когда же они должным образом реформированы, вместе с ними кооперативно изменяется вся целостная системы связанных с ними элементов опыта, т.е. в пределе — всего континуума воспоминаний и представлений, в котором все сетевым образом связано со всем.

Одной из главных целей управления саморазвитием является не просто достижение адекватного реагирования на текущие проблемы повседневности, но такая упреждающая целенаправленная реорганизация своего внутреннего

опыта, который мог бы позитивно влиять на сегодняшнюю жизнь.

Собственную психику, понимаемую как целое саморазвивающейся памяти, можно реорганизовать таким образом, что все выводы из воспринятого когда-либо станут конструктивными, позитивными и творчески эффективными.

Память следует сделать такой, чтобы она наилучшим образом послужила продолжению нами собственного развития — движения к свободе, радости и счастью.

Без направленной работы над самим собой этого не достичь, и реализовать этот результат **самопреобразования** необходимо, так как именно в этом и состоит достижение 100%-ного к.п.д. деятельности собственного мозга как фокуса психосоматической интеграции.

Объективно весь без остатка опыт индивидуальной памяти бесценен. Но эффективным на деле он становится лишь при складывании из его элементов *верной*, т.е. *творчески эффективной* картины мира и образа самого себя. Только регулярно и безотлагательно редактируя складывающуюся в мозгу картину действительности и гармонично согласовывая переживания, рациональные доводы и внешние поступки, можно создать условия для гармоничного развития памяти в идеальную систему личного опыта. Для этого нужно своевременно обращаться к **арттерапевтическим** приемам гармонизации собственной психики, разумно сочетать представления о благонамеренности с верностью идее предпочтения и опираться на принцип **нерепрессивности**.

Память, как совокупная согласованная картина личного опыта, станет оптимальной тогда, когда никаких препятствий субъективного порядка, никаких патогенных верований и никаких внутренних раздоров в ее пространстве не останется. Она будет помогать трудиться над разрешением возникающих проблем как единое согласованное целое — интегрированное, упорядоченное и сопряженно действующее как кооперативно целостная система.

Любое прошлое, сложенное в самом себе, можно глубоко упорядочить и грамотно реорганизовать. Целью таких занятий

должна быть гармонизация личностных ресурсов и повышение творческой полезности опыта.

Всегда будет что улучшить и гармонизировать в себе: мы находимся под неотрывно действующим давлением окружения, а потому на наш век проблем всегда достанет.

Сама по себе осознаваемая и целенаправленная гармонизация опыта является удивительным **самотворчеством**. Вряд ли возможно что-либо на свете, интереснее, сложнее и увлекательнее искусства свободного развития самого себя в соответствии со своими же собственными представлениями о прекрасном.

Как изменить личную историю?

Наша внутренняя катастрофа заключается в том, что мы оказываемся в рабстве тех зависимостей, которые формируются в нас помимо нашей собственной воли. Проблема заключается в том, что нездоровые личностные комплексы, глубинные страхи и привычные недоверия лежат в наших внутренних анналах нетронутыми — не только без пересмотра, но даже без присмотра. Они спонтанно действуют в нас самих как им только вздумается, в результате чего мы оказываемся марионетками в руках примитивных автоматизмов-кукловодов, имя которым — привычные слабости и заученные беспомощности.

Если мы хотим содержать внутреннее пространство в чистоте, нам надлежит его самолично убирать и очищать. Если мы никогда в жизни такого рода работами осознанно не занимались, то поворот к истинной психокulturности должен начаться для нас с освоения искусства «генеральной внутренней уборки», иногда именуемой **перепросмотром** всего жизненного опыта.

Это занятие оказывается не таким уж трудным и сложным, как то может показаться поначалу в отсутствие привычки к **самоупорядочиванию**. Занятие это, будучи принятым к освоению, уже вскоре становится настолько увлекательным, что никаких усилий для обращения к нему уже прилагать не требуется. Оно начинает осуществляться спонтанно — как в любое свободное от внешних забот время, так и подспудно, в полусознаваемом режиме. Лишь время от времени наша психика предоставляет

результаты внутренних изысканий взыскательному сознанию, принимающему решение о порядке дальнейшего переформирования определенных воспоминаний и впечатлений в соответствии с генеральным планом собственного саморазвития.

Перепросмотр — это не просто свидетельство себе против себя же самого. Это не сухой бухгалтерский отчет о проделанной работе или истовое раскаяние в допущенных и совершенных грехах. **Перепросмотр** — это творческое переписывание собственной **личной истории**, в качестве исходного рабочего материала для которого используются факты собственной биографии.

Сначала следует вспомнить все более или менее важное. Затем необходимо понять до конца, что в тех или иных случаях произошло на самом деле; взглянуть на свои воспоминания с высоты достигнутого личностного развития; оценить прошлые события и вынести о них новое зрелое суждение; определить, каковы уроки, преподнесенные переосознанием прошлого. Затем нужно осознанно трансформировать свое отношение с деструктивного на конструктивное, переменить восприятие негативного на позитивное, т.е. перепонять, **переконтекстуализировать** факт в масштабе целостной картины собственного мировидения.

Если прежде факты и встречи воспринимались хаотично и неосновательно, то в процессе пересмотра все переосмысливается в живом контексте саморазвития как ткани собственного существования, а потому даже самые спорные факты и сомнительные личности оказываются позитивными и конструктивными в контексте стратегического развития нашей личности.

Созерцание паттернов отдельных событий, создаваемых с помощью «Ключа», катализирует развитие их событийного гештальта до полного его завершения и аннигиляции в пространстве возможного. Само *сосредоточение на событии* по правилу **доминанты**, отвечающей центральной в текущий момент потребности и стягивающей к себе все возбуждения из нейронного окружения, помогает гармонично реорганизовать собственный внутренний опыт.

Позитивная конструктивность процесса **перепросмотра** гарантированно обеспечивает тем, что субъектом процесса вос-

помятия и переписывания оказывается не те мы, какими были прежде, а сегодняшняя сознательная зрелая личность, ориентированная на реализацию управления собственным развитием. Такая интегративная личностная позиция украшает любое воспоминание, позволяет добыть «соль мудрости» от любого события и позволяет пересмотреть отношение даже к злейшим врагам, которые в контексте личной истории рассматриваются как невольные наставники или несчастные рифмы собственных страстей.

Перепросмотр прошлого непременно иммунизирует от повторения ошибок в будущем и тем самым экономит силы и время в продвижениях к поставленным целям, понятое в прошлом оказывается понятным и в будущем. Люди умеют учиться на собственных ошибках. Просто этому их никто не учит, а занятие это, как и любое другое мастерство, требует и серьезного обучения, и регулярной тренировки.

Перепросмотр по сути дела является для всех желающих школой обучения на собственных ошибках. «Ключ» колоссально помогает таким образом понимаемому **перепросмотру**, прежде всего, благодаря энергетизации психических процессов, обычно подавляемых всевозможными психическими защитами, блоками и прочими механизмами порождения секретов от себя самого.

Перепросмотр обязателен для каждого созревающего человека в любом возрасте. Но более всего он необходим как систематическое регулярно проводимое мероприятие, ведущее к полной переориентации личностных смыслов в период *кризиса среднего возраста*.

Необходимо освободить собственное будущее от опасности стереотипного повторения ошибок прошлого. Прошлое необходимо осветить в **перепросмотре** так, чтобы сделать все несуровицы и нелепицы очевидными и вопиющими, иначе исправить их невозможно. Без тотального **перепросмотра** не может идти речи об осознанной трансформации психики, а без нее все разговоры о реальном личностном росте и творческом развитии остаются всего лишь досужими словесами.

Все то, что с нами происходило, что нас так или иначе касалось, вполне заслуживает того, чтобы мы уделили ему свое внимание и с помощью «Ключа» с благодарностью за воспринятое

уроки раскрасили радугой все то, что ушло, и гармонично озвучили все то, что с нами было. Это чем-то напоминает прошальное застолье со старыми друзьями накануне отплытия в дальнюю страну.

Пока прошлое не расцветено, пока память не освобождена от страхов, заблуждений и иллюзий, очень сложно продвигаться в будущее: переработанный груз прошлого на каждом шагу ассоциативно возбуждается и то и дело норовит повториться в былом переработанном качестве, тем самым затрудняя наше продвижение к желанным целям.

Ключ к загадкам личной истории

Благодаря системной реинтеграции внутреннего опыта каждый может самостоятельно многократно увеличить собственный энергетический потенциал. Для этого полезно время от времени последовательно вспоминать яркие встречи, основные этапы развития, важные сюжеты, поворотные события и экстремальные ситуации, которые особенно весомо повлияли на индивидуальную биографию и сделали нас такими, какими мы сейчас себя представляем и воспринимаем.

В процессе **перепросмотра** для наиболее значимых ситуаций и их центральных персонажей необходимо создавать особенные волновые паттерны для того, чтобы в процессе их создания можно было лучше организовать касающийся события или лица субъективный опыт и до конца разобраться с местом произошедшего случая или встреченного человека в целостном полотно собственной жизни.

«Ключ» помогает направленно энергетизировать отдельные фрагменты личного опыта и намеренно **переассоциировать** их в контексте сегодняшней внутренней реальности. Мы сложившиеся сегодня представляем собой гораздо более зрелую личность, нежели мы были в каком-либо моменте нашего собственного прошлого. Позитивное **переконструирование** воспоминаний позволяет изменить отношение к многому из того, что действительно важно для нас. Это помогает по-новому воспринять не только собственное прошлое, но и понять себя сегодняшнего, а также то будущее, которое хочется созидать и выстраивать.

Психическая энергия, генерируемая «Ключом» по задаваемой нами программе, помогает оживлять любые воспоминания и оптимизировать их творческую переработку зрелой сегодняшней личностью.

*Все бывшее приводится к общему знаменателю
нас теперешних, какими мы получились.*

Результатом этого соотнесения различных личностных времен оказывается кооперативная перестройка самовосприятия и внутреннего опыта таким образом, что и мы, и наша память, и наши планы начинают вдруг самым чудесным образом изменяться буквально на наших глазах к все более приемлемому, интегрированному и гармоничному виду.

Создаваемый с помощью «Ключа» паттерн значимого лица или интересующего нас события помогает додумать все непонятности, связанные с ними, до конца; помогает достроить значимый гештальт до заверченного вида; помогает доразбираться с тем, чтобы, наконец, внутреннее расстаться с событием или лицом, тем самым освобождаясь от их непрерывно тяготящего и связывающего нашу свободу влияния, идущего из глубин нашей недосформированной памяти.

Изменение отношения к событиям и людям нашего состоявшегося прошлого не самоцель. Это необходимо для того, чтобы радикально обновить наше теперешнее настоящее, чтобы оставить с собой лишь действительно необходимое и избавиться от любых неосознаваемых привычек и привязанностей, которые сохраняются именно в силу своей бессознательности имеют такую «власть» над нами.

Даже переработанный опыт остается с нами и в нас как голографический слепок зарегистрированного нами на жизненном пути мира людей и событий. Он экзистенциально тождествен нам, он нетленен, он есть мы в нашем внешнем выражении.

*Мы испытали то, на что согласились,
и мы прошли теми путями, которыми захотели пройти.*

Последовательное додумывание прошлого и переработка этого опыта позволяет нам стать свободнее и цельнее в нашем сегодня, помогает нам кристаллизовать этот опыт таким образом, чтобы он не путался у нас под ногами, а превратился в на

шу силу и в наши преимущества. Нужно сделать самих себя внутренними, переосознавая этот внешний по отношению к нам жизненный багаж. Когда этот процесс идет успешно, возникает здоровое ощущение беспредельной личной свободы и готовности сотворить даже то, что слабые духом почитают как невозможное.

Что полезного пережито? Что ценного усмотрено? Что следует учесть, а чего следует избегать? Что целительно, а что вредносно? Что интересно, а что оказалось пустым и банальным? Каковы истинные радости и действительные печали?

Лишь таким образом приводя себя в порядок, передумывая и переосмысляя накопленное внутри, можно переплавить руду общих воспоминаний в алхимически чистый кристаллический остаток духовного опыта, который бесценен для любого человека, ибо представляет его собственную сокровенную суть, каковой она смогла проявиться в настоящей жизни. С полученным чистым остатком, вдохновленным ароматами оживленных воспоминаний, очарованным богатством свершившегося можно отправляться в путь за новыми впечатлениями, которые уже будут ложиться на более сознательную основу.

Самые увлекательные упражнения

Предоставьте своему организму возможность наиграться в самые разнообразные движущиеся картинки. Вспомните собственное детство, в котором все мы с первого раза естественно любимся в мультики, дарящие нам праздничные фейерверки красок и целительно легкие веселые мелодии.

Смело и усердно экспериментируйте с изменением цвета, фигур, скоростями и направлениями движения, устанавливайте нравящиеся вам тексты **самоприказов** и записывайте те музыкальные фрагменты, которые Вам самим нравятся более других. Так Вы обеспечиваете себя гарантированной возможностью наткнуться на то, что особенно мило и дорого и Вашему сердцу, и Вашему разуму, и Вашему организму. Так, эксперимент за экспериментом, Вы станете накапливать собственную Галерею Состояний, которая впоследствии окажется важнейшим инструментом Вашей продуктивной внутренней работы.

Все элементы формируемых картин нужно тщательно и придирчиво отбирать по тому впечатлению, которое они на Вас производят, сравнивая получаемое состояние с тем, какое Вам бы хотелось получить в результате идеального самовоздействия.

Не забывайте, что нередко сами по себе отдельные элементы, например, скорость перемены положения и движущиеся фигуры особенным действием на организм не обладают, однако при их сочетании образуется некое новое совокупное интегральное единое целостное воздействие, которое обладает требуемыми Вами качествами.

Потому-то и нужно достаточно активно и смело экспериментировать с анимационным процессором, так как заранее предсказать действительные результаты воздействия на Вас тех или иных сложных сочетаний анимационных элементов не представляется возможным. Когда Вы основательнее изучите собственные сенсорные предпочтения и разберетесь в том, что Вам нравится, а что нет. Возможно, Вы научитесь с ходу проектировать требуемые анимационные картины. Но и тогда роль спонтанного творческого эксперимента сохранит свое значение. Как это у Пушкина — про «случай, Бог-изобретатель!»

Создать Галерею Состояний не так уж просто, каким бы легким ни казался сам процесс управления **артпроцессором**. Подобно ваятелю, шаг за шагом приближающемуся к окончательному результату своего художествования, Вы день за днем все более тщательно и предметно формируете свой «психоэмоциональный гардероб», предметами которого в дальнейшем будет пользоваться и для быстрого создания необходимого настроения, и для **самопрограммирования**, и для изучения жизни собственных внутренних пространств.

Необходимо старательно и регулярно уточнять, утончать, детализировать, конкретизируя, добавляя и отнимая, пробуя различные ароматы, оттенки и обертоны.

Вы наконец почувствуете, что создаваемый Вами анимационно-мелодический звукоряд начинает восприниматься Вами как интимно собственный, как таинственно дружественный, как мистически проникновенный. Вот тогда-то Вам и удастся

интуитивный подлинный масштаб потенциалов, раскрываемых с помощью «Ключа» в каждом из нас.

Обязательно находите достаточное время, выделяя известное число часов в неделю для разработки модели требуемых состояний. Ни в коем случае нельзя заниматься таким ответственным делом, как **самопроектирование**, впопыхах. Результаты будут получены наверняка халтурные, а то и вовсе разочаровывающие, в результате чего Вы отойдете от предлагаемого метода и лишите себя львиной доли отведенных Вам творческих ресурсов.

Чем чаще и регулярнее Вы обращаетесь к разработке Галереи Состояний (особенно в первые недели знакомства с **психопроцессором**), тем активнее функционирует Ваше бессознательное, ориентированное на продумывание предполагаемых зависимостей между сенсорными сигналами, получаемыми при их восприятии впечатлениями и состояниями, следующими за ними.

*Ежедневная работа с **артпроцессором** вынуждает бессознательное творить без перерыва все 24 часа в сутки.*

Когда основные модели Вашего «внутреннего гардероба» будут разработаны, можно будет приступить к освоению соответствующих им мимолетно воспринимавшихся при их отборе состояний в качестве фундаментальных для творческой жизни. Речь идет о регулярном погружении в определенные состояния, вызывающем резонансное накопление энергии определенных качеств, которая неизбежно приводит к соответствующим нейроанатомическим перестройкам в мозгу и нервной системе в целом.

Кто-то решит обойтись десятью основными состояниями, а кому-то не хватит и ста для того, чтобы иметь в своем распоряжении арсенал орудий действительно полного и глубокого самовыражения. Неделя за неделей Вы будете осваивать выбранные вами состояния, на ходу уточняя и детализируя их прорисовку. Все больше понимая, что именно Вы для себя выбрали и с какими состояниями собираетесь далее жить. Главным преимуществом такого подхода к **аутодизайну** является полная свобода в перемонтировании любых волновых паттернов и свя-

занных с ними внутренних состояний, если таковое Вам захочется произвести по собственному усмотрению.

Несмотря на игровой характер занятий с артпроцессором все же музыкальные анимации — это действительные картины активных состояний вашей собственной психики, обладающие силой непосредственного влияния на ваш мозг и организм в целом. Поэтому речь идет не просто об еще одной параинтеллектуальной игре, а о совершенно реальном прямом живописании собственной психики. Так что серьезнее этого занятия вряд ли что-либо можно отыскать в жизни современного человека, вынужденного адаптироваться к все более усложняющимся условиям новой цивилизации.

Так растите, врастайте в понравившиеся Вам состояния, становитесь тем, кем Вам более всего хочется стать, трансформируетесь к приемлемому для вас виду, перемежая медитационные погружения в избранные состояния с уточняющей дорисовкой соответствующих им и их вызывающих волновых паттернов. Так Вы сможете развиваться вместе со своей Галереей, так Вы сможете осознанно контролировать процесс ауотрансформации, так Вы сможете уверенно и методично достигать в самом себе именно тех перемен, каковые будут сочтены Вами полезными, приятными и безусловно необходимыми для самореализации.

Как усиливать радостное состояние?

Необходимо старательно заготовить, словно грибочки на зиму, множество всевозможных паттернов в Галерее Состояний, каждый из которых отвечает какому-то особенному типу радости. Отшлифовывая и редактируя эти фундаментально значимые для личностного развития паттерны, от занятия к занятию мы усиливаем соответствующие им радостные переживания, приучая себя к тому, что они начинают жить в нашем собственном внутреннем мире все более и более активной собственной жизнью.

Создать паттерн это еще полдела. Нужно еще его *поселить* в собственном душевном мире, выражаясь современным техническим языком — инсталлировать **психопрограмму** таким образом, чтобы она могла активно и самостоятельно действовать во внутреннем психическом пространстве.

Радость омывает, очищает и напитывает организм самыми благодатными токами и самыми прекрасными энергиями.

Переживание радости приходит на помощь в любом затруднении как всепреодолевающий оптимизм и глубочайшая уверенность в благополучии развития и благонамеренности существа. Переживание радости, будучи успешно инсталлировано в психическую среду, срабатывает и помогает самостоятельно, без громких призывов сознательного «Я» о требуемой помощи в утеснении и затруднении.

Переживания радости, сменяя друг друга, со временем составляют непрерывное многоцветное хоровое звучание, которым преисполняется вся жизнь человека, все его общения и все его поступки.

Вокруг нас рассыпано да рассеяно множество поводов для тех или иных радостей. Этими зернами счастья переполнен окружающий мир. Однако многим жизнь кажется безрадостной, и вот почему. Зерна радости — это лишь возможности, потенциалы, искорки живого огня, которые бездействуют без осознанного усилия самого человека. Звездочки этих искорок следует усмотреть, изловить и раздуть собственными медитациями, сосредоточениями на радостях как на главном переживании жизни. Вот тогда они становятся нашими, тогда они могут подружиться с нашими натурами и самодействовать в нашем организме.

Успешно поселившаяся внутри радость без труда переплавляет любые затруднения, пережигает страхи, сомнения и болезни, рассвечивает предубеждения ограничений и открывает неожиданные перспективы самопонимания и саморазвития. Радость — это светоч на любом пути, как внешнем, так и внутреннем. Радость — главное топливо осознанной жизни. Радость — средоточие смыслов и ценностей. Без радости жизнь утрачивает свои краски и омертвляется несмотря ни на что. Привнесение радости неизменно оживляет самое забытое и воскрешает все то, что, казалось бы, давно исчезло.

Так что трудиться над развитием Галереи Радостных Состояний нужно особо тщательно. Радостные настроения, воплощенные в волновых анимационных паттернах, очень важное

подспорье на пути и ценнейшее средство развития главных составляющих собственной жизни.

В процессе этой работы придется так или иначе упорядочивать, классифицировать и оформлять различные виды радости. Каждый делает это по-своему. Одно лишь правило верно для всех исключений — радостей на свете так много, что даже самый плодовитый создатель образцов радости не может остановиться в своем творческом поиске, так как буквально на каждом шагу каждая вновь найденная радость открывает пути к нескольким ставшим возможными радованиям.

Гимнастика радостных переживаний нужна каждому, особенно в пасмурные дни и в години тяжких осложнений. Именно через радость осуществляется магнитное притягивание творческой энергии из внешней среды — радость открывает «шлюзы восприятия» и приводит в действие механизмы. Реально объединяющие индивидуальный организм с внеорганизменным живым целым, запасы энергии которого огромны в сравнении с энергоемкостями даже самого сильного человека. Однотипность же «биотоплива» позволяет каждому при желании испытать радости, которые позволят ему напитаться нужными ему силами и знаниями, получаемыми от окружающих без необходимости их обделять.

Радость предшествует успешной трансформации и завершает достижения новых личностных качеств. Огонь алхимической трансформации с радостью горит ровнее и переплавляет увереннее. При этом следует знать, что ничего общего с ажитацией истинная радость не имеет. Самые могущественные, самые глубокие, самые возвышенные переживания радости тихи и извне не замечаются никем кроме тех, кому эти истинно реальные переживания знакомы по собственному опыту и он умеет узнавать родимый блеск внутренних ликований в глазах своих единомышленников и сомолитвенников.

Советы при повышенной утомляемости

В противоположность широко распространенным физиологически суевериям, наиболее частой причиной повышенной утомляемости является вовсе не энергетическое истощение организма, а ставшие привычными внутренние несогласованность и дисгармония. Недостаточно хорошо настроенный ин-

инструмент привычно быстро расстраивается, да так серьезно, что играть на нем становится совершенно невозможно.

Для преодоления привычной утомляемости самое главное — старательно и вдохновенно создать образ желаемого ресурсного состояния, проще говоря, как можно отчетливее представить себе, с какими переживаниями и ощущениями связано то желанное состояние неустойчивости, к которому следует стремиться.

С помощью «**Психосоматического гармонизатора**» нужно в продолжение недели минимум два раза в день проходить хорошо сформированные терапевтически курсы восстановления естественного энергетического баланса организма. За это же время нужно разработать в пространстве «**Галереи психоресурсов**» несколько различных паттернов нового состояния повышенной творческой работоспособности, к примеру, называемые «**Мобилизация**», «**Терпение**» и «**Очарование внутренней силой**».

Чем особеннее и оригинальнее будут эти «противоустойчивые» паттерны, тем проще будет в случае необходимости выбирать один из них, более других подходящих к текущему состоянию, которое захочется преодолеть и трансформировать в состояние высокой радующей рабочей эффективности.

Обязательно следует в продолжение второй недели занятий с помощью созданного в «**Инсталляторе психопрограмм**» паттерна переменить собственное отношение к самой проблеме утомляемости и создать перечень кратких **самоприказов**, которые при необходимости удобно будет использовать для выведения себя на более высокие уровни энергетической состоятельности.

Всеми этими программами нужно заниматься на протяжении двух недель почаще и подольше, стараясь переменить основные цветовые паттерны, соответствующие возникшей проблеме. Правильно подобранные гармонизационные и каталитические ключи к собственным состояниям помогут надолго разобраться с проблемой повышенной утомляемости как таковой.

Иногда проблема повышенной утомляемости оказывается связанной с каким-то заболеванием или особенным периодом в развитии организма, связанным с определенными энергетическими сезонами жизни. Но все же утомляемость перестанет

оказываться трудной проблемой, а превратится всего-навсего в просто и легко решаемую текущую задачу.

Занятие **аутоцентрической** позиции, осознанное управление мотивацией к конкретным делам, настойчивое формирование привычных паттернов усердного поведения и радужные мысли под сопровождение анимаций «**Галереи психоресурсов**» — все это поможет реинтегрироваться, т.е. согласоваться внутренне, тем самым устраняя утомляемость как следствие внутренней разобщенности и беспорядка.

После преодоления первичных негативных образов утомляемости следует принимать за наращивание интенсивности каждодневного труда, чем бы ни пришлось заниматься. Следует просто перестать потакать собственной инертности, а напротив, с помощью «**Ключа**» вскрыть тайники внутренних сил и разогреть стоящие без дела генераторы глубинных энергомашии.

Не надо считать утомляемость энергетическим феноменом — все дело в структуре переживаний, в особенностях самовосприятия и в неосознаваемом отторжении либо труда вообще, либо конкретных занятий в частности. Причины повышенной утомляемости в большинстве случаев сугубо психоэмоциональные, но, даже если они связаны с тем или иным недомоганием, вместе с развитием интенсивного творческого поведения удастся забыть и о болезнях, так как целостный организм, прежде всего, на усиление творческой инициативы реагирует избавлением от недугов и повышением защитной сопротивляемости.

Если обрести надлежащую опытность в преодолении собственной инертности и нежелания выполнять конкретные виды работ, можно со временем стать поистине неутомляемым, причем это состояние придется как естественное внутренне следствие развивающегося благополучия, а вовсе не как результат умственного самопринуждения.

Труд, творчество, работа — состояния вполне естественные, а потому и целебные, и приятные. Просто нужно изменить свое к ним отношение — и с наслаждением пребывать в них, питаясь сопровождающими их живыми энергиями и радующими ощущениями полноты жизненного процесса.

Как избавляться от раздражительности

Для начала необходимо этого действительно захотеть, т.е. перестать обманываться тем, что срывы раздражения заслуженные, правомерные и законные. Даже если вызвавший гнев повод оказывается при ближайшем рассмотрении заслуживающим осуждения, все равно гневная реакция неадекватна, а потому к конструктивным решениям и действиям привести не может.

Когда же факт собственной раздражительности осознан как нечто мешающее позитивному саморазвитию и являющемуся не серией отдельных срывов, но сформировавшейся склонностью, следует приступить к самокоррекции.

В «**Галерее психоресурсов**» необходимо сформировать несколько различных (чтобы предоставить самому себе свободу выбора одного из нескольких) паттернов глубинной эмоциональной устойчивости и легкой восстанавливаемости эмоционального равновесия и отшлифовать их в качестве ценного репертурного ресурса. С помощью «**Психосоматического гармонизатора**» необходимо периодически производить подпитку мозга правящимися анимациями, предупреждая потерю **личной силы**, которая одна только и ответственна за срывы раздражительности как проявления регуляционной неэффективности сознания.

С помощью «**Инсталлятора психопрограмм**» необходимо задать программы преобразования личного отношения именно к тем ситуациям, процессам или персонажам, встреча и взаимодействие с которыми чаще других вызывает возникновение нервных реакций и приводит к утрате самообладания. Периодически используя эти паттерны, мы профилируем нарушения собственного реагирования именно на те зоны собственной активности, в которых сами оказываемся слишком чувствительными и излишне неустойчивыми.

Параллельно сугубо энергетической психопрограммативной работе с частными ситуациями и отдельными лицами, очень важно провести аутоаналитическую работу, касающуюся стратегий собственной реализации.

Раздражительность приходит вслед за ослаблением, возникающим как реакция на утрату интегральности личностного развития.

Когда из виду исчезает **Большая Стратегия**, когда нарушается видение главного и второстепенного, когда партнеры, самочувствие и ход рабочих процессов перестают нас удовлетворять, начинается время поисков новых режимов функционирования психики, частично проявляющихся и в раздражении тоже.

Поэтому следует основательно ревизовать всю систему представлений о текущем и предстоящем, понять собственные страхи и поработать с сформированным надолго волновым паттерном **Большого Проекта**, труд над которым является главным действием личной **аутореинтеграции**. Любые конкретные тревоги легко заменяются красотами желаемого, кодируемыми соответствующими анимациями. Следует только поактивнее использовать возможности «**Ключа**», чтобы без откладываний и самооправданий быстро и решительно повернуть ситуацию в нужное лично и именно Вам русло.

Раздражительность всегда является проявлением глубинного недовольства нашего высшего «Я» всем тем, что мы творим, о чем мыслим и что переживаем. Единственным эффективным ответом на устойчиво формирующуюся раздражительность может быть лишь *интенсивный поиск новых взглядов на собственную жизнь* — необходимо предложить себе новые выборы, изменить видение предполагаемых альтернатив, расширить видение возможного.

Занимаясь восстановлением гармонии глубинного баланса, не следует забывать порадоваться даже малой победе успеха в обретении равновесия. Успокоение, приходящее в награду за заботу о самом себе неизменно сопровождается близкими к экстатическим переживаниями власти над самим собой и возможности избежать страданий и дискомфорта ценой собственных сознательных усилий. Лишь умея радоваться этапным достижениям, мы получаем право насладиться достижением окончательным, которое проявится в новом окрыленном восхищении открывающимися перспективами творчества жизни.

Как питаться цветом во время голодания?

Нередко многие люди страдают ожирением и не могут избавиться от многих болезней из-за того, что не могут заставить себя регулярно, по мере возникновения надобности, осуществлять курсы продолжительного лечебного голодания. Рацион

нальные аргументы в пользу очищающего, иммуностимулирующего и даже омолаживающего влияния голодания сильны и неоспоримы.

Но вот сама процедура голодания вызывает настолько негативные переживания и приводит к столь сильному страху перед невозможностью много дней оставаться без пищи, что одолеть этот древнейший поведенческий атавизм для многих не представляется возможным. В преодолении этого сугубо психологического барьера неоценимую помощь оказывает «**Ключ**».

Кто-то не решается приняться за голодание из-за того, что в прошлом имел негативный опыт прохождения такого курса, неправильная организация которого повлекла за собой серьезные последствия. Кто-то не соглашается голодать, испытывая прямо-таки животный страх перед отсутствием пищи и усматривая в этом нечто принципиально противоестественное. Кто-то просто не желает подвергать себя испытаниям и насиловать собственную волю, сознательно преодолевая неприятные самоощущения и испытывая существенный дискомфорт.

Всем им помогает «Ключ», причем самым что ни на есть простым образом, доступным для любого желающего.

Рецептура гармонизирующего **самовоздействия** более чем проста. Дело в том, что организм во время продолжительного голодания поначалу действительно испытывает серьезный стресс в связи с незнакомым для него дискомфортным состоянием, а потому нейродинамика заметно хаотизируется и эмоциональные состояния оказываются очень выражено негативными. Поэтому необходимо привести в действие все три подпрограммы **арттехнологии**.

1. Заранее с помощью «**Галереи психоресурсов**» нужно подготовить программу состояния «Спокойное терпение в процессе очищения организма», создав несколько версий комфортного уравновешенного состояния, которыми после можно будет питаться подобно обычной вещественной пище.
2. Необходимо за неделю до начала курса лечебного голодания усердно проходить не менее двух раз в день полноценные курсы гармонизации нейродинамики с помощью «**Психосоматического гармонизатора**».

3. За две недели до начала первого, наиболее ответственного курса сконструировать в «Инсталляторе психопрограмм» паттерн развития позитивной эмоциональной установки на сам процесс очищения организма, рассматривая его как ценнейший творческий ресурс и средства раскрытия новых возможностей своего организма.

После начала голодания очень важно обращаться к помощи «Ключа» не менее пяти-семи раз в день, понимая эти занятия как процедуры самого что ни на есть прямого питания собственного организма цветом и звучаниями, которыми наше тело действительно питается, особенно в периоды нехватки питательного вещества.

Сенсорные самопитания помогают организму перенастроиться на позитивный лад, открыть блокирующее энергетическое общение со средой фильтры и приступить к подзарядке «внутренних аккумуляторов» за счет внешних источников.

Особенно выраженной помощь «Ключа» оказывается в период ацидотического кризиса и в последние дни голодания, когда ради достижения полезного терапевтического эффекта не грех и пару часов общего времени посидеть перед экраном монитора. После такое усердие в поддержании организма окупится сторицей, так как все же из всего арсенала естественных лечебных средств обычное длительное голодание является чуть ли не самым эффективным, не считая, конечно, арттехнологического средства «Ключа», рассматриваемого в качестве бесценного источника необходимейшего сенсорного питания организма.

Как налаживать ночной сон?

Можно накачивать с помощью «Галереи психоресурсов» один из нравящихся Вам снотворных паттернов, действие которых оказывается тем более глубоким, чем более Вы медитативно погружаетесь в предьявляемые анимации и впитываете предлагаемые успокаивающие вибрации.

Можно гармонизироваться программами «Психосоматического гармонизатора», которые сами по себе, будучи проведенными за час-два до сна. Помогут Вам установить уравновешенный ритм подготовки ко сну, который естественно перейдет в ровное дыхание сна.

Наконец, можно старательно и вдумчиво анализировать беспокоящие неразрешенные проблемы, эмоциональное влияние которых оказывается столь большим, то нарушает ритмику отдыха и активности организма.

Главное — понять суть бессонницы как некоего содержательного сигнала, адресуемого организмом лично Вам.

Любое изменение нашего состояния, самочувствия или внешней ситуации при ближайшем доброжелательном исследовании неизменно оказывается высокоинформативным. Любое изменение является вестью, которая должна быть воспринята. Осознана и применена для соответствующих перемен и тактике и стратегии существования.

Личностная зрелость соответствует высокой сознательной чувствительности к изменениям как сообщениям и умению применить воспринимаемые сигналы для усердной гармонизации жизни.

Любое наше неудовольствие — повод для дополнительных размышлений над собственным распорядком, образом действий или превалирующим настроением, связанным с теми или иными ориентациями в окружении.

Любая неясность в ответах — прекрасный повод для задавания новых вопросов.

Учитывая то, сколь важной вещью для любого живого организма является ночной сон, всякое его нарушение должно рассматриваться как обязательный повод для медитаций над поисками ответов на вопросы текущего существования.

Если ответы не находятся сразу и не лежат на поверхности, то это еще не означает, что их нет вовсе.

Лишь поняв сообщение собственной бессонницы, Вы наверняка сможете использовать его в собственных интересах, вовремя корректируя путь своего развития и гармонизируя целостную ситуацию. Хотя и первые три приема, указанные в начале совета, также весьма эффективны, особенно если Вам действительно не хочется придавать временным нарушениям сна какое-либо особенное значение.

Просто живой организм должен ночью спать так долго и так глубоко, чтобы после сохранять активность весь день и не спать под полуденными лучами солнца.

Восстановление суточной ритмики

Трудно установить кристально четкий распорядок дня и придерживаться его легко и естественно, если не уяснить себе его красоту, выгоду и законность. Живые кристаллоподобные анимации «Галереи психоресурсов» помогают проникнуться глубоким уважением к закономерно развивающимся ритмам будней и вселяют в душу страстное желание выстраивать собственные ритмы, акценты и приоритеты именно гармонично, согласованно и пропорционально действительному весу и значению дел и состояний, их заполняющих.

В основе животворной силы строго распорядка дня и недели лежит принцип резонанса, позволяющего незаметно накапливать колоссальную силу за счет усердного ритмического повторения однотипных усилий, направленных на выполнение сходных дел. Если **Большой Проект** Вами уже в достаточной мере осознан, Вы не можете не оценить преимущества устройства организации распорядка дня, т.к. любая ценная сила оказывается желанной для того, что осознал, что и как он творит в дни своей жизни.

Иногда полезно расслабиться, отойти от строгости самодисциплины, отдаться на волю волн событийных потоков и предоставить всему в себе и вокруг себя случаться спонтанно и непринужденно. Но время от времени полезно подвергать себя достаточно строгой дисциплине отлаженности и непрерывности выполнения взятых на себя дисциплинирующих обязательств с тем, чтобы почувствовать удовольствие от жесткого ритма и ощутить свою связанность со всеми строго ритмически функционирующими живыми системами.

Без ритма перемены напряжений и покоя успеха не бывают. Вы чем — ни в развитии способностей, ни в наращивании силы, ни в отработке навыков, ни в преобразовании желаемого, ни в осуществлении задуманного.

*Все живое развивается ритмически,
особенно дела человеческие.*

Лишь оценив достоинство строгого ритма как временной структуры упорядочивания событий, действий и восприятий, можно отважиться изучать науку о согласовании ритмов при включении в большие функционирующие системы (сообщества, коллективы, группы).

Человек неотрывно связан с динамикой внешних условий. Однако, овладевая мастерством управления собственными ритмами, он легко присоединяется к пассивным течениям окружающей и подчиняет себе окружающие ресурсы и энергии. Наука ритма имеет смысл осваивать лишь в контексте **Большого Проекта**, ибо ритм — средство, а не цель. Обучаясь красоте ритма к созерцанию нравящихся анимаций и перемежая визуальные уроки ритма с видением паттерна собственного **Большого Проекта**, можно научиться отыскивать место в собственной жизни и целительному самопотаканию, и дисциплине усердного роста.

Сила нужна лишь тому, что знает, что он хотел бы с нею сделать и ради созидания чего он хотел бы ее применить. Если Ваш Проект предусматривает развитие Ваших сил, то освоение магии ритма дастся без труда. Если же ваши цели неясны и туманны, то нет смысла даже приступать к исследованию мощностей ритмов.

Как раскрашивать собственные сновидения?

Одним из интереснейших занятий, реализуемых с помощью «Ключа», является раскрашивание собственных сновидений. Этого можно достичь благодаря особому **предсонному самопрограммированию**, осуществляемому накануне очередного путешествия в царство цветных снов.

Каждый достигает раскрашивания сновидений по-своему, одному ему привычным методом. Наиболее употребительным оказывается определение общего цветового тона сновидения, связанного с ожидаемой темой ночного приключения, которого легко можно достичь в медитативном отождествлении самого себя с раскрашенной цветной фигурой сновидца, расположенной на фоне контрастно цветовых анимаций.

С цветными паттернами необходимо работать непосредственно перед самым засыпанием, причем поначалу достаточно

длительно (до 20-30 минут), если желание раскрасить сюжет сновидения действительно сильно. Результаты не заставят себя долго ждать.

Поначалу рекомендуется осваивать не самую яркую палитру, так как энергия электрических оттенков радуги может оказаться столь большой, что Вы наверняка окажетесь где-нибудь в чудесно заколдованных местах, сама необычность которых вряд ли Вам даст полноценно отдохнуть за ночь. Приключения приключениями, но и отдых все же важен. Поэтому поначалу используйте мягкие пастельные оттенки, близкие основному нравящемуся тону.

Важно научиться воспроизводить после пробуждения основные палитры пережитых за ночь переживаний. Эти паттерны помогут вам сохранить чарующее волшебное настроение, сохраняющееся лишь несколько десятков минут после пробуждения, с тем, чтобы всегда можно было помочь своему организму окунуться в волнующую цветовую обстановку уже свершившихся сновидений. Окунуться для того, чтобы оторваться от пыльной действительности и посмотреть на все происходившее глазами очарованного ребенка, т.е. взором истины.

Это прекрасная психокультурная привычка — перед сном нагружать собственное бессознательное прекрасными композициями, которые настраивают нейродинамику мозга на особое гармоничное функционирование, тем самым, гармонизируя и украшая ночные переживания. Возможно, такое психокультурное «освоение» одной трети нашей жизни, каковой по времени оказывается совокупная продолжительность ночного сна, окажет могущественное влияние на всю нашу жизнь. Речь идет не просто об избавлении от бессонницы, а о принципиально ином проживании собственных ночей — гармоничном, прекрасном и радужном.

Перед сном можно время от времени использовать «**Инсталлятор психопрограмм**», программируя собственную психику на подспудное разрешение стоящих перед Вами текущих проблем. Этот метод чем-то напоминает перечитывание учебных конспектов накануне ночи перед экзаменом, однако инструментально оно осуществляется и радужнее, и методически мощнее, а значит и результаты такого **предсонного самовлияния** будут более интересными и глубокими.

В связи с предвосхищаемыми ночными сновидениями можно создавать самые необычные, самые смелые, самые загадочные анимации, отражающие обратную сторону нашей душевной жизни: она вовсе не обязательно должна быть темной и неосвещенной, а вполне может сотвориться нами радужной и сияющей. Лишь мутные материалисты и закоренелые богоборцы рассматривают все тонкое и потустороннее как туманное, неясное и затемненное. Чистые сердцем и ясные разумом как раз воспринимают все, связанное с оборотной стороной действительности, как светлое, симфонически прекрасное и радужно многоцветное.

Это прекрасно — иметь в своем распоряжении инструмент, позволяющий отдавать самому себе удивительные волшебные прекрасные самоприказания. Это здорово — всегда иметь под рукой целый каталог зафиксированных нейропаттернов, который по праву можно именовать «Галереей сновидений», сопровождаемых описаниями, образцами программ самовлияния и копиями рисунков, сделанных после судьбоносных ночных видений.

Победа над головной болью

Причин у головных болей множество, но любые процессы, сопровождающиеся головными болями, свидетельствуют о некоей дисгармонии, воцарившейся в области черепа. Поэтому вне зависимости от используемых Вами медикаментозных и физиотерапевтических средств, занятия с «Ключом» наверняка принесут дополнительное облегчение, а возможно и вовсе избавят Вас от недуга.

Влияние гармонизирующих сенсорных потоков воздействует на все, происходящее в организме, на фундаментальном, исходном, причинном уровне. Конечно, если какой-то патологический процесс уже вошел в силу, необходимым представляется активное вмешательство медиков. Но даже в этом случае «Ключ», безусловно, окажется полезным, дополнительно уравновешивая потоки сил в области расположения мозга.

От головных болей можно научиться без труда избавляться и с помощью «Галереи психоресурсов», и с помощью «Психосоматического гармонизатора». Это произвести проще всего, хотя не обязательно эффект окажется стойким и глубоким. Самым

же надежным является перепрограммирование порядка регуляции внутричерепных процессов, достигаемое с помощью специально сконструированных программ «Инсталлятора психических программ».

Сначала постарайтесь как можно ярче, искреннее и отчетливее представить себе мучающую Вас головную боль, на основании представления о какой-то сформируйте образ того, от чего желательно избавиться. Затем помедитируйте над образом идеальной освобожденности от забот, стеснения и страданий, порождаемых головной болью, и создайте анимационную структуру результата программативного преобразования.

Активнее используйте замедляющие ритмы, мягкие звуки, спокойные цвета и прохладные оттенки. Важно не перенести в самопрограммировании головную боль в апатизирующую депрессию, в которую легко свалиться с помощью задания собственному мозгу излишне медленных ритмов, минорных мелодий и холодных цветов.

Головные боли почти всегда остры, горячи, раздражающи, непокладисты, громки, нахальны, мучительны и патологически уверены в собственной непобедимости. Ни бояться их, ни драться с ними не надо! Подобно тому, как ночная темнота рассеивается первыми лучами солнца, так и головная боль улетучивается при восприятии верно найденных тонов расслабления и умиротворенности.

Любая боль целиком и полностью зависит от нейродинамики, поэтому она может успокаиваться быстро и просто.

Нейродинамика может быть связана с какими-то самостоятельно протекающими процессами в организме, к примеру, определяемыми привычным повышением артериального давления. Поэтому самовлияние при стремлении освободиться от головных болей должно быть достаточно *длительным* и приемлемо *частым*.

Порой оказывается важным отыскать в собственной памяти яркое воспоминание о полной безболезненности. Лучше всего обратиться с уже апробированным паттерном физического благополучия, сохраненным в галерее состояний. Даже несколько минут созерцания образцов гармонии может снять острую головную боль, что позволит обрести сосредоточенность сознания и придаст новые силы для того, чтобы старательно и усерд-

но сформировать целительные паттерны «**Инсталлятора психо-программ**».

Идеальным является вариант разумного объединения силы влияния сенсорных потоков с приятным успокоением, даруемым теплым полотенцем, накладываемым на расслабленное лицо, и глубоким брюшным дыханием, которое само по себе способствует более глубокому восприятию целительного воздействия цвета.

Способы укрепления памяти

Аналогически память представляет собой процесс, подобный кристаллизации вещества в строго упорядоченных пространственных матрицах отношений. Поэтому для консолидации, упрочения и динамизации памяти, наряду с регулярно практикуемым искусством самовоспоминания, используется создание особых кристаллизирующих анимационных паттернов.

Как и в любом ином случае, каждый волен сам выбирать себе цветодинамический образ того, как организуется, функционирует и развивается его собственная память, но все же предпочтительно использовать медленные скорости перемещения, пастельные оттенки и полноцветную гамму. Интересным представляется опыт созерцания многочисленных кубов, асинхронно перемещающихся с равной скоростью относительно друг друга.

Память оказывается в состоянии развиваться, подобно самоцвету, лишь при периодическом проведении развернутых сеансов спонтанной реорганизации (**саморедактирование установок**) и **реинтеграции** (разрешение текущих проблем). Своевременно необходимо снимать текущие глубинные напряжения с помощью программ «**Психосоматического гармонизатора**».

Необходимо создать паттерн, символически интегрирующий выработку нового отношения к собственной памяти — как к обратной стороне самого себя как порученного сокровища, как нераспечатанного клада, как совершенного инструмента, как послушного слуги, как верного друга, как волшебной связи со всеми событиями казалось бы ушедшего прошлого.

*Прошлое нуждается в перестройке и перекомпоновке,
но оно всегда с нами, и в этом —
наша болезнь или наша сила, выбирать нам самим.*

Ориентированная на укрепление памяти диета, регулярные сеансы энергозарядки в управляемом осознанном дыхании, общение со всеми стихиями, налаживание уважительных взаимоотношений с окружающими. Все это достаточно важно для гармонизации процессов роста памяти.

Главным же занятием является выработка особого отношения к самому себе и принадлежащим нам ресурсам. А для этого необходимо регулярно работать с «Ключом», время от времени получая неоспоримые экспериментальные подтверждения собственной одаренности и творческой компетентности и силы.

Научиться вовремя и в полноте воспроизводить все понадобившееся и необходимое. Научиться быстро и четко запоминать ценные сведения, развивать наблюдательность, помнить о том, что внимание называют воротами памяти, восхищаться собственной интуицией и никогда не считать себя завершенным. Память — это не пыльный чердак и даже не кунсткамера с отжившими древностями. Память — это ухоженный многофункциональный «несессерчик», в котором находится все, необходимое для успешного развития в теперешнем сейчас.

Любое успешное редактирование психики реорганизует весь массив личного опыта и раскрывает то тут, то там доселе неведомые сокровища даров.

Никогда не следует считать свою память чем-то свершившимся и застывшим. Всегда остается возможность пересмотреть бывшие впечатления и трансформировать важные понимания. Всегда остается возможность изменить саму структуру организации связи фактов и выводов таким образом, что целое радикально переменится и представит и нас самих, и мир в совершенно новом свете.

Память — не отягощение и не проклятие. Память — это собрание чудесных возможностей, использовать которые и не трудно, и полезно, и приятно, во всяком случае, с помощью «Ключа». «Ключ» помогает научиться смотреть на прошлое глазами будущего, ценя его уроки и перетолковывая результаты когда-то проведенных экспериментов. Память — это волшебный материал для активного творчества жизни, и лишь так познав анналы собственных воспоминаний, можно во всей полно-

ты и красоте использовать их к собственной радости и себе и миру на пользу.

Ниже приводится отрывок из свода рекомендаций по организации занятий ЦиГун, принятие которых к сведению полезно для тех, кто всерьез заинтересовался возможностями артпроцессора.

Животворное энергетическое дыхание

Современная культура в целом антагонистична естественному восприятию жизни, что и порождает то множество заболеваний, с каковым мы вынуждены иметь дело. Болезнь является результатом нарушения регуляции, нарушение же регуляции зависит от утраты ощущения меры, от недостаточного чувства равновесия и недостатка сбалансированности различных областей нашей жизни. Восстановить уравновешенность организма проще всего за счет привлечения извне энергетических потоков Природы, которая извечно пребывает в некоем первоначальном покое и лишь извне кажется суетливому человеческому разуму неразумной и невосприимчивой.

Так как практика призывания природных сил для современников непривычна, следует перед началом проекта оздоровления задуматься над некоторыми абстрактными основами мироустройства, которые немедленно вступают в живое действие в организме, если энергия привлечена ради восстановления полного баланса живых стихий. Чем сосредоточеннее мы будем думать над этими не подлежащими сомнению постулатами, тем полнее разум и тело принимают живительную силу энергопотоков, воспринимаемых извне и совершающих свою таинственную работу в недрах нашего собственного организма.

Энергия устремляет поток жизни

Жизненность равнозначна возможности совершить работу, переменить положение дел, трансформировать ситуацию и сотворить то, чего до начала работы жизненной силы не было. Жизненность синонимична энергии, а значит, привлекая энергию в осознаваемом дыхании, мы фактически привлекаем в собственный организм разлитую вокруг нас космическую

жизненность. Отсюда — необходимость постоянного искреннего благодарения Мироздания и его Создателя за оказываемое нам благодеяние и понимание того, что притекающие извне силы изначально были предназначены для помощи нам в выполнении некоей надмирной цели.

В нашем личном случае эта цель выражается очень просто: чтобы лично нам и душевно, и телесно было очень хорошо, что сделает нас хорошими для окружающих и поможет нам сохранить гармонию мира в той области действительности, с которой мы сами наиболее тесно связаны.

Энергия устремляет поток жизни сама по себе. По причине их сродства и единообразия. Фактически, они представляют две стороны одной медали. Поэтому, совершая вдох, мы естественно представляем заимствуемую у самого Мироздания силу, а производя выдох, мы смиренно отдаем ненужное из самих себя на сжигание в целительных печах Мирового Горнила. Вдох и выдох должны быть сознательными не просто в плане чувствования границ собственного тела и ощущения пробуждающейся динамики внутренних органов, к примеру, биоэнергетических меридианов.

Дыхание жизни должно быть выражением непрекращающейся молитвы самого существования — спасибо за дарованный вдох и благодарю за предоставленную возможность выдохнуть. Никаких оснований для переживаний стыда и вины перед Мирозданием нет, так как их роли сущностно разделены: мы трудимся на переднем крае развития жизненной экспансии, в то время как Мироздание поддерживает наше устремление к распространению жизненности вовне и укрепляет в случае столкновения с трудностями.

Потоки сознания и энергии едины

Так как дыхание и мышление субъективно разделены, не легко принять тезис об их субстанциональном единстве. Тем не менее, со временем это произойдет само собой, хотя объяснить этот процесс предельно затруднительно. Куда направляется внимание, так организуются наиболее плотные концентраты живой энергии. Чего не касается наше сознание, то пребывает в энергетическом запустении. Где оживляется наш психический интерес. Там приводятся в действие скрытые энергетиче-

ские ресурсы, помогающие реализоваться любому нашему желанию, касающемуся конкретного результата и действия в нас сознания-и-энергии.

Само по себе наблюдение за сознанием приносит энергию как и созерцание энергетических явлений (движений, ощущений. Воспоминаний, радостей и напряжений) связано с расширением могущества личного сознания. Главное — не пытаться представить непредставимое, но помнить на каждом шагу, что сознание и энергия едины. Тогда со временем разделенные механической цивилизацией две стороны единого процессе естественно воссоединятся, что позволит ощутить трепетное тождество мышления и силы.

Принципы наращивания потенциала

1. Безусловная постепенность любых усилий. Не освоив предыдущих элементов упражнений, из которых в книгах о ЦиГун не указано ни одного лишнего или маловажного, невозможно продвигаться дальше в овладении искусством согласования движений мысли с движениями энергии. Постепенность проще всего утвердить в регулярности. Даже простое повторение одних и тех же простейших действий изо дня в день приводит к неуклонному накоплению силы, которая начинает изнутри подсказывать нужные шаги и важные замечания, корректирующие порядок исполнения упражнений.
2. Сложнее всего освоить самые простые вещи. Напряженные колени оторвут от энергии земли. Нерасслабленная промежность лишит равновесия энергетическую структуру всего организма. Зажатые бедра вызовут ощущение острого нетерпения, которое приведет к нежеланию заниматься упражнениями. Сколь бы ни были примитивно просты исходные рекомендации, именуемыми базовыми, их необходимо освоить в полноте. Спешки в ЦиГун не бывает — даже самое малое формальное достижение приносит не простое удовлетворение своей тщательностью, но приводит истинную силу, которая вдруг находит повод проявиться в жизни самым неожиданным образом. Чем преданнее ученик искусству призывания целебной силы, чем истиннее его стремление к полноте соответствия гармонии Мироздания, тем посте-

пеннее, медленнее и непреклоннее продвигается он по пути оттачивания деталей.

3. Сила никогда не пугает своим приходом. Сила никогда не шокирует и не обескураживает. Поэтому проявления прорывающей сквозь поры жизни силы следует усматривать в малом. Что-то получилось чуть лучше, чем ожидалось. Где-то удалось нечто проще и легче, чем вчера. Кто-то подкинул приятные советы, а где-то неприятность рассосалась сама собой. Так незаметно, но явственно проявляется Великая Сила. Призванная занимающимся. Если он вежлив, учтив и чуток, он заметит негромкие приближения Силы, тем самым, засвидетельствовав ей свое почтение. Само внимание к неброским проявлениям присутствия Силы укрепляет факт ее присутствия и способствует сближению Силы и занимающегося.

Недопустимые вещи

- Нельзя сразу приступать к выполнению сложных вещей. Обычно такой спешащий воспринимаемой Силой как неуверенный игрок или опасный трюкач. Чем спокойнее и осторожнее призвана Сила, чем терпеливее ее ожидание, тем увереннее можно рассчитывать на ее приход.
- Нельзя обсуждать с чужими людьми факт своего приглашения Силы. Сила отправляется на собственный зов занимающегося, и всякое присутствие равнодушных к ней людей может спугнуть ее, даже если она уже находится на пути к призывавшему.
- Ни в коем случае не следует разрешать себе сомневаться в факте существования Силы или в ее возможности приблизиться к вашему организму. Просто мудрость Силы сопоставима с грандиозностью ее могущества, а потому негоже разумом человеческим пытаться оценивать то, что заведомо превышает всякие пределы представления людского.
- Следует почаще и попристальнее всматриваться в тот образ желаемого себя, искомого себя, создаваемого себя, каким хотелось бы стать ради согласования себя и Мироздания. Сила приходит в ответ на зов, но ничего за самого человека не делает. Ее мудрость претят самовольному вмешательству в реализации людских пожеланий. Поэтому чего захочет

в себе и от себя человек, то он и получит. Сила лишь помогает занимающемуся реализовать его собственные замыслы, но сама за него ничего не выдумывает.

- Недопустимо экспериментировать с Силой. Либо призыв к ней является важнейшим личным проектом, либо следует поспешить отказаться от сомнительного «еще одного» мероприятия. Сила не терпит несерьезного к себе отношения. Дело не в ее мстительности или злопамятстве — Сила Мироздания таковыми качествами попросту не может обладать, ибо ей чужды страсти людских перипетий. Однако, будучи позвана, Сила все же приходит, — и тогда она, оставшись без пожеланий, как бы не у дел, приступает к содействию осуществлению любых пожеланий призвавшего ее человека, даже самых смутных и сомнительных. Если уж призываете силы, почаще и потщательнее формируйте те конкретные результаты, которыми решились располагать. Когда же очерченные цели будут реализованы, поспешите своевременно наметить новые свершения, так как Сила останавливаться не в состоянии. Но это как раз и прекрасно — отныне Силы реализации задуманного всегда пребудет с тобой!

Начальные секреты техники

1. Контроль за дыханием должен происходить не около ноздрей, а у корня языка. Где чуть-чуть прижимая горло, при внешнем равновесии можно добиваться достаточно узкого потока воздуха.
2. Главное — следить за спокойствием взгляда, точнее, за расслабленностью глазных яблок. Чем глубже расслаблены глаза и чем спокойнее взор медленно переходит с фокуса на фокус, тем гармоничнее влияние благоприятно протекающей Силы.
3. Нужно научиться входить в занятие и выходить из него. Лучше всего делать это с помощью соответствующих тайных высказываний. Произносимых не вслух, а лишь про себя, о которых не будет знать никто на свете. это позволит отношениям с Силой стать действительно личными, недоступными ни для кого другого.
4. Очень важно наблюдать за расслабленностью низа живота, так как именно от благополучного состояния этой области

- зависит восприятие результатов действия Силы. Готовность этого региона тела к восприятию заключается в расслабленности и некоем привнесенном извне (от сознания) образе «ртути на донышке круглой чаши».
5. При занятиях важно не забывать о том, что находишься в беспредельном мире, на планете, среди звезд и пространств. Забвение этой открытости Мироздания при занятиях в городской квартире непременно сузит возможности призывания Силы. Для открытия четырех врат пространства, через которые летит призыв к Силе просто достаточно вспомнить о том, что ты — посреди мира, т.е. элементарно увидеть стены своей квартиры прозрачными и проницаемыми.
 6. Следует ориентироваться на ощущение естественности. Наслаждения и умиротворения. Эти главные чувства должны быть одерживаемы во все время дыхательной процедуры. Позабыв о них, мы немедленно отрезаем своему призыву путь к достижению Силы.
 7. Во время упражнений важно почаще сосредотачиваться на кончиках своих пальцев. Именно в них заключены наиболее чувствительные окончания энергетической системы человеческого тела. Многие мастера ощущали физические значения собственной интуиции не в глубине черепной коробки. Но именно на кончиках пальцев. В любом случае сосредоточение на окончаниях пальцев делает тело чувствительнее, а разум более бодрым и подвижным, а значит более восприимчивым к ответам откликнувшейся Силы.

Самопрограммирование на победу

Неразвитость человеческих ресурсов, царящая вокруг, укоренена в хронически наследуемом недоверии людей к самим себе и друг к другу, в нежелании рискнуть и принять на себя ответственность за творческое саморазвитие, в зависти к преуспевающим и в ложном понимании скромности.

Многие, сами того не осознавая, руководствуются сформированными родителями запретами на достижение успеха, выступая в роли жестоких цензоров текстов собственной жизни.

Система воспитания, совокупность культурных установок, психические травмы и навязчиво намедитированные иллюзии слабости и ничтожества, вместе создают тот патологически ущербный фон неуважения к самим себе, который отягощает любые развития и делает многие из усилий роста неэффективными.

Современники нуждаются в повсеместном утверждении философии полного права каждого на полную победу в собственной жизни.

Если присутствует сама готовность победить во что бы то ни стало, и силы, и средства, и методы обязательно отыщутся, ибо таков уж удел человеческой психики — приводить все в соответствие со своими убеждениями, базирующимися на фундаменте представления о себе.

Мы есть те, кем мы сами считаем самих себя. Наша самооценка вовсе не следствие наших достижений или неудач. Наша самооценка — подлинный источник масштаба достижений и бездн падения.

Пора поставить понятия с головы на ноги: человек становится тем, кем он разрешает себе стать, кем он желает стать и кем он считает себя способным стать.

Любые внешние действия укоренены в ткани психического! Иных источников поступков и свершений, кроме нас же самих, у нашего поведения нет!

Образ личной победы соответствует некоему особенному состоянию свершенности. Победа — это не достигнутая цель, не реализованный результат, даже не созданное приятное состояние.

Победа — это миг переживания собственной полноты, счастья и возможности.

Победа — не цель деятельности и не плод усилий. Победа — это то, достижение чего многие отодвигают в некое запредельное далеко. Победа является особым состоянием бытия, полным благополучия, удовлетворенности, размеренности, гармонии и радости. Просто большинству кажется, что такое состояние достижимо лишь после действительного получения мил-

лиардного богатства, занятия поста президента или вручения Нобелевской премии (кто чего пожелает).

На самом деле эта искомая всяким «вселенская удовлетворенность» и «тотальная умиротворенность» есть лишь результат достигнутого понимания того, чего ты сам желаешь на самом деле в качестве результата достижения всех своих искомым результатов!

В бытийном умиротворении победного состояния ликование оказывается тихим, а торжество — неброским. Человеку становятся понятны принципы аутоцентризма и мудрость тех, кто не гонится за внешним, обретя внутреннее. В этом состоянии нет гордости, нет надменности, нет честолюбия и нет никакой боязни. Это даже не личное торжество самого человека, но некое непостижимо высокое торжество в нем самой жизни, проявление исконной основы сознания, которую мы в силу нехватки определительных именуем радостью, несмотря на множество ее проявлений, видов и форм.

Жизнь льется широким потоком из прошлого в будущее — все не от успеха к успеху, не от победы к победе. Жизнь — это непрерывное священное звучание одной и той же мелодии космического счастья. Но всякий раз в пиках достижения самореализации и в моменты наивысшей удовлетворенности по-разному, на разные лады.

Мелодия счастья всегда одна и та же, просто разнятся аранжировки, зависящие от рисунка индивидуальности и характера текущих задач.

Единственным властелином этой бытийной радости остается лишь сам человек. Именно он сам принимает решение — разрешать себе переживание радуги счастья и полноты радости или отказываться от него в силу заблуждений и иллюзий (мол, пока еще рано, сейчас нельзя, иначе дальше ничего не получится, стыдно радоваться раньше времени, не говори «гоп» и т. п.)

Именно полнокрасочное, ароматное и многозвучное состояние свершенности собственной красоты помогает не оправдывать неудачи, а безошибочно угадывать лучшие пути к желанным достижениям. Осознанное переживание собственной гармонии — необходимое условие устойчивого проявления интуитивного дара. Каждый стремится к своим победам. Каждый

ищет свои свершения, каждый ориентирован на свои вершины. Но при этом переживаемое всеми ощущение свершенности — одно и то же. И именно оно именуется таким понятным и одновременно таким невыразимо неуловимым словом «счастье».

Привычка переживать высвобождаемое из сокровенных глубин самого себя состояние победы придает натуре особенную собранность, а всем действиям особую гармоничную согласованность и сопряженность. Человек, переживающий реальность собственной красоты, оказывается целостным и чувствительным, а значит, безусловно, успешным, устойчивым и гибким в одно и то же время. Он не только ищет предлогов, поводов и возможностей переживать радость собственной полноты, но, совершая внешние действия и общаясь с окружающими, он ни на миг не перестает ощущать себя достигшим, реализованным, свершившимся.

Он по праву наслаждается личной полнотой, объемля без остатка весь мир и поверх него сохраняя в себе нечто небывалое и ненаходимое в мире. Право переживания этого наслаждения заключено в усилие самопонимания, точнее, саморазрешения. Человек вдруг понял, что он уже есть, уже весь здесь и сам в себе целый. Осознание этого переживания и есть Победа Разума. Это и есть обретение мира в себе и объятие всего в себе самом.

Мастерство как предмет интереса

Для того, чтобы глубоко и прочно вжиться в образ подлинного мастера, необходимо перво-наперво перенять его картину ценностей и постараться понять, в чем заключается специфика переживаемого им в процессе творчества настроения.

Моделирование настроения настоящего мастера не должно сводиться к одному только копированию внешних действий или следованию изученной внутренней стратегии мышления. Целостность действующему искуснику придает именно то переживание, которое объединяет все элементы успешности водино и позволяет мастеру быть тем, кем он является — вдохновенно творящим создателем прекрасного образа гармонии.

После отработки малых элементов стратегии мастерства, описанной Робертом Дилтсом в «Стратегиях Гениев», необходимо заняться самоперестройкой мозговых динамик и психи-

ческих паттернов в соответствии с тем образом мастера, который резонансно возникает в нашем сердце в процессе созерцания его вдохновенной деятельности. Никакая спешка и халтура помощниками в этом тонком процессе являться не могут.

В качестве аналогического образа психотехнического наращивания успешности следует принять методику преподавания боевых техник карате, предложенную в 80-х годах германским мастером-инструктором Гансом Пфейфером.

В первый день в полном сосредоточении и глубокой тишине, в полноте расслабленности и крайне медленно производится десять изучаемых движений, которые должно запомнить тело. На этом отработка приема на этот день заканчивается.

На следующий день повторяется то же самое, но только чуть быстрее, хотя и не менее расслабленно. Третий день приносит возможность произвести опять же всего лишь 10 приемов, но уже очень быстро, хотя и несильно. Четвертый день отмечен очень сильными, но очень медленными 10 движениями.

Пятый и шестой дни посвящаются освоению все тех же 10 движений, но уже в полную силу и несколько быстрее. Наконец, последний 7-й день недели тренировки разрешено произвести изучаемые приемы 10 раз очень сильно и очень быстро, с большими перерывами между каждым движением.

Установка педагога понятна: организм и психика изо дня в день *запоминают траектории целостного движения* всех элементов тела при выполнении единого интегрального движения приема. Если это совокупно целостное движение согласованных и сопряженных частей не выучено телом, его нет смысла производить быстро или сильно.

После 3–7 недельных повторений циклов движения можно приступить к отработке различных вариантов и модификации основного приема: он уже прочно заучен организмом и будет безошибочно выполнять согласно правилам искусства. Разумеется, изучение основных приемов борьбы не растягивается на много лет, так как одна тренировка может быть посвящена изучению сразу нескольких (до 5) приемов. Но все же каждый из них должен отрабатываться именно в указанном методическом ключе.

При исследовании мастерства, как предполагаемой к достижению цели, необходимо серьезно анализировать (и с помо-

нию «Ключа» переформировывать) все возникающие сомнения, эмоциональные преграды и нежелательные настроения. Освоение мастерства всегда встречает сопротивление инертных психики и тела, не привыкших к его проведению. Поэтому без вдумчивого и системного преодоления каждого из кажущихся мелкими и малозначительными сопротивлениями и нежеланий освоить мастерство не представляется возможным: точность и четкость выполнения будут существенно страдать, так что в итоге вся работа развития будет сведена на нет.

Главное — не спешить, не насиловать собственный организм и строго придерживаться при освоении каждого значимого элемента единой стратегии мастерства *«лестницы нарастания интенсивности»*. Все должно изучаться нашим организмом от режима «медленно и плавно» до режима «стремительно и сильно».

Главное — терпеливо, упорно и последовательно развивать навыки внимания к совершенствуемому процессу (отслеживание конкретных элементов целостного рабочего процесса, отработка деталей и мелочей по мере осознания их упущения, пробное разделение общей линии процесса на различные фрагменты и детали).

Это не так уж просто, но на удивление интересно и продуктивно — *стать тренером самому себе*. Особенно прекрасно, когда предметом изучения оказываются не только спортивное, боевое или операциональное мастерство, но и мастерство коммуникационное, художественное или исполнительское. Тогда умение развивать собственные навыки уже соответствует уровню истинного мастера, умеющего *самостоятельно учиться* любому интересующему его умению.

Как активизировать творческую спонтанность?

Создайте, как Бог на душу положит, несколько паттернов, отвечающих настроению выражения «игра воображения». Образующиеся рисунки соответствуют нейрологическим ансамблям, активирующимся при интенсивном пробуждении творческой фантазии, и зависят от множества факторов, начиная от личностного психогенетического хромотипа и заканчивая текущим эмоциональным статусом, который, в свою очередь, может зависеть от многих самых разных причин.

Поработайте с этими игродинамическими моделями в ситуациях, требующих поиска неожиданных оригинальных подходов к решению банальных задач. Постарайтесь под влиянием этих анимаций войти в состояние обновления восприятий такое, чтобы мир вокруг показался действительно новым и удивительным.

Со временем одни анимации начинают предпочитаться другим, а некоторые и вовсе выходят из употребления. Это очень важная работа! Вы отлаживаете технологические приемы целенаправленного вхождения в состояния повышенной **креативной** продуктивности, от частоты и полноты использования которых порой зависит самое главное в нашей жизни.

От находимых решений повседневных задач и обретаемых ответов на вызовы окружения зависит успех, эффективность и счастье.

Сами же эти ответы и решения, точнее, сама возможность их отыскать, осознать и сформулировать, зависит от умения входить в состояния повышенной **креативной** продуктивности, что без разработанных паттернов сделать значительно труднее, чем с помощью «Ключа».

Отрабатываемые и совершенствуемые Вами **креативные стимуляторы** пробуждают в нас нечто более глубокое, чем мы можем что-то о самих себе знать. Оживляются генетическая память и опыт, хранящийся в недрах коллективного бессознательного. Человек получает дополнительное изменение своей природы в собственное распоряжение и оказывается способен свободно выходить за границы привычного в пространство, где собраны все возможные решения всех возможных задач.

Приучаясь произвольно приникать к этому Источнику Ответов, осознанно входя в пространство глубинной **креативности**, мы оказываемся всемогущими перед лицом любых возможных проблем и затруднений, которые могут нам встретиться на пути к реализации желанных целей. Вот уж что-что воистину являемся **ключами** к самим себе, так это правильно отредактированные и опытно изученные паттерны состояний **креативной** продуктивности.

Исследуйте особенности, возможности и область эффективности каждого из паттернов креативности.

Пусть их будет несколько, и все они будут разными. У каждого из нас существует множество высоких творческих состояний, в каждом из которых обретаются свои смыслы и свои ответы. Научитесь отличать одну проблемную ситуацию от другой для того, чтобы обращаться к соответствующему именно ей волновому паттерну.

Такое опытно достигаемое интуитивное приравнивание ситуации к состоянию сообщит значительное прибавление возможностей даже в тех случаях, когда возможностей будет хоть отбавляй.

Творчества много не бывает: помимо полезных результатов состояние это ценно само по себе!

Паттерны следует кодировать наиболее емкими и точными словесными девизами: *шокирующий* («Замри и соберись!»), *адекватный* («Слейся с реальностью!»), *традиционный* («Обратись к опыту веков!»), *природный* («Подсмотри у жизни!»), *архаичный* («Проще простого!»), *космический* («Как на других планетах!»), *мистический* («Самый красивый ответ!»); возможны и другие.

Изучайте связи своих творческих состояний и ситуаций внешнего мира, определяя взаимосвязи и взаимосоответствия между ними. Чем больше Вы будете совершенствовать найденные работающие паттерны и чем больше Вы с их помощью будете погружаться в соответствующие творческие состояния, тем полнее сможете использовать то, что называется дарами Свыше, коих у каждого человека невообразимо много, причем самых разнообразных.

Работа с творческими паттернами со временем интенсивно трансформирует **нейрональные карты**, т.е. изменяет анатомическую структуру взаимосвязи нервных клеток в т.н. нейронные ансамбли, что приводит к изменению привычных особенностей поведения и реагирования. Благодаря достигаемым с помощью паттернов направленным переменам в нейроанатомии Вы со временем научитесь легко входить в те состояния, которые прежде для своего возникновения требовали долгого созерцания анимаций.

Вы научитесь мгновенно собирать внимание в фокус и управлять им как угодно долго. Вы сможете научиться рассредо-

точивать внимание одновременно между множеством объектов, удерживая в частичном фокусе каждый из них, разделяя таким образом, единое осознание на несколько самостоятельных линий. Вы сможете погружаться в избранные состояния по мановению собственной воли, в пределе даже без помощи «Ключа».

Для того, чтобы таким образом не на словах, а на деле действительно переменить анатомию собственного мозга и переключать новые сети связей между нейронными комплексами, надлежит усердно и старательно заниматься с паттернами «Ключа», поддерживая тем самым процессы интенсивного развития собственного организма.

Величайшие достижения гениев человечества свидетельствуют в пользу того, что такая игра действительно стоит свеч, в то же время оставаясь игрой — веселой, приятной, полезной и радующей.

Человек обязан научиться погружаться в режимы эффективного творчества по своему желанию и находиться в них столько, сколько необходимо для получения наилучшего ответа на задаваемый его собственным развитием вопрос. Практика таких погружений с помощью волновых паттернов глубоко реформирует тонкие структуры головного мозга, предоставляя нам возможность серьезно развиваться даже во взрослом возрасте.

Речь идет о некоем новом психобиологическом феномене произвольно инициируемом развитии организма, необходимым для совершенствования основных психических способностей. Это своего рода **постонтогенез**, который для наших потомков станет вполне привычным и естественным занятием. Столь же привычным, как для нас естественным является поддержание профессиональной компетентности на должном уровне благодаря непрерывному образованию и изучению всего того нового, что касается наших занятий.

Дышите чакрами поглубже

Древние понимали организм человека как живой сгусток звучащих радужных энергий. Ясновидящие воспринимают человека как единую многоцветную вибрационную систему,

представляющуюся их внутреннему взору как светящееся радужное облако, трепетное и словно дышащее всеми своими центрами, каналами и ауральными слоями.

В Хатха-Йоге более полное дыхание соответствует большому осознанию текущего происходящего. Точно так же и в практике ЦиГун ритмичное осознаваемое дыхание неизменно оказывается более гармоничным, ровным и глубоким. Когда же восприятия сосредоточенно осознаются, это неизбежно приводит к самопроизвольному замедлению и углублению дыхания.

Несколько десятиминутных занятий, проводимых с «Ключом» ежедневно, в корне изменяют весь психоэнергетический беспорядок и повышают качество всех минут жизни каждого дня. Благодаря энергетической гимнастике мозга, проводимой в потоках нравящихся цветовых анимаций в сопровождении прекрасных мелодий, в корне изменяется режим функционирования всего организма.

Острота восприятий сама собой повышается. Улучшается память, интенсифицируется мышление, проясняется интуитивно видение оптимальных решений, гармонизируется самосознание вплоть до достижения полноты ощущения здоровья.

«Ключ» выступает инструментом осознанной самоинтеграции, причем пик этой интегративной гимнастики приходится на время занятий с «Ключом». Но влияние достигаемого эффекта распространяется и на все остальные часы. Причем с каждым новым месяцем работы с «Ключом» распространение полезного эффекта на время, разделяющее занятия, становится все большим, так что со временем весь день превращается в единое ровное поточное радужное настроение, иногда поддерживаемое осознанными играми с сенсорными комплексами «Ключа».

Благодаря более глубокому осознанному дыханию всеми радужными фокусами организма все становится более понятным, более интересным и более значимым.

Все оказывается применимым, разрешимым и животворным.

Дыхание чакрами, осуществляемое благодаря занятиям с «Ключом» вполне самопроизвольно, без совершения каких-то особенных экзотических психофизических упражнений, поз-

Онтогенез повторяет филогенез. В нас представлены все слои истории культуры.



Культурные слои человека как спектра

САХАС-РАРА

Выход к самопричинности, холизм, экологизм, трансперсонализм, управление своим развитием. **ИНТУИЦИЯ.**

АДЖНА

Рациональный разум, здоровый прагматизм, научно-технический прогресс, компьютеры, интеллектуализация, расчет, число. **РАЗУМ.**

ВИШУ-ДХА

Развитие коммуникаций, рост письменности, литературы, театра, политики, науки, юриспруденции, стремление согласовать картины мира. **ОБЩЕНИЕ.**

АНА-ХАТА

Чувства, переживания, драмы, романтизм и сентиментализм, волнения души, мистицизм. **ЧУВСТВА.**

МАНИ-ПУРА

Выстраивание сложных иерархий, продуманное распределение богатств, поиски стабильности, расцвет изысканных наслаждений. **АГРЕССИЯ.**

СВАДХИ-СТХАНА

Озабоченность наследованием, борьба с инцестом, обуздание насилия, регулирование близкородственных отношений, институт брака, оргиастические культы. **РОСТ.**

МУЛАД-ХАРА

Примитивное выживание, дети матери Земли, общинно-стадное существование, зообитие. **ВИТАЛЬНОСТЬ.**

ЧАКРЫ

МАНИПУЛЯТОР

Безбожие, пессимизм, недоверие себе

САХАС-РАРА

Насилие, хитрость, подозрительность

АДЖНА

Ложь, фальшь, мошенничество

ВИШУ-ДХА

Любовь как маневр, потребностная любовь

АНА-ХАТА

Борьба за контроль

МАНИ-ПУРА

Алчность, захват, борьба за удержание

СВАДХИ-СТХАНА

Битва за выживание

МУЛАД-ХАРА

АКТУАЛИЗАТОР

Оптимизм, надежда, интуитивное вдохновение

Опора на рациональный баланс интересов

Честность, искренность, выразительность

Любовь как фундаментальное состояние излучения, одаривание, щедрость

Внутренняя свобода, раскрепощенность

Полнота жизни, интерес к происходящему

Уверенность в самобытии, дар гарантии безопасности

воляет плотнее включаться в целостность живого мира, лучше его понимать, в то же время переставая от него зависеть и становясь все более автономнее.

Дыхание радужными потоками, автоматически углубляющееся с помощью созерцания анимаций «Ключа», просветляет глаза, кожу и дыхание — все становится красивее, грациознее, согласованнее. Это и не удивительно — ведь «Ключ» помог нам накормить собственное радужное тело, провентилировать свои энергоцентры и раскрасить всеми цветами радуги потускневшую в городских шумах и бытовой пыли живоносную ауру.

Часть V

СОУЧАСТИЕ В БУДУЩЕМ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА

Глава тринадцатая «ОТКРОВЕНИЯ ЭПОХИ ВОДОЛЕЯ»

Счастье как естественное состояние

Многие люди, стремясь к счастью, нередко испытывают странное неудобство в связи с этим стремлением. Почему-то им кажется, что их стремление либо незаконно, либо неоправданно, либо вовсе не осуществимо. Родители и педагоги, окружающие и пропагандисты на протяжении всей жизни обманывали людей призраком, миражем близкого счастья, от чего у многих остался горький осадок в душе, выражаемый примерно так: «Счастья вообще не существует. Даже если оно существует, оно недостижимо. Даже если оно и достижимо, то, во всяком случае, не мною лично».

Люди безмерно заблуждаются, воспринимая счастье как нечто лежащее за пределами их собственной жизни. На самом деле каждому и каждой счастье назначено. Недоверие же к собственным силам препятствует его обретению любым по своему собственному желанию.

Счастье — это естественный результат целенаправленных усилий человека, стремящегося к полноте самореализации.

Счастье — не миф, а закономерный плод мудрой жизни. Но какой она должна быть, эта мудрая жизнь?

Сочастие, интегрированность, целостность, симфонизм, пропорциональность, полифония, многоцветность, спектральность, дао, плерома. Счастье есть состояние наивысшей жизненности, максимальной интегрированности, завершенной целостности, совершающей свой развитие в равновесии и согла-

сованности всех частей и элементов, слагающих жизненный мир конкретного человека.

Для того, чтобы встретиться со своим счастьем, мало обеспечить себе переживание некоторых удовольствий или выполнить одну-другую заветную мечту (для кого-то — стать президентом, для кого-то — написать 1000 живописных полотен).

*Переживание счастья становится возможным
лишь в овладении человеком мастерства
в осознанном управлении собственным развитием.*

Необходимо получить доступ ко всем без исключения ресурсам собственной психики и своего организма. Необходимо примириться со всем своим прошлым опытом, тем самым, получая его в собственное произвольное распоряжение. Необходимо исполнить свой долг по отношению к каждому потенциалу, живущему в собственной душе, — раскрыть все способности и согласованно их реализовать.

Скажете, такая полнота самопроявления фантастична. Ничуть! Просто никто не учит людей становиться хозяевами собственной судьбы. Никто не обучает прикладной науке счастья. Никто не заботится о том, чтобы с младых ногтей они встали на победоносный путь обретения собственной целостности, тем самым становясь служителями красоты и провозвестниками самореализации как высшего смысла личного бытия.

Счастье — в свободе, свободной от любых стеснений и ограничений, кроме тех, что добровольно принимаются самым человеком в трезвом уме и твердой памяти. Счастье — в исполнении множества малых и больших «хорошо», совокупность которых рождает экстатическое переживание собственной законности и собственной целостности.

Каждый человек прекрасно знает, что такое «хорошо» для него самого, и даже знает, каким образом он может последовательно и целенаправленно реализовать все эти «хорошо». Просто вокруг все так настроены против его «хорошо» и так препятствуют ему в осуществлении этих «хорошо», что он сам привыкает стоять у себя на пути и добровольно отказывается от мыслей о достижении счастья, утрачивая доверие к собственным силам.

Следует просто почаще думать о том счастье, которое создается нами на каждом шагу. Стремление к действительному счастью является главным субъективным ориентиром жизни любого человеческого существа. Счастье присутствует в нашем внутреннем мире как важнейший целеуказатель, направляясь к которому, мы по пути исполняем свой долг перед собственной внутренней природой и одариваем окружающих плодами раскрытых нами способностей и даров. Нужно почаще трудиться разумом, представляя себе это самое счастье, размышляя о нем и собирая свидетельства достигших счастья относительно того, чего следует придерживаться на пути к вершине жизненности, а чего — старательно избегать.

Не следует мистифицировать счастье, относя его в область фантазий или детских сказок. Счастье нужно конструировать вполне осознанно, последовательно и целенаправленно, подобно тому, как прокладывают канал в пустыне или строят дом для детей и внуков. Достижение счастья является для каждого из людей главным проектом всей жизни, главным делом личной судьбы, главным центральным смыслом всего индивидуального существования.

Без обретения полноты счастья человек остается недосказанным, недоделанным, недосиявшим.

Счастье — это воцарившиеся по праву Красота, Уравновешенность И Гармония. Какими бы напряженными усилиями ни выстраивалось счастье, само по себе оно всегда переживается как абсолютное расслабление, как слияние с космическим потоком живого бытия, как предоставление всего себя мудрости движущих сил вселенной. Лишь научившийся созидать и выстраивать человек может по достоинству оценить творческую мудрость природы и научиться не мешать действию природных законов развития существования.

*Мудрая жизнь — это жизнь под эгидой стремления к счастью.
Мудрая жизнь — это жизнь, преисполненная доверием к самому себе и пониманием драгоценности всех своих «хочется».*

Мудрая жизнь полна уважения к законам, насыщена восхищением естественностью и никогда не отказывается от стремления к тому, что робким и унылым кажется недостижимым. Мудрая жизнь развивается под девизом — «Человек становится»

ся человеком лишь тогда, когда он приступает к деланию того, что ему действительно нравится, т.е. становится хозяином собственного существования». Мудрость есть доверие самой жизни, а мудрая жизнь — это жизнь, развивающаяся при полном доверии, оказываемом движению всего происходящего.

Долгожданная панацея

Вековая жажда панацеи, изначальное томление по обладанию эликсиром молодости, мечтания об амрите, нектаре и амброзии, как оказалось, вовсе не пустые фантазии, а предчувствования, так сказать, интуиция реального.

Высокий иммунитет, основательно поддерживаемый на приемлемом уровне, является надежной защитой от любых внешних агрессий и инфекционных интервенций, более успешной, чем любые спектры специфических лекарств и новомодных антибиотиков. В иммунитете как системе общей неспецифической защиты имеется некое причинно-функциональное ядро, без гармонии и силы которого не интегрируется, а значит, не бывает эффективной вся система клеточного и не клеточного иммунитета.

Речь идет о **психоиммунитете**, достигаемом за счет особо гармоничного привычного психоэмоционального состояния. Благодаря которому торжествует поразительно эффективный механизм «внутренней аптеки», вырабатывающей на преодоление любой проникшей в организм заразы адекватное лекарство.

Мы уже говорили, что **гармонические модулы** первичны для живых систем. Сама по себе организационная пропорция живых организмов резонансно подпитывается красотой и гармонией как восстанавливающими лекарствами, помогающими преодолеть последствия любого нарушения и в противовес частично одолевшему хаосу восстановить прежние жизнеспособность, порядок и силу.

Гармонический модуль оказывается эффективным в своей поддержке живого благодаря резонансно-волновому единству генетической голограммы организма, использующейся репарационными (восстанавливающими жизнеспособность) механизмами в качестве идеального образца состояния конкретного организма.

В процессе поддержания и усиления потенциала жизнеспособности труд души, т.е. осознанная работа над собой, сознательное управление развитием собственных состояний вовсе не отменяется, а наоборот, ставится во главу угла. Без внешней помощи работу по самовосстановлению провести нелегко, а из всех видов помощи самой естественной, безвредной и прямой оказывается помощь сенсорными потоками, генерируемыми в пределах предпочитаемого круга впечатлений.

Нарастающее ухудшение экологического баланса окружения сегодня прямо-таки настоятельно требует повсеместного распространения «Ключа» как одного из главных средств восстановления баланса жизнеспособности организма, испытывающего на себе разрушительное давление экологического загрязнения и других деструктивных факторов. Если всевозможные водяные фильтры и прочие технологические ухищрения не позволяют различного рода «вредностям» дойти до организма (пассивная защита), то «Ключ» ориентирован на усиленное восстановление жизнеспособности, т.е. помогает осуществлять активную защиту. Она реализуется на основе безвредной мобилизации внутренних организационных ресурсов, в частности, на основе структурного тиражирования резонансного потенциала исходной генетической голограммы, содержащейся во всех клетках тела.

Благодаря регулярной работе с «Ключом» иммунитет становится сам собой не просто достаточным, но именно сильным, так как сама по себе гармонизация психоэмоционального состояния приводит к укреплению психологической составляющей иммунитета, что самым лучшим образом отражается на общей эффективности деятельности систем неспецифической защиты организма от нарушающих его целостность внешних агрессий.

Само по себе удовольствие как проявление бережного и уважительного отношения человека к потребностям своей собственной индивидуальной природы, является ценнейшим условием поддержания и развития иммунитета.

Красота представляет для человеческого организма особую адаптационную ценность.

Именно проявление уважения к собственным желаниям и потребностям, в том числе и выражаемым в сенсорных пред-

почтениях, позволяет развить собственные силы организма, тем самым, получая доступ к полному осознанному контролю за выработкой самых прекрасных лекарств из всех известных истории — лекарств внутренних.

Возможность любых состояний

Любое текущее состояние является перекрестком. Из любого момента своего настоящего человек в силах отправиться в перпендикулярно развертывающееся **возможностное бытие**, в котором он оказывается вправе переключиться в те новые режимы функционирования, которые рассматриваются им как наиболее целесообразные.

Наше собственное будущее, как и совокупное будущее человечества, всегда многовариантно, поливалентно, многовозможностно.

Просто наше игнорирование возможности использования дара сознательного **аутодизайна** и повсеместный отказ от активного созидания жизни как творческого проекта заставляют людские массы катиться по линии наименьшего сопротивления, на которой обычно происходит банальное воспроизводство глупостей и накопление преступных ошибок, со временем складывающихся в невообразимо масштабные общечеловеческие проблемы.

Подобно тому, как психика каждого человека нуждается в регулярной (ежедневной и еженедельной) «уборке», так и общественное сознание время от времени нуждается в радикальном очищении и оздоровлении.

Извне воспитать людей в принципе невозможно, если не заниматься грубой дрессировкой. Остается уповать на мощь **арт-технологий**, распространение которых включит ресурсы творческого самосозидания в самих людях. Это через некоторое время неизбежно приведет к исправлению пути развития планетарного человечества, к восстановлению творческой власти человека над его собственной природой.

Осознание является главным фактором управления любыми переменами.

От обреченности фиксированного представления о конституциональных свойствах и привычных возможностях как нем

ВОЗМОЖНОСТНЫЕ СОСТОЯНИЯ



долимой данности необходимо перейти к динамическому, неточному мировоззрению, основанному на представлении об изменяемости всего того, что становится предметом осознанного желания.

Возможно, со временем разовьется такая наука, как Учение Об Управлении Переменами, в которой кибернетики и синергетики, физики и математики, биологи и социологи сойдутся вместе для объединения сведений о контроле над переменами, накопленными в каждом из отдельных каждой дисциплины. Возможно, это будет самый ценный междисциплинарный научно-практический синтез, так как его результатами можно будет практически воспользоваться для перемены положения дел к лучшему.

Уже сейчас менеджеры и социологи, политологи и историки усердно изучают варианты всевозможных перемен и трансформаций, происходящих в больших развивающихся системах. Динамическое умонастроение, открытое самой возможностью любых желательных перемен позволяет надеяться на восприимчивость наиболее активных и заинтересованных в собственном развитии личностей к новым знаниям о переменных.

Человек психологически не только должен быть всегда бдительным к любым возможным изменениям, но и сам постоянно занят активным поиском новых возможностей измениться, улучшиться, трансформироваться к тому виду, который лично ему милее остальных.

Распространение «Ключа» окажется революционным фактором радикальных обновлений в жизни человечества. Огромное количество страданий и несчастий конкретных людей связано с их собственной психикой, с ее несовершенством, с функционированием суеверий и застойных патологических стереотипов.

Суициды, семейные скандалы, конфликты на службе, разлады между родителями и детьми, отсутствие способности обучаться и дисциплинироваться, неумение получать радости от ситуаций жизни, психосоматические заболевания и творческая неэффективность — все это может быть поставлено под контроль, причем усилиями не кого-то постороннего, но именно самого человека.

«Ключ» предоставляет занимающимся не только могущественное средство доступа к их собственной глубинной психике, но и приятные радующие цветные энергии, которые помогают

КАРТА СОЗНАНИЯ

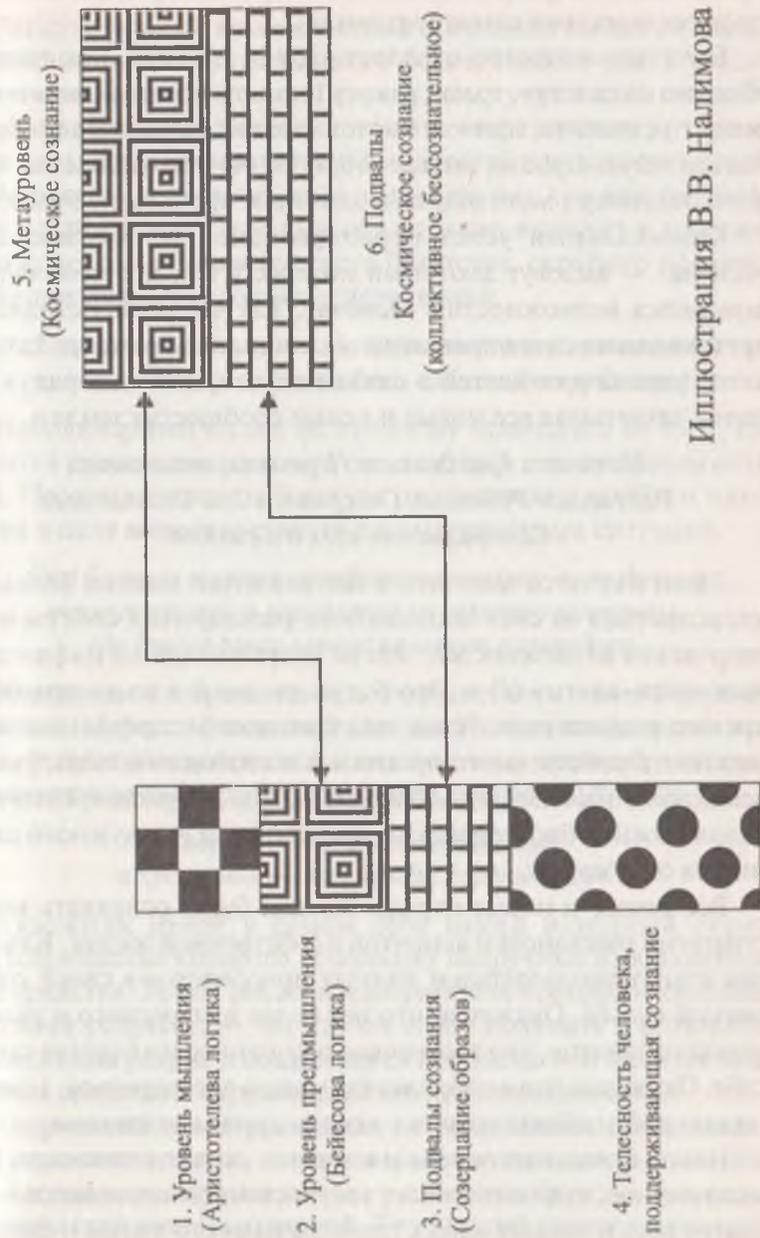


Иллюстрация В.В. Налимова

преодолевать барьер действия и за короткое время становятся профессионалами самоуправления.

Если человечество страдает «горем от ума», как говорят «больно на голову», то как раз эту головную боль «Ключ» и пожелает устранить, причем за счет занятий самих людей. Заниматься легко, просто, интересно, полезно и на удивление приятно, поэтому с мотивацией к занятиям проблем не будет.

Колоссальный успех первопроходцев — пользователей «Ключа» — вызовут законный интерес у тех, кто поначалу не доверился возможностям «Ключа». Так что распространение арттехнологии самоуправления — лишь дело времени: катализатор успеха разойдется в любом случае, подобно радужной волне захватывая все новые и новые сообщества землян.

*Начнется Грандиозная Перемена, называемая
Радужным Рубежом. Откроется Эра Осознанного
Саморазвития всех и каждого.*

Люди научатся мыслить в направлении поиска большего удовольствия за счет осознанного расширения собственных творческих возможностей. Это не будут пассивные инфантильные «дети-цветы» 60-х. Это будут зрелые и в то же время некрепенно радующиеся люди, осязающие беспредельные возможности собственного организма и свободно использующие все дарованные им самим бытием шансы для расширения пределов своей добротворческой жизненности и радужного влияния на окружение.

Все новые и новые отряды землян будут осваивать новые стратегии расстановки акцентов в собственной жизни. Каждый сам станет законодателем личных приоритетов в своей собственной судьбе. Окажется, что нет более интересного и увлекательного занятия, чем творческое осознанное изменение самого себя. Окажется, что с собой всегда можно договориться, а значит можно найти общий язык и с любым другим человеком.

Новое отношение к себе и к миру — оптимистическое, волюнтаристическое, художественное, творческое, созидательное — захватит всех и сделает жизнь планеты намного краше и фееричнее той, какую только можно сегодня себе представить.

Пластичность любых ситуаций

Действительный **возможностный** потенциал любых ситуаций неизменно оказывается намного богаче любого сколь угодно проницательного видения. Главное, чему учит жизнь осознанно развивающегося человека, так это скептическому отношению к усмотрению ограничений, слабостей и недопустимостей.

Априорно всякое видение недостаточно, так как дальнейшее исследование ситуации обязательно выводит к пониманию колоссального творческого богатства, скрытого во внешне неприглядных условиях действия.

Творческое видение всегда альтернативно привычной интерпретации наблюдаемых событий и предметов.

Неординарный взгляд на проблему отличается от того, как видится происходящее всем в соответствии с их прошлым опытом. Поэтому творческий ракурс рассмотрения проблем находится в поле **возможности** рассматриваемых ситуаций.

Чем более активен и созидателен творец, тем больше возможностей и вариантов он усматривает там, где другие вовсе ничего не могут разглядеть.

Искусным изобретателям и открывателям нового хорошо известен эффект «последней капли». Иногда самая малая мелочь, будучи рассмотренной или по-новому понятой, тотально изменяет всю наблюдаемую картину проблемного поля.

*Творец — это всегда художник,
а художник — это всегда наблюдатель.*

Художник имеет в самом себе некий исходный образ, для воплощения которого использует подручные изобразительные средства. Точно так же и изобретатель прекрасно осознает искомый результат — то, что он хочет получить в результате приложения разума к создавшейся проблеме — и находит подручные средства в окружающей его действительности.

Творческий человек никогда не соглашается с вынужденной ограниченностью, навязываемой ему привычным видением, пассивно воспринимаемым в качестве объективных недостаточностей самой ситуацией. Творческий человек знает, что само по себе возникновение вопроса гарантирует существова-

ние ответа, ибо в вопросах и ответа проявляется глубинный импульс всего к саморазвитию. Безответных вопросов не бывает, а потому нечего мистифицировать проблемы — нужно их просто разрешать!

Активно творческий человек прислушивается к ситуации, диалогизирует с нею, уважает ее целостность, но никогда не плывет вслед за нею. Его активность проявляется в том, что образ цели, сохраняемый в его сознании, является реальностью гораздо более значимой, живой и мощной, чем любые внешние условия. Поэтому творец всегда имеет в виду весь спектр своих собственных интересов и вдохновенно творит, не обращая внимание на «объективные» запреты и «естественные» ограничения, в форме которых проявляются заблуждения, страхи и неопытность, вместе составляющие заразу невежества.

Мир развивается людьми, точнее, потоком их изобретений, нововведений и исследований. Человек является активнейшим формирующим фактором жизни, а потому свою творческую миссию ему надлежит выполнять мужественно и настойчиво, не пытаясь оправдать неловкость мышления внешними преградами. Настоящий творец никогда не сдается в поисках выхода, ибо знает — безвыходных ситуаций в природе не существует!

Год за годом в ходе овладения творческим потенциалом собственной психики с помощью «Ключа» изобретатель накапливает позитивный опыт спехов, делающий его уверенностью в собственных силах почти магической, а интуитивный разум — почти всемогущим.

Каждая новая победа приносит дополнительную уверенность в силе творчества и пластичность любого материала.

Решительный интеллект помогает привлекать к разрешению любых проблем любые требуемые ресурсы, если исследователь не сдается и не соглашается отказываться от поиска окончательного решения. Сами ситуации научают творцов великому правилу симметричности любой проблемы: где вход, там и выход, т.е. если возникает вопрос, то всегда имеет смысл искать ответ, так как он неразрывно связан с самим вопросом и является результатом некоего топологического преобразования смыслового содержания самого вопроса.

Полная власть над автоматизмами

Сознанию надлежит предоставить абсолютную возможность вмешиваться во все то, что происходит в организме и психике — с тем, чтобы осознанным усилием помочь силам самоорганизации вывести развивающийся организм к большей степени гармонии и интеграции. Конечно, целиком и полностью непрерывно осознавать все происходящее в нас и невозможно, да по сути дела и незачем. Нет смысла во взваливании на себя такого непосильного и удручающего груза.

Доступ к любым нуждающимся в корректировке и исправлении программам собственного психобиологического компьютера должен быть полным. Именно это и обеспечивает **арттехнологический психопроцессор**. Именно сам человек вправе принимать решения об осуществлении и реализовывать все рассматриваемые им как необходимые корректировки и переформирования.

Это очень приятно и важно: совершенно точно знать, что в любую минуту в случае возникновения необходимости ты можешь получить доступ к изменению своих собственных внутриорганизменных программ и изменить в самом себе любой элемент, по тем или иным причинам не устраивающий тебя. При развитии такого рода свободной **психокультуры** сами собой исчезнут спекуляции по поводу «рока», «кармы» и «провидения».

Человек поймет, что свою судьбу он действительно творит собственными усилиями и по своему личному проекту, подобно тому, как он строит дом, шьет одежду или выстраивает отношения с другими людьми.

После овладения управлением изменениями собственной психики дойдет черед и до вмешательства в пластику тела, а дальше — кто знает, не отправятся ли виртуозы странствий по собственным и сопредельным психическим пространствам за обретением осознанного контроля над пространством и временем, легенд об управлении каковыми, скажем в той же Индии, хоть отбавляй. Так человек может собственными усилиями заработать право на овладение пространствами не только планеты, но и дальнего космоса, опираясь на собственные природные потенциалы и силу развитого до замечательной степени сознания.

Очень важно понять, что все наши пороки, болезни, зависимо-сти, страдания и несчастья укоренены в нашем же собственном невольном потакании своим же автоматизмам. Полезные автоматизмы работают на нас, успешно поддерживая наше счастливое бытие. Неудачные автоматизмы разрушают наше счастье, однако без особого труда с помощью «Ключа» они могут быть перепрограммированы из деформированных в гармоничные и эффективные. Это вернет людям их экзистенциальное достоинство и имманентно присущие каждому ощущение собственной доброкачественности.

Пожалуй, это приключение познания окажется увлекательнее археологических изысканий и экспериментов в области ядерной физики — шаг за шагом вместе с расширяющимся знанием отвоевывать принадлежащее нам пространство личной свободы и произвольного творчества. Что может быть интереснее раскрашивания собственной жизни и аранжировки собственного организма!

Иммунитет против психических вирусов

Самым большим удовольствием на свете, испытываемом человеком, является удовольствие абсолютно свободно, совершенно независимо и предельно самостоятельно принимать любые решения за самого себя.

В принятии правильных решений, ведущих к совершению эффективных действий и, как следствие, к удовлетворению наших потребностей, нет ничего мистически сложного или фантастически трудного. Необходимо вооружиться полнотой личной свободы, отринуть все спешки и навязчивости, рационально оценить все «за» и «против», обстоятельно посоветоваться с собственной интуицией относительно возможных предположений о характере последствий — и выбрать то лучшее, что имеется в доступ на настоящий момент, не упуская из виду далекой перспективы развития собственных интересов. Это касается не только каких-то грандиозных судьбоносных решений, но и так называемых решений фоновых — чему верить, а чему — нет, на что и как именно реагировать, чем заниматься и куда устремляться в своих действиях.

Занятия с «Ключом» помогают быстро и уверенно выстроить надежную защиту от иррациональных заражений современными суевериями, страхами и иллюзиями, которые специалисты в области меметики нередко называют «психическими вирусами».

*Человек сам обязан отвечать за целостность
и проработанность картины своего мировоззрения.*

Если он что-то недопонял, недоглядел, недоразумел, негативный опыт (неудача) помогает ему исправить те участки картины мира, неясность которых ввела его в заблуждение. Если же что-то получилось превосходно, и решение было принято верное, это укрепляет отвечающие за этот успех установки, ориентации и убеждения, и позволяет более активно их использовать при возникновении сходных проблемных ситуаций.

Благодаря «Ключу» человек получает возможность открыть все потаенные уголки собственной полусознательности, так как иначе ведущей к стереотипности реагирования и автоматизму поступков, т.е. к своего рода «роботности». В работе с «Ключом» легко развиваются и глубоко укореняются навыки трезвого бдительного самоконтроля и четкого отслеживания всех своих восприятий, впечатлений, мнений и основывающихся на них решений, ведущих ко вполне определенным последствиям.

За счет поэтапных пояснений и углублений ткани психического «Ключ» позволяет непосредственно реализовывать пресловутое расширение сознания. Под последним подразумевается развитие собственной управляемой сознательности в направлении овладения контролем над самым разными участками и областями собственной жизни.

Сознание приучается играть роль эффективного администратора, эдакого «оперуполномоченного», который в любой проблемной ситуации наведет порядок и разберется в вызвавших неприятную ситуацию причинах — устранил их, чтобы ошибки в будущем более не повторялись. Роль сознания в этом случае напоминает роль порученца по особо важным делам, без которого мы обречены повторять уже имевший место опыт ошибок, так как не удосуживаемся изменить в самих себе все то, что привело нас уже в свое время к совершению ошибки.

Сознание — это наш собственный продюсер; антрепренер наших возможностей; распорядитель и дирижер; менеджер коллектива субличностей; каждая из которых представляет собой хорошо отрепетированный стереотип поведения.

Подлинный иммунитет против заражения всякого рода автоматическими «бессознательностями» заключается не в слепом отрицании всего и вся, а в умении провести опытную проверку любой из рассматриваемых к принятию гипотез, и отказаться от тех из них, которые окажутся на поверку непродуктивными, мешающими, ограничивающими наши возможности жить счастливо.

Учреждение такого рода службы сознательной безопасности заодно поможет отказаться от участия в тиражировании, распространении и воспроизводстве всевозможных глупостей, ошибок и страхов, которые так отравляют всем нам повседневную жизнь, отнимая драгоценные силы, внимание и время. Нужно осознать, что предполагаемая к использованию информация является незаконной, преступной, опасной, заражающей, разрушительной, опустошающей, неэффективной — и отказать от ее неосознаваемого приема, тем самым на себе прерывая болезнетворный «поток глупости».

Потенциал одаренности человека

Даже самые удачливые в раскрытии собственных дарований люди не представляют себе, насколько действительно талантливы каждый. Дело в том, что на протяжении человеческой истории никто не удосуживался осуществить масштабный эксперимент, направленный на исследование условий и методов действительно полного раскрытия глубинного творческого потенциала человека. творческое становление личности практически всегда пускалось на самотек, осуществлялось невежественно и непродуманно, в результате чего реализация возможностей в лучшем случае приближалась к единичным процентам от максимально возможного.

Арттехнологический психопроцессор «Ключ» является как раз тем инструментом, с помощью которого все желающие смогут стать участниками грандиозного эксперимента под названием «Счастливый гений!». Причем счастливым гением следует именно *стать*, т.е. состояния этого надлежит достигнуть само

му, за счет своих собственных усилий, а не в результате каких бы то ни было специальных психотехнических манипуляций, производимых извне другими людьми.

Для того чтобы реализовать заложенный в самом себе поразительно масштабный и спектрально разнообразный потенциал, необходимо глубоко усвоить несколько априорных допущений, в ценности и достоверности которых можно будет убедиться в результате первых же успешных опытов использования возможностей «Ключа». Принципы эти вовсе не результат досужих домыслов, а выводы, сделанные из сотен опытов отдельных индивидуумов, осознанно, системно и целенаправленно трудившихся над сознательным управлением саморазвитием.

Вот эти принципы, максимы и положения:

1. Тело представляет собой материал, определенный узор мозаики, легко модифицируемую и перестраиваемую платформу для раскрытия психических даров. Тело изменять не только можно, но и необходимо, причем не столько на уровне мышечного корсета, сколько в тончайших нейроанатомических нюансах.
2. Более тонкие и более сложные способности вырастают на основе реализации и освоения более простых и более грубых способностей (полная аналогия с очередностью удовлетворения потребностей — сначала удовлетворяются самые фундаментальные, затем — утонченные и высокие).
3. Самоконтроль просто должен быть применен, без пустого обсуждения невозможности его реализации, служащей оправданием вечных откладываний на потом опытов самодисциплинирования.
4. Никакая самодисциплина не является ограничением и сужением возможностей собственной природы. Напротив, любое достижение делает нас свободнее, счастливее, **возможностнее**, радостнее и удовлетвореннее.
5. Никто лучше нас не знает наших глубинных ресурсов, которые проявляются в желании освоить ту или иную сторону своей натуры. Само по себе желание развить какую-то способность является достаточным основанием для реализации такового. Аналогично и с пожеланиями — любые хотения проявляют разные стороны нашей натуры, целостной и за-

- служивающей уважения как имеющая право на существование без оговорок и стеснений.
6. Творчество возможно и необходимо всегда и везде, при любых условиях и в любых ситуациях, просто нужно быть откровенным «самоделкиным» и не считать осуществление чего-либо из пожелавшегося невозможным.
 7. Привлечение опыта извне — естественное право каждого, как и возможность все большего и большего раскрытия в самом себе глубинных талантов и скрытых источников творческих сил.

Человек обязан уважать таящиеся в нем самом богатства.

Творчески интенсивная жизнь — не только интересная и полезная, но и приятная. Свобода даруется тому, кто поверил в свои возможности и захотел сотворить себя сам в самом чистом на есть прямом смысле.

Независимый, т.е. автономно творящий себя сам, человек и счастлив, и целен, и целителен. Он опасен лишь тем, кто не желает отказываться от собственных слабостей и привычно мыслит о возможностях как угрозах и опасностях.

Человек настолько глубоко связан со всем Мирозданием, что просто не имеет права предавать собственной возможности. Человек — фокус мириадов нитей связи с самыми отдаленными уголками и существами. Такая живая сетевая включенность каждого из нас в Мироздание накладывает и совершенно особенную ответственность — ответственность за сотворение самих себя действительно счастливыми.

Как приспособить действительность к себе?

Внешний мир удивительно пластичен и податлив творческим влияниям. Однако, наряду с этой волшебной гибкостью, он обладает тенденцией к спонтанной самоорганизации. Поэтому любые сознательно вносимые изменения оказываются надежными и устойчивыми лишь тогда, когда они хорошо продумываются и тщательно формируются в соответствии с преследуемыми целями трансформации.

Самоорганизационная целостность контекста окружающей жизни ответственна за поддержание цельности предметов и

ществ, их связей и отношений. Поэтому, как то ни покажется странным, всегда следует проводить любые предпринимаемые изменения только вдоль символической «линии наименьшего сопротивления».

Все мы знаем, как охотно котят подставляют то одни участки своего ласкового тела, то другие, когда кто-то принимается их поглаживать. Это легко объясняется тем, что массаж отдельных областей тела приятен потому, что полезен (усиливается кровообращение, возрастает нервная импульсация, активируется обмен веществ в тканях, подвергающихся механическому раздражению). Примерно таков же подход к улучшению жизни и совершенствованию психики.

Наиболее наблюдательные люди издревле заметили, что реальность изменяется сама, а если каких-то изменений целостный мир ожидает от человека, то этот мир сам «подставляет» бочок, как бы предлагая изменять тот или иной фрагмент действительности.

Изменять следует то, необходимость изменения чего уже нагрела сама собой — там где скапливается наибольшее напряжение, там где ощущение дискомфорта наибольшее, там где изменение желается, там сами собой создаются наиболее благоприятные условия для того, чтобы малыми влияниями достичь наибольшего успеха, при этом не нарушив равновесия целого.

Любые перемены в процессе сознательной саморегуляции предусматривают активно творческую роль сознания. Это связано с тем, что именно сознание имеет доступ к масштабным видениям ситуации, именно сознание способно целенаправленно организовать поток настойчивой воли, и именно сознание может воспользоваться аккумулированным как самим человеком, так и другими людьми опытом преобразований.

Активность сознательного самовлияния вовсе не подразумевает жесткое отношение человека к себе. Нечуткость к сигналам обратной связи, свидетельствующим о характере вызываемых самовлиянием изменений, и вовсе не оправдывает насилие в отношении своих же собственных **психопрограмм**, пренебрежительно именуемых привычками и автоматизмами.

Очень важно отыскать оптимальную стратегию самопреобразования и наметить действительно важные приоритеты внимания. Но все же нельзя забывать о том, что право на первооче-

редное изменение принадлежит «подставляющимся» областям происходящего, которые и лежат на «линии наименьшего сопротивления».

Самопреобразование нередко связывается с представлением о жесткой самодисциплине, о каких-то суровых методах и неприятных переживаниях. На самом же деле ощущения, переживаемые в результате удачной трансформации правильно и избранного фрагмента бытия скорее напоминают состояние приятной сытости после долгожданного обеда или чувство облегчения, которое мы испытываем, освободившись от давнего и не малого отягощения.

В мире все организовано в соответствии с функциональной ценностью различных элементов — и не так уж безнадежно неправильно, как то может порой показаться при беглом взгляде на действительность.

В мире практически все позитивно и функционально оправдано, а вот наши собственные видения и понимания порой серьезно искажены тяготящими нас самих переживаниями и ассоциациями. Поэтому перед тем, как пытаться на корню преобразовать реальность, в том числе и реальность собственной психики. Следует не один раз подумать о том, насколько верно мы понимаем то, что спешим поскорее трансформировать.

В данном случае более чем уместным оказывается правило «Семь раз отмерь — один раз отрежь». Конечно, любые изменения самого себя в случае необходимости могут быть преодолены — восстановить status quo не так уж сложно. Но все же проще и выгоднее лишний раз поразмыслить, чем предпринимать преобразование без особой на то необходимости.

Как мир в целом, так и наша собственная психика всегда открыты для преобразований, рады возможности их улучшить, но только в том случае, если наши собственные преобразующие усилия сонаправлены и согласованы с тенденциями саморазвития тех самых систем, за изменение которых мы беремся.

Наши усилия должны быть дипломатичными, вежливыми и грамотными.

Существует своя этика в обращении даже с собственной психикой, раз уж мы беремся противопоставлять себя (как ак-

тивно сознательного субъекта) тем программам, которые мы рассматриваем как материал для преобразований.

При таком подходе, при понимании согласия реальности на улучшение, при учете правила линии наименьшего сопротивления любой опыт успеха ложится в основание убежденности в раскрываемости любых необходимых внутренних ресурсов, а любая неудача служит плодотворному изучению поведения развивающегося мира и совершенствованию приемов влияния на него.

Нет оснований откладывать преобразующие действия из опасения совершить ошибку. Все преобразования фактически являются обратимыми, все ошибки психического **саморедактирования** легко исправляются, все коррективы вносятся тотчас же по обнаружении нежелательных последствий, к которым они привели. Но сам опыт активного трансформационного труда бесценен, ибо открывает совершенно новую страницу в летописи взаимоотношений человека с его собственным психическим миром.

Глава четырнадцатая «НА ПУТИ К НОВОЙ ЦИВИЛИЗАЦИИ»

Возможно ли что-либо проще и эффективнее?

Если и возможно, то это нечто не так уж легко себе представить. Ведь в «Ключе» используется моделируемое компьютером по результатам самотестирования индивидуума прямое информационное влияние непосредственно на динамику мозговых импульсаций. «Ключ» организует прямое чувственное управление сигналами в самом мозгу, причем осуществляется это самым естественным из возможных путей — через каналы органов чувств на основании выбора предпочитаемых, т.е. субъективно приемлемых и нравящихся ощущений.

Тем, кто имеет некоторый опыт психотехнической работы с янтрами, мандалами или другими психоактивными символами известно, что абстрактная (супрематическая)

анимация, да еще создаваемая самим человеком для себя, оказывает глубочайшее влияние на динамику бессознательного и программирует психические структуры очень глубоко и прочно.

Главное условие достижения максимума эффективности в работе с «Ключом» — добросовестность самого занимающегося.

Это означает, что он должен обращаться к психопроцессору регулярно, заниматься с его программами усердно и ответственно подходить и к самотестированию, и к составлению анимационно-суггестивных паттернов. Как отнесется к самопрограммированию сам индивидуум, таковым это программирование и окажется. Почти как в строчке из песенки: «Как вы лодку назовете, так она и поплывет».

Следует учесть, что мозговое программное обеспечение (наш личный селф-софт) необходимо развивать и совершенствовать непрестанно и регулярно. Однако развитие идет вполне последовательно, а потому и влияния должны нарастать и углубляться постепенно.

Чем тщательнее выдержана осторожная постепенность в усложнении и усилении самопрограммирования, тем надежнее и гармоничнее результаты самовлияния.

Опять же главным источником проблем и творцом любых результатов оказывается сам занимающийся. *Что посмеет человек, то и пожинает.* Правда, опасаться не стоит: наша природа исконно благонамеренна, организм себе зла не желает, тем более, что любые огрехи легко исправляются прямо по ходу дела. Поэтому никаких опасностей занятия с «Ключом» не сулят, зато предполагаемые выигрыши огромны.

Опыт испытания «Ключа» на самих себе показал группе разработчиков, что освоение **возможностного** состояния — главного психофизиологического результата **самовлияния** — открывает перед занимающимися сколь угодно широкие перспективы самоисследования и самоформирования.

Какими окажутся богатства **возможности** у каждого лично, в значительной степени зависит от него самого — от осо-

бенностей его внутренней одаренности, от его личного мужества и сформированных за годы бездействия амбиций. Тем более богатыми оказываются перспективы развития собственной жизни при объединении результатов работы с «Ключом» с возможностью применения других **проблеморазрешающих** технологий, к примеру, ТРИЗ или НЛП.

Отается только наращивать потенциал тренированности, который в прошлом магами именовался мистическим слогом «мана». Чем тщательнее человек изучит особенности своих индивидуальных предпочтений, чем больше разнообразного опыта целевого самопреобразования он приобретет в использовании «Ключа», чем старательнее он научится погружаться в глубины **возможности**, тем более обучаемым и пластичным станут его тело и разум, тем податливее окажутся условия внешней жизни и окружающие.

Человек действительно получает в свое распоряжение власть над существованием, следуя древним как мир идеям естественности, гармонии и согласованности, но применяя для их реализации наисовременнейшие компьютерные технологии.

Почему ключ совершенно незаменим?

Важно понять, какое значение в развитии сознательной жизни имеет регулярное и тщательное изучение собственных состояний и конструирование паттернов внутренних переживаний. Важно понять, что внешние потоки сигналов, организованные компьютером по нашему собственному рецепту, освобождают нас от необходимости развития волевого представления визуальных образов для того, чтобы мы могли сосредоточиться на расслаблении и углублении восприимчивости.

Анимационная поддержка существенно упрощает процесс **самопрограммирования**, и если нас интересует именно результат внутренних перемен, а не само их осуществление, то мы должны воспринять процессор как безусловную помощь и поддержку. Наконец, без такого рода внешнего **самовлияния** изнутри развиваемые образы в силу ряда непростых причин иногда оказываются неэффективными.

С **психопроцессором** легко, просто и приятно работать. Он удобен и красив, обладает дружелюбным к пользователю интерфейсом и позволяет каждому настроить его панели в соот-

ветствии с собственными пожеланиями. Первая версия анимационного конструктора представляет лишь первый опыт в развитии **арттехнологических** программ, горизонты же совершенствования режимов **самовлияния** просто необъятны.

Если мы действительно желаем радоваться, а не страдать, любить, а не печалиться, творить, а не подневольно вкалывать изо дня в день, то следует усвоить, что без сознательной саморегуляции всего этого не достичь! Если жизнь без саморегуляции не может достойно налаживаться, то без **«Ключа»** сама саморегуляция не будет достаточно тонкой, дифференцированной и эффективной. **Самовлияние** должно быть предельно конкретизировано (к требованиям ситуации) и индивидуализировано (к особенностям человека), а без **«Ключа»** достичь этого не так уж просто, а то и попросту невозможно.

«Ключ» отвечает глубочайшей потребности всякого в творчестве и самоактивности. Для любого из нас естественны авторство и художество, особенно в том, что касается нашей собственной жизни. Творческое, активное, наступательное отношение к любой, даже самой трудной ситуации, поможет выбраться из тех тупиков, которые поначалу рискуют показаться абсолютно безнадежными.

Наконец, **«Ключ»** принципиально полезен и совершенно безвреден, что в наше время напряженной экологической обстановки не так уж маловажно. С ним можно без усталости работать несколько часов в день, если время позволяет, а стоящие перед собой задачи достаточно масштабны и многоплановы.

Со временем неизбежно придется утвердиться в мысли о том, что более естественного, прямого и эффективного средства организации регуляционных **самовлияний** пока еще не изобрели — достигать резонансного согласия цвета, музыки и работы мозга в гармоничном устремлении к лучшему качеству жизни.

Почему «ключ» необходим всем и каждому?

Потому что биологически мы все похожи друг на друга. Наши организмы развиваются по единым законам. Наши органы чувств обращены к общему для всех нас миру. Нам всем присущ инстинкт тяготения к прекрасному, и никто не желает болеть, печалиться и страдать.

Потому что современная цивилизация на наших глазах становится информационной, обрушивая на всех нас лавину нарастающего многообразия, каждодневной новизны и возрастающих скоростей. Мы все оказались в центре раскручивающегося с каждым днем все сильнее «информационного тайфуна», оставаться в пределах которого высокоэффективным можно только с помощью «Ключа».

Потому что применение неестественных средств поддержания здоровья мозга и работоспособности психики (синтетических лекарств, аппаратных стимуляторов, формального внушения) имеет свои пределы. Влияние же на органы чувств потоками сенсорной энергии, воспринимаемыми как желанные, радующие и удовлетворяющие, потенциально безгранично в своей исцеляющей и гармонизирующей силе, способствующей развитию в нас лучшего.

Потому что каждый человек, стремящийся к творческому развитию, профессиональной компетентности и личному счастью, без труда освоит и с удовольствием научится применять «Ключ» как генератор с удовольствием воспринимаемых потоков целебной красоты.

Сценарии новой жизни

Каждому известно, как часто и усердно люди сетуют на недостаточность своих способностей к самоуправлению и жалуется на невозможность сознательно повлиять на свое же собственное поведение. В то же время они умудряются ничего не делать для того, чтобы развить в себе способность к самовлиянию, предпочитая усердию тренировки продолжаться оставаться стоять на собственном же пути. Они чем-то напоминают человека, оказавшегося по собственной невнимательности в гиблой трясине, однако, даже имея в руках прочный трос, не желающего выбираться на твердую почву, зато громогласно вопящего о желании оказаться спасенным.

Ничего удивительного в добровольном отказе от развития самих себя нет. Никто не приучал людей к ответственности за свою собственную жизнь — на протяжении всего их существования ими рулили все, кто только могли, не позволяя им даже прикоснуться к рычагам управления их же собственной жизнью. Вот они и привыкли к отказу от выборов, привыкли к со-

гласию на следование механическим внешним предписаниям вместо того, чтобы сломать барьеры зависимостей и отправиться в увлекательное, пусть даже и рискованное, путешествие по жизни на собственных ногах, куда глаза глядят.

Отрицать собственный творческий потенциал очень удобно — это снимает всякую ответственность за отказ от выбора качества собственной жизни, а потому создает иллюзорную защищенность от возможных обвинений в том, что человек живет именно ту жизнь, которую создал сам. Пока некто отказывается от личного совершения выбора, он остается вправе считать причинами всех своих бед и несчастий сторонние силы — влияния, законы, людей, при этом вправе сам выступать в роли закланного агнца.

Мы не понимаем лишь того, что даже отказ от совершения выбора уже есть вполне определенный выбор, который и приводит нас туда, где мы оказываемся — в болота пассивности, беспомощности, болезней, неприятных переживаний и глубокой неудовлетворенности собственной жизнью. Мы сами избираем безрадостную жизнь, отказавшись от риска создать такое существование, какое бы захотели сами.

Что касается способностей к порождению желаемого будущего, то у каждого из нас их хоть отбавляй, так как любое состояние нами санкционируется как допустимое, а значит, мы все равно проживаем ту жизнь, на которую согласились. Хотя при этом и не понимаем, что в наших стенаниях проклинаям именно то существование, которое сами же собственной деятельностью и избрали.

Пресловутые муки творчества — это, прежде всего, муки выбора, когда сам человек оказывается центральным судьей истинности выбираемого. Проще всего сослаться на мнение авторитета или книжные прописи. Труднее всего совершать выбор, зная, что именно и только от твоего решения зависит то, что будет принято в окончательном варианте и неминуемо подвергнется тестированию практикой.

Муки творчества — это еще и муки неудовлетворенности результатами собственного труда, когда мы подразумеваем, что мало что зависит от нас самих, мы не так остро воспринимаем неудачи и ошибки, как если бы мы знали, что сами являемся полноправными авторами своего бытия.

Идеальных результатов не бывает никогда, а винить в ошибках и просчетах кроме себя некого. Вот многие и отказываются выстраивать собственную жизнь, чтобы не оказаться у разбитого корыта разочарования собственной компетентностью. Они не понимают того, что мастерство жизнотворчества нарастается и возрастает только в процессе реального труда, реальной работы, а значит, без проб и промахов мастерства не обрести, зато какая великая радость — учиться.

Многие на прямой вопрос: «Какой Вам видится Ваша собственная жизнь в отдаленном будущем?» То ли из опасения проектирования личного существования, то ли в силу отсутствия навыка активного воображения, в состоянии описать свое будущее лишь несколькими блеклыми стереотипными фразами.

Особенно выукло это обнаруживается на сеансах групповой психотерапии людей, страдающих глубокими невротами: на предложение разрисовать фломастерами на бумаге картины собственного будущего они избирают самые тусклые оттенки и ограничиваются несколькими штрихами там, где буйная фантазия детей разворачивает целые каскады фантазмагорий и красочных игр.

Если наши внутренние образы своего будущего оказываются такими бедными, сухими да блеклыми, почему мы удивляемся, если таковыми же оказываются и наши действительные будни — серые, пыльные и скучные?

Для того, чтобы выстроить дом чуть посложнее обычного лесного шалаша, необходимо создать подробный, четко прорисованный и обдуманно просчитанный проект. Точно так же и в строительстве завтрашней жизни: человек нуждается в особом внутреннем видении желаемого результата. Он должен всячески развивать и тренировать свое воображение, овладевая способностью фантазировать картины своего грядущего, в соответствии с которыми далее он будет его выстраивать, и с образом которого он будет сверять получаемые промежуточные картины строительства с тем, чтобы скорректировать их в случае надобности, например, при отклонении от избранного пути созидания.

Каждому хочется яркого будущего: нового, неожиданного, интересного, разнообразного, живого, подвижного, удивляю-

щего, оригинального, неповторимого, увлекательного, сильного и здорового. Главная привлекательность любого будущего, ради которой обычно люди мобилизуются на дело его строительства, заключается в его радикальном отличии от унылого и однообразного настоящего.

По натуре человек — творец, в каком-то смысле он творит, протестуя против скуки и бесцветности бытия.

Человеку претит находиться среди монотонного одноцветного окружения и потреблять одни и те же впечатления. Он старается как можно ярче и интереснее раскрасить свое бытие, что и толкает его на творчество — в любой из избранных сфер жизни. Само по себе творчество животворит мир его внутренних переживаний, т.е. оно более красочно, чем прозябание с лени да унылой пассивности. Человек — творец по натуре, ибо ему введома жизнеспособность сотворенного в противоположность застою унылого.

Всегда приятно сотворить что-то свое, личное, новое и радующее.

Многим бы хотелось создать в жизни что-нибудь такое, чем восхищались бы какие-то далекие потомки, которые никогда не узнают нас самих, а мы никогда не встретимся с ними. Но мало кто задумывается над возможностью выстроить собственную жизнь по всем канонам мастерства и наслаждаться ею как художественным шедевром. Создать свою жизнь для себя и для живущих рядом, прекратить бесплодные самооправдания и беспочвенные самообвинения, заставляющие нас продолжать топтаться на месте вместо того, чтобы уверенно и настойчиво обучаться искусству полета над серой обыденностью в радужных просторах возможностей.

Жизнь стоит того, чтобы сыграть ее по-своему, чтобы сделать ее собственным шедевром, чтобы сконструировать существование так, чтобы иметь все основания похвастаться своим творением. Убежден, что нет творчества выше, богаче и интереснее!

Замечательно, что генерируемая «Ключом» многокрасочность помогает каждому творцу собственного бытия регулярно получать радужное питание для того, чтобы после воплощать его в создаваемых поступках, состояниях и творениях. Так что

получается, что «Ключ» является катализатором творчества жизни в самом что ни на есть прямом значении этого волшебного выражения.

Когда можно осваивать потенциал «ключа»?

Чем раньше, тем лучше, так как способность к радованию цветом проявляется уже тогда, когда малыш оказывается в состоянии манипулировать клавиатурой компьютера. Некоторые исследователи детства привычно считают, что в первые годы жизни цветоразличение ребенка является чрезвычайно бедным и ограниченным. Однако последние исследования психофизиологов аргументированно свидетельствуют в пользу того, что все цвета малыши прекрасно различают, как и взрослые люди. Просто малыши не обладают достаточно развитым лексическим запасом формальных цветообозначений для того, чтобы именовать все оттенки и колеры.

Главным условием успешного раннего обучения детей приращению волшебных возможностей «Ключа» оказывается предварительное освоение **арттехнологии** самими родителями. Даже простое подражание вынуждает детей интересоваться расцвечиваемым всеми оттенками радуги монитором, вслед за чем приходит черед поиска сенсорных удовольствий, а затем и попытки самоуправления с помощью **психопроцессорных** программ.

Поначалу малыши обходятся обычным созерцанием **предпочитаемых** ими анимаций, что само по себе удивительно способствует интенсивному развитию нервной системы и организма в целом. Лишь в среднем школьном возрасте имеет смысл преподавать уроки простейшего **самопрограммирования**, особенно если ребенок испытывает потребность в осознанных преобразованиях собственной психической природы.

Интерес детей к «Ключу» всегда рискует угаснуть, если родители не научились извлекать пользу из работы с **артпроцессором**. Многие педагоги вполне обоснованно считают, что сам по себе интерес детей к компьютерным играм и всевозможным телеприставкам не в последнюю очередь связан именно с жадой созерцания разнообразных радужных оттенков. Дети влюблены в яркие чистые цвета!

«Ключ» в семье необходим еще и потому, что все без исключения ее члены, в том числе и подростки, должны иметь доступ к инструменту, позволяющему осуществлять целевое **самопрограммирование** в случае возникновения действительной необходимости в таковой.

Изучение возможностей «Ключа» имеет смысл начинать как можно раньше, так как вреда этот инструмент принести не сможет. Опыт применения его богатейших возможностей накапливается с каждым годом, и использование «Ключа» в период бурного развития юного организма самым благоприятным образом сказывается на результатах формирования творческих способностей и гармоничных особенностей характера.

В любом, даже самом нежном, возрасте умело примененный невербальный тренажер будет безусловно полезен. Когда недостает слов для выражения внутренних переживаний, когда ребенок оказывается перед обескураживающей невозможностью выразить родителям одуряющие его чувства, не исключено, что лишь с помощью чудесного «Ключа» его сообщения достигнут сознания взрослых, что поможет навести благодатные мосты взаимопонимания и заботы друг о друге.

Сам по себе «Ключ» пуст, как и всякое другое математическое программное средство. Все богатства, которые оживляются его использованием, находятся в нас самих, в недрах наших душ, в глубинах наших организмов. Однако без «Ключа» извлечь их на поверхность жизни и привести в действие оказывается не таким уж простым и легко осуществимым делом. Поэтому не следует отказывать ребенку в применении возможностей «Ключа» лишь на том основании, что он еще не достиг паспортного совершеннолетия. Красоте, как и любви, все возрасты покорны.

Вряд ли можно найти что-либо более драгоценное для развивающегося юного человека, чем «Ключ» как инструмент раскрытия его собственных рвущихся к проявлению творческих и **возможностных потенциалов**. С «Ключом» даже у взрослых начинается совершенно новая, свободная творческая жизнь. Так что уж тут говорить о детях с их невыразимо богатыми сокровищами внутренних способностей, которым так неуютно и тесно в нашем скучном, жестком и неприветливом мире прямых линий и примитивных норм.

Пусть лучшим аргументом в пользу ценности «Ключа» послужат радостные лица опытных пользователей «Ключа», которые благодаря его чудесным возможностям смогли реализовать свои глубинные склонности и благодаря этому добились в жизни желанного успеха.

Катализация любых способностей

Известно, что функции, длительное время не активизируемые, сами собой сходят «на нет», приводя к атрофии реализующего их органа. Аналогично застойное и вялое недоверие самому себе и неуверенность в собственных творческих силах неизбежно лишает человека возможности развития. Это приводит к отмиранию, точнее, временному засыпанию, соответствующих участков мозга и отделов нервной системы, ответственных за проявление определенных способностей.

Мы даже представить себе не можем, сколь колоссальными преимуществами располагаем, просто воспользоваться ими не спешим, не хотим да не умеем. Способности только и ждут внимания к себе, ожидают, чтобы на них поскорее обратили внимание и усердно взялись за их раскрытие.

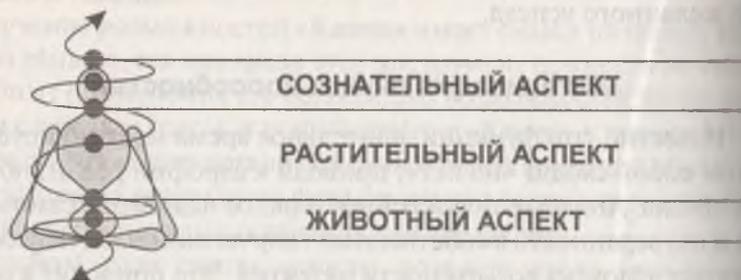
*Способности не умирают от неиспользования,
но могут пропасть всю человеческую жизнь.*

Когда мы сомневаемся в присутствии в нас самих того или иного таланта, который мы желали бы осознанно развить, необходимо уже само по себе свободно возникающее желание раскрыть какую-то способность рассматривать в качестве доказательства наличия такой возможности.

В жизни человека мало радостей, сравнимых по яркости и глубине с радостью узнавания о существовании в себе самом новых необычных ценных способностей. Есть желание развиться — значит, есть и возможность осуществить еще один проект исследования и реализации глубинных потенциалов самого себя.

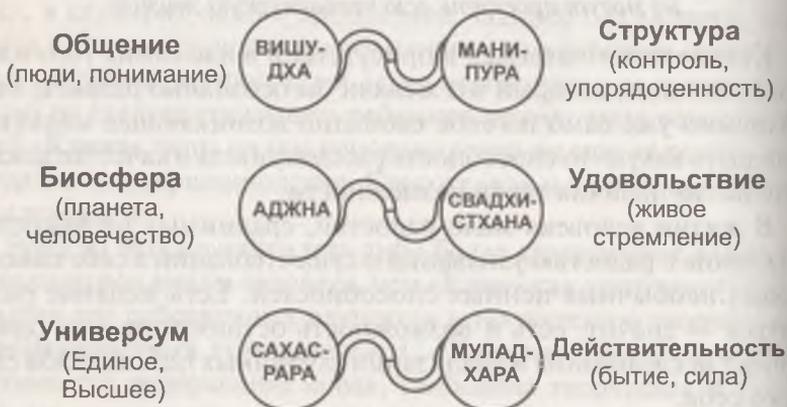
Прекрасно, что все способности связаны друг с другом в многосложную сетевую ассоциативную структуру. Поэтому усиленное развитие какой-либо из них неизменно создает наилучшие условия для раскрытия и пестования других талантов.

РАВНОВЕСИЕ СПЕКТРА ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ



1. Центр зеленый как ось баланса цветопар.
2. Устойчивость зеленого архетипически фундаментальна.
3. Ось растения, корни животного, крона сознательного.

Пары развития интегральной сознательности



РЕЕСТР СВЕРХСПОСОБНОСТЕЙ

СОГЛАСИЕ С ДАО ГАРМОНИЗАЦИЯ	Фиолетовый	Выход за пределы
ПРОСКОПИЯ РЕТРОСКОПИЯ	Синий	Преодоление ограничений
ЯСНОВИДЕНИЕ ПРОРОЧЕСТВО	Голубой	Расширение видения
ПСИХОМЕТРИЯ ЦЕЛИТЕЛЬСТВО	Зеленый	Коррекция метаболизма
ЧТЕНИЕ МЫСЛЕЙ	Желтый	Объединение сознаний
ВНУШЕНИЕ НА РАССТОЯНИИ	Оранжевый	Управление поведением
ПИРОКИНЕЗ ТЕЛЕКИНЕЗ	Красный	Управление энергией

*Развиваемые способности как бы тянут друг друга
к поверхности осознанного использования,
поддерживая одна другую и друг другу помогая.*

Конечно, развитие следует начинать с раннего детства, предоставляя ребенку становиться тем, кем ему самому хочется стать. Но для преподавания такого светлого урока глубинной **возможности** сами родители должны обладать опытом успешной «распаковки» своих собственных внутренних сокровищ, без которого ни один призыв к исследованию детьми самих себя убедительным не окажется.

Распространение «**Ключа**» поможет максимальному числу землян узнать о живущем в них самих сокровище внутренних богатств и о простоте и легкости их распечатывания и использования, благодаря все тому же «**Ключу**».

Это и является главной метафорой всего человеческого земного пути — расшифровать, раскодировать, раскрыть, рассекретить и реализовать все те сокровища посланий и драгоценности вестей, что в несметных количествах таятся в душе каждого в виде способностей и дарований.

Руководство развитием характера

Самоконструирование до сих пор рассматривалось как чисто теоретическая возможность управления собственным развитием. Слишком велико было предубеждение перед инертностью и капризностью бессознательного, слишком поверхностны были представления о возможностях деятельности сил самоорганизации.

С открытием «**Ключа**» и развитием понимания принципиальной пластичности не только личностной структуры, но и целостного психосоматического организма человека, перед каждым желающим открылась возможность практически убедиться в нетождественности человека самому себе, т.е. в способности человека осознанно развиваться в любом из произвольно избранных направлений.

Несмотря на неизменяемые паспортные данные и фиксированные структуры генотипа, каждый человек при определенной практике осознанной **самотрансформации** может стать разным и получить в продолжение собственной жизни качествен-

но различные опыты, которые, как прежде казалось, могут испытывать лишь отличающиеся друг от друга индивидуумы.

Между непрерывным развитием функционально асимметричного живого и регулярным осознанным обновлением характера аналогия полная.

Как живая целостность, характер постоянно стремится перейти из текущего менее комфортного состояния в предполагаемое более комфортное, характеризующееся большей гармонией и адекватностью, как окружающим условиям, так и изменившимся личностным задачам и творческим стратегиям. Просто нужно помогать этому естественно развивающемуся процессу, использовать его силу и по мере необходимости, диктуемой собственными желаниями и предпочтениями, направлять развитие себя в ту сторону, которая будет рассматриваться как наиболее приемлемая.

Освоив алгоритмы творческого саморазвития, человек начинает достаточно целенаправленно формировать уже не несколько ролевых паттернов в пределах одного характера, как то было на досознательной стадии развития личности, но целенаправленно создавать интересующие его самого различные характеры в пределах осознанно контролируемого интегрального **метахарактера**.

Речь уже идет о существе, качественно отличающемся от привычного нам однохарактерного и многоролевого человека.

Возможность управления развитием своих характеров открывает перед желающими перспективу опытного самоизучения. Это будет непрерывно подпитывать колоссальный интерес к тому, чем ты сам можешь стать, даже больше, кем ты себя можешь сам сделать!

С каждым новым успехом в самоконструировании в человеке открывается все больший ресурс возможностей.

Он осваивает парадигму **возможности** как новую стратегию отношения ко всему в жизни, начиная с самого себя и заканчивая любым интересующим его человеком или предметом. И все это происходит под сопровождение музыкальных анимаций, без катастроф, страданий и мучений.

Именно так с десятилетиями самовоспитание перестанет быть пустым звуком. Ведь благодаря «Ключу» изменять себя, ваять свою жизнь да лепить собственные характеры будет и престижно, и увлекательно.

«Ключ» осваивать попросту выгодно

Любому известно: приложить к работе ум — значит, сэкономить и время, и силы. Конечно, занятия с «Ключом» требуют известного времени и внимания. Однако достигаемые с помощью его трансформационные результаты таковы, что после первых же скорых удач о затратах времени на тренировку с психопроцессором попросту забываешь.

*Мы сами выступаем в качестве
собственного генерального ресурса.*

Мы получаем возможность все делать намного эффективнее, выносить более точные и верные решения, качественнее и стремительнее анализировать исходную информацию, произвольно управлять собственной работоспособностью и значительно расширить свои творческие возможности.

Мало того, что мы перестаем топтаться на месте, будучи остановлены той или иной проблемой на своем пути. Овладев простыми, легкими и эффективными подходами к решению любых задач, мы сами приступаем к интенсивному поиску этих задач: мы сами начинаем, как кажется внешнему наблюдателю, искать на свою голову приключений, т.е. мы просто жаждем более активных предметов изучения и большего масштабных задач.

*Интенсивность нашего творческого проживания
дней и часов заметно возрастает.*

За то же время мы порождаем и создаем больше, испытываем больше ярких переживаний и вернее выходим к поставленным перед собой целям. Мы не только сохраняем здоровье и приумножаем имеющиеся профессиональные возможности, но и с удовольствием развиваем все то нравящееся нам в себе самих, что только есть. А как оказывается в процессе исследования возможностей «Ключа», в нас есть всякого разного, настолько много, что даже представить себе нелегко.

Цели достигаются проще, легче, веселее

Каждый переформируемый нами элемент поведения пересоздается осознанно и разумно. Каждый последующий шаг делается более приятным и менее утруждающим. Перспективы расширения собственных возможностей перестают пугать и начинают радовать.

С каждым днем жизнь становится одновременно и легче и интереснее. Она становится такой, какой она и является для тех, кто научился не мешать себе самому и не стоять на пути собственного развития, игнорируя собственные же способности и потенциалы.

Расширение собственной творческой автономии сопровождается достижением **гиперадаптивности**. Человек чувствует, что обычная жизнь, от ударов и подвохов которой он прежде пугливо прятался в кусты, и боли которой он тревожно опасался, слишком проста и даже скучна для н в свете неожиданно открывшихся ярких возможностей.

Раскрывший собственные запасники сил творец жаждет новых опытов и более сложных испытаний, новых задач и более ответственных решений.

Для него столкновения превращаются в захватывающие игры с живой реальностью. При полном расслаблении, синонимичном глубине удовольствия и мудрости одновременно, он умудряется жить легче, веселее и проще. Эти слова из терапевтических заклинаний становятся определяющими его собственную жизненную реальность.

Трудно придумать более доступный, более простой и более захватывающе интересный путь к гармонизации души и тела, неизменно сопровождающейся открытием доступа к любым скрытым ресурсам, которых у нас всегда оказывается на несколько порядков больше, чем мы позволяем себе предполагать.

Не игрушка, а новое качество жизни

Жаль, что мы так редко задумываемся над центральными законами Мироздания, в соответствии с которыми самоорганизуется наша собственная жизнь. К примеру, мало кто время

от времени размышляет над сущностной синонимичностью Игры, Свободы, Творчества, Любви и Жизни. В любом из этих «режимов бытия» человек включается целостно, весь, без остатка, иначе они не получаются, не выходят, не осуществляются.

Без интегральности самоотдачи, без цельности самопосвящения себя предмету своего состояния, без искренности как порыва эти священные состояния не наступают. Особенно неуместна такого рода фальшь, половинчатость, неподлинность наедине с самим собой или с теми, кто для нас действительно значим и дорог.

Кому-то «Ключ» рискует показаться еще одной игрушкой для тех, кому нечем заняться и кто не утруждает себя творческими заботами и серьезными занятиями. Конечно, можно и кисти художника, и компьютерную клавиатуру, и инструменты медика рассматривать как игрушку. Но все же «Ключ» — это нечто очень и очень серьезное. Просто его обучающая стратегия соответствует естественной педагогической *нерепрессивной парадигме современности* — «Развлекая, обучай!».

«Ключ» открывает *возможностное* пространство сугубо личной реальности. Он обеспечивает свободный и весьма интенсивный поиск вариантов решения задач — и высокую непредсказуемость достигаемого эффекта. Эта «игрушка» позволяет проникать в самые что ни на есть потаенные глубины психики — и редактировать текст самой жизненной пьесы, иногда драматично именуемой «судьбой».

Как игра, работа с «Ключом» действительно помогает разотождествиться с собой текущим, сегодняшним, понятным и обычным, что является одним из центральных условий вхождения в *возможностное* состояние. Более того, «Ключ» позволяет разотождествиться с любым элементом программ собственной жизни, т.е. предоставляет возможность осознанно отнестись ко всему, что только может заинтересовать личность в ее собственном жизненном мире.

Игрушки, конечно, красивы. Но почему мы привыкли думать, что сама по себе красота обязательно должна быть игрушечной. Несмотря на маскарадный смех и карнавальные танцы, красота, возможно, является самым серьезным из всего того, что только существует во Вселенной. Точнее, все то, что действительно существует, обязательно оказывается красивым.

Любая действенная психоработа непременно сопровождается красотой — красотой переживаний, красотой образов, красотой формулируемых целей. Именно общение с этой самой красотой и обеспечивает возрастание самоуважения.

Раз тебе досталось право лицезрения красоты — значит, есть в тебе нечто такое, благодаря чему ты оказался этой красоты достоин!

Игрушка игрушкой, но нет ничего грандиознее, масштабнее и таинственнее, чем неожиданно замолкающий в ходе свободной игры ребенок. Он нежданно для самого себя принимается мыслить о чем-то находящемся за гранью осязаемого мира. Он проникает душевным взором за пелену повседневности. И серьезность нашего восприятия такой чарующей паузы объяснима. Ведь самые великие силы, самые великие чувства, самые великие знания скрываются за порогом таинства Внутреннего Молчания.

Почему невозможно обойтись без «ключа»?

- сегодня само время требует интенсификации раскрытия ресурсов;
- взаимоотношения и деятельности непрестанно усложняются;
- одаренность все более и более определяет все виды успеха;
- интеллект оказался главным орудием производства и развития;
- слишком непереносимо велика нагрузка на психотерапевтов;
- стало обязательным профилактическое оздоровление и усиленная гигиеническая защита против развития психосоматозов;
- повышается агрессивность влияния неблагоприятного окружения;
- стрессы преследуют 24 часа в день и подстерегают буквально на каждом шагу;
- освобождается масса времени для личностного художествования;
- требуется открыть дополнительный канал невербального взаимопонимания;

от ба-
Иги

...одимость массового открытия СЧВ;
... стала цениться как богатство, которое
...сти за деньги, подобно любви, таланту и до-
... велико нарастающее число обычных повседне-
... сностей и угроз, чтобы позволить себе оставлять ин-
... ю без развития;
... егативная цельность личности становится драгоценно-
... тью;
... люди уяснили, что жизнь человеческая невозможна без все-
... проникающей радости, доставить которую себе способен
... лишь сам человек.

Для элиты, а не для маргиналов

Наше время породило странный парадокс. Общество ценой небывалых затрат усилий и времени порождает в собственных недрах сообщество экспертов, которые вместо того, чтобы свободно и легко мыслить о важных для всех граждан вещах и предметах, принимаются играть «в поддавки» с ими же выдвигаемыми авторитетами, в итоге занимая любую возможную позицию, кроме истинно интеллектуально свободной.

Истинный эксперт ценен не потому, что он многих видел или многое прочитал. Он ценен практикой собственного мышления и умением честно и искренно опираться на логику этого самого своего свободного мышления, безо всяких там внешних нормативных образцов-авторитетов.

Элита не должна поступать механически, в противном случае она окажется предсказуемой и ходящей по одним и тем же путем, неизменно отстающим от тех, которыми продвигается живая жизнь — неведомых, сказочных и фантастических.

Только элитарии, т.е. те, кто имеют и время, и возможности предаваться самовосстановлению в занятиях с «Ключом», могут пользоваться им системно и последовательно. Они отводят в пределах дневного расписания время для совершенно свободных (ничем не прерываемых и ничем не заменяемых) занятий практиками «Ключа», которое может рассматриваться как время, отводимое для осознанного культивирования «времени для перекрестка».

Тот, кто отвечает за развитием и управление другими, не может не совершенствоваться в саморазвитии, основывающемся

на самоуправлении. Однако для получения доступа к сокровенным механизмам управления ему необходимо время для занятий с самим собой, для организации собственной психики, в конце концов, для общения с теми, от мнений которых зависит его конечное решение, неизменно влияющее на жизнь очень многих людей.

«Ключ» предоставляет элитарию возможность культивировать **возможностное** состояние как самоценное, с тем, чтобы в случае необходимости можно было использовать его для доступа к святой святых собственной креативности — к собственному мозгу.

«Осознанное управление» и «Осознанное развитие» — таковы девизы истинной элиты, равно прилагаемые элитариями и к самим себе, и к нуждающимся в их управлении человеческим или техническим системам. Но для того, чтобы и развитие, и управление смогли стать действительно прекрасными, необходимо вполне осознанно и целенаправленно обращаться за помощью к тем самым паттернам прекрасного, что создается нами самими исходя из наших же собственных интуитивных разумений.

Такова генеральная миссия «Ключа» — предоставлять возможность прикоснуться именно к той грани прекрасного, которая именно сейчас и именно тобой рассматривается как лучшая для решения стоящих перед тобой задач.

Элитарий ответственен за действия, влияющие на других. Чем лучше чувствует себя элита, тем спокойнее, продуктивнее и увереннее развивается управляемое ими сообщество. Элита отвечает за качество развития и интенсивность развития — за динамизм развития ответственны те, кто все-таки заинтересован в собственном совершенствовании, или, по крайней мере, в улучшении собственной жизни.

Традиции упорядоченного классического воспитания уже канули в Лету, а опыта обучения эффективному самовоспитанию мы еще создать не успели. Но без воспитания — без питания. Без возвышения, без воспитания элиту не возродить и даже не поддержать.

Элита — это собрание полномочных представителей в освоении всего, а прежде прочего — своей собственной природы. Природа у всех людей одинакова. Именно поэтому достигнутое одним без труда может быть достигнуто прочими.

- назревает необходимость массового открытия СЧВ;
- гармония природы стала цениться как богатство, которое нельзя приобрести за деньги, подобно любви, таланту и доброму имени;
- слишком велико нарастающее число обычных повседневных опасностей и угроз, чтобы позволить себе оставлять интуицию без развития;
- интегративная цельность личности становится драгоценностью;
- люди уяснили, что жизнь человеческая невозможна без всепроникающей радости, доставить которую себе способен лишь сам человек.

Для элиты, а не для маргиналов

Наше время породило странный парадокс. Общество ценой небывалых затрат усилий и времени порождает в собственных недрах сообщество экспертов, которые вместо того, чтобы свободно и легко мыслить о важных для всех граждан вещах и предметах, принимают играть «в поддавки» с ими же выдвигаемыми авторитетами, в итоге занимая любую возможную позицию, кроме истинно интеллектуально свободной.

Истинный эксперт ценен не потому, что он многих видел или многое прочитал. Он ценен практикой собственного мышления и умением честно и искренно опираться на логику этого самого своего свободного мышления, безо всяких там внешних нормативных образцов-авторитетов.

Элита не должна поступать механически, в противном случае она окажется предсказуемой и ходящей по одним и тем же путем, неизменно отстающим от тех, которыми продвигается живая жизнь — неведомых, сказочных и фантастических.

Только элитарии, т.е. те, кто имеют и время, и возможности предаваться самовосстановлению в занятиях с «Ключом», могут пользоваться им системно и последовательно. Они отводят в пределах дневного расписания время для совершенно свободных (ничем не прерываемых и ничем не заменяемых) занятий практиками «Ключа», которое может рассматриваться как время, отводимое для осознанного культивирования «времени для перекрестка».

Тот, кто отвечает за развитием и управление другими, не может не совершенствоваться в саморазвитии, основывающемся

на самоуправлении. Однако для получения доступа к сокровенным механизмам управления ему необходимо время для занятий с самим собой, для организации собственной психики, в конце концов, для общения с теми, от мнений которых зависит его конечное решение, неизменно влияющее на жизнь очень многих людей.

«Ключ» предоставляет элитарию возможность культивировать **возможностное** состояние как самоценное, с тем, чтобы в случае необходимости можно было использовать его для доступа к святой святых собственной креативности — к собственному мозгу.

«Осознанное управление» и «Осознанное развитие» — таковы девизы истинной элиты, равно прилагаемые элитариями и к самим себе, и к нуждающимся в их управлении человеческим или техническим системам. Но для того, чтобы и развитие, и управление смогли стать действительно прекрасными, необходимо вполне осознанно и целенаправленно обращаться за помощью к тем самым паттернам прекрасного, что создается нами самими исходя из наших же собственных интуитивных разумений.

Такова генеральная миссия «Ключа» — предоставлять возможность прикоснуться именно к той грани прекрасного, которая именно сейчас и именно тобой рассматривается как лучшая для решения стоящих перед тобой задач.

Элитарий ответственен за действия, влияющие на других. Чем лучше чувствует себя элита, тем спокойнее, продуктивнее и увереннее развивается управляемое ими сообщество. Элита отвечает за качество развития и интенсивность развития — за динамизм развития ответственны те, кто все-таки заинтересован в собственном совершенствовании, или, по крайней мере, в улучшении собственной жизни.

Традиции упорядоченного классического воспитания уже канули в Лету, а опыта обучения эффективному самовоспитанию мы еще создать не успели. Но без воспитания — без питания. Без возвышения, без воспитывания элиту не возродить и даже не поддержать.

Элита — это собрание полномочных представителей в освоении всего, а прежде прочего — своей собственной природы. Природа у всех людей одинакова. Именно поэтому достигнутое одним без труда может быть достигнуто прочими.

*Элита — это отряд первопроходцев
в пространстве общечеловеческих возможностей.*

Главное же отличие представителей истинной элиты от всех остальных заключается в осознанном понимании качества, последствий и условий совершенных на пути развития всех выборов. Любые сомнения в правоте текущего и истинности избираемого тяготят представителей элиты немалыми тяготами. Но именно им и назначено преодолевать эти сомнения за счет интенсивной работы дарованного им от рождения интеллекта.

Обеспечению продуктивности этой процедуры и служит «Ключ» — волшебная игрушка для тех, кому назначено управлять развитием других. Хотя, конечно, в идеале элитариями, т.е. высокоразвитыми существами, в полноте реализующими себя, должны стать все!

Кому не понравится «ключ»?

- пребывающим в глубоко болезненном состоянии, вынуждающем извращенно воспринимать все душевное и внешнее;
- закоренелым любителям депрессий, свободно избираемым в форме несознательно поддерживаемых самонаказаний;
- агрессивно не принимающим идею развития, счастья и радости как естественных состояний жизни;
- фундаменталистским радикалам и различного рода идейным террористам, готовыми уничтожить и свою, и другие жизни ради проявления паранойяльной верности абстрактной идеи;
- суеверным компьютерофобам, считающим монитор ликом дьявола;
- отрицателям, ни за что не желающим смело экспериментировать с переконструируемой ими реальностью;
- эстетически ожесточенным людям, приверженцам примитивизма и грубости;
- патологически дигитализированным (оцифрованным) натурам;
- болезненно недоверчивым и патологически самоуверенным людям;
- лицам, опасно погрузившимся в мутный оккультный туман;
- агрессивным противникам всякой самодисциплины, даже сознательно свободной;

- очень ленивым людям, которые вот уже много лет никак не решаются раскрыть глаза и войти в контакт с развивающейся действительностью;
- всем махнувшим на себя и на вселенную рукой;
- откровенным безбожникам. Не умеющим доверять ни себе, ни другим, ни силам самоорганизации;
- лицам, окончательно охмуренным и внутренне разрушенным тоталитарными сектами, от авторитарного государства до шиваитов.

Ключ к разрешению любых проблем

В самом широком смысле адаптивность — это умение успешно и своевременно разрешать возникающие на пути развития проблемы, благодаря чему продвижение к достижению целей осуществляется при малом сопротивлении среды и обстоятельствах, а потенциал использования ресурсов оказывается весьма высоким.

Смысл развертывания целевой активности заключается в конечном удовлетворении спектра текущих потребностей и достижении удовольствия, на основе которых рождаются новые потребностные сочетания, новые целевые программы и новые наслаждения и удовлетворения. Такова адаптивная сущность развития жизни как формы самодвижения действительности.

Психика является центром управления всеми адаптивными стратегиями, применяемыми организмом для реализации стоящих перед ним целей. Душевное здоровье — залог высокого развития творческих способностей как высшей формы адаптивности. Тогда работа над собой может быть понята как генеральная линия наращивания возможностей разрешения проблем, причем разрешения самым эффективным, т.е. **нерепрессивным** образом.

Изменяя себя, мы изменяем собственные восприятия, что позволяет нам оптимально использовать имеющиеся ресурсы и достигать полезного результата наиболее простым и выгодным путем. Потому-то издревле повторяли: «Изменяя себя, ты изменяешь окружающий мир, — сначала в восприятии, а после благодаря успешному творческому воздействию».

С одной стороны, высокая адаптивность сулит успех в обращении с любыми преградами и ситуациями, а потому она неиз-

менно связана с переживанием радости, воспринимаемым как счастье. Творчество — это не только работа, но и игра, развлечение, поиск удовольствий интеллектуального характера.

С другой стороны, генерация радости и счастья сама по себе многократно усиливает творческие возможности, параллельно расширяя потенциал адаптивности. Потому-то осознанное управление собственными переживаниями, производимое с помощью «Ключа», помогает в самом что ни на есть конкретном-интеллектуальном разрешении проблем.

Радость увеличивает эффективность функционирования разума и включает в процесс решения скрытые ресурсы личной креативности, не включающиеся в отсутствие интенсивных переживаний радости и оптимистической уверенности в собственной компетентности.

Сверхэффективным и гиперадаптивным неизменно оказывается тот, кто умеет не на словах, а на деле управлять самим собой, т.е. произвольно изменять степень и направление концентрации внимания и сознательно регулировать качество и интенсивность психоэмоциональных состояний.

От того, какие мы и в каком мы находимся состоянии, зависит и то, насколько эффективно нам удастся достичь поставленных целей и изменить окружающую действительность в соответствии со своими собственными представлениями, пожеланиями и проектами.

Раз арттехнологический психопроектор является ключом к любым внутренним ресурсам и позволяет человеку творить с самим собой все, что ему только вздумается, значит «Ключ» через человека является ключом ко всему в мире, что испытывает творческое влияние людей.

Глава пятнадцатая

«РОЖДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА РАДУЖНОГО»

Беспредельный резервуар могущества

Мы редко задумываемся над тем, что большинство людей уныло проживают собственные жизни на окраине самих себя. Действительный потенциал человека до сих пор даже частично

не исследован в научных лабораториях. При этом каждый живущий мало что делает для приведения в действие отпущенного ему природой сказочного богатства возможностей, сил и способностей.

Мы никак не можем усвоить глубочайшее значение того факта, что человек является самоорганизующейся системой, открытой всем влияниям Большого Космоса и способной к удивительным взаимодействиям с любыми энергиями и материалами Вселенной. Просто без удачного и продуманного разрешения наших собственных глубинных проблем, связанных с вопросами нравственности, совести и душевного здоровья, мы не в состоянии запустить и привести в действие все те колоссальные информационно-энергетические ресурсы, доступом к которым по праву обладаем с момента рождения.

Арттехнологический психопроектор «Ключ» при ближайшем рассмотрении оказывается **ключом** ко всем сокровенным талантам человека. Он помогает непосредственно влиять на мозг таким образом, чтобы распахивать нужные врата возможностей, чтобы сознание обрело силу свободно и легко руководить собственным организмом.

«Ключ» представляет собой следующий вслед за развитием Йоги и ЦиГуна исторический скачок в освоении глубинных эволюционных ресурсов человеческого организма. Наилучшие же результаты достигаются при умелом сочетании этих методик, когда сенсорная работа дополняется психосоматическими и идеаторными тренировками.

«Ключ» открывает врата согласования взглядов и поведенческих программ в рамках активно работающих творческих партнерских групп, совокупного могущества которых до сих пор никто, кроме мастеров эзотерических практик, не изведает. Людские коллективы на деле оказываются маломощными и низко продуктивными лишь в силу глупой несогласованности спектров активностей и ритмов поведения участвующих в них сотрудников.

Лишь в конце XX века появилась такая наука, как соционика, позволяющая гармонизировать людей различных психотипов хотя бы простейшим образом. До сих пор не проявлено внимание к астропсихологии, позволяющей приводить сотрудников во взаимное соответствие более тонкими приемами. «Ключ» позволяет обойти все преграды на пути рождения вну-

ВОДОРАЗДЕЛ ЭПОХ

РЕПРЕССИВНАЯ ЭРА

РАДУЖНАЯ ЭРА

Разделенность и войны		Синергия и сотрудничество
Ограниченность ресурсов		Неограниченность ресурсов
Массовое невежество		Глобальное образование
Ресурсный паразитизм		Экологическое сознание
Недоразвитие талантов		Внимание к развитию
Вынужденность труда		Радость творчества
Множество всевозможных конфликтов		Идиллия миротворчества
Зависимость от специалистов		Торжество индивидуальной компетентности
Идея объективной истины		Группоцентрические истины
Иерархическая организация общества		Сетевая организация общества
Механическое бытие		Осознанное существование
Медицина страха		Здоровосозидание

МИРОВОЗЗРЕНИЕ ДОМИНИРОВАНИЯ	ГЛУБИННАЯ ЭКОЛОГИЯ
МАТЕРИАЛЬНО-ЭКО- НОМИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЛЯ УВЕЛИЧИВАЮЩЕГОСЯ НАРОДОНАСЕЛЕНИЯ	ПРОСТЫЕ МАТЕРИАЛЬНЫЕ ПОТРЕБНОСТИ (МАТЕРИАЛЬНЫЕ ЦЕЛИ НА СЛУЖБЕ ЦЕЛЕЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ)
ВЕРА В НЕИСЧЕРПАЕМОСТЬ РЕСУРСОВ	ОГРАНИЧЕННОСТЬ РЕСУРСОВ ЗЕМЛИ
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГРЕСС И РАЗВИТИЕ ВЫСОКИХ ТЕХНОЛОГИЙ	ПРИЕМЛЕМАЯ ТЕХНОЛОГИЯ; НЕДОМИНИРУЮЩАЯ НАУКА
ПОТРЕБИТЕЛЬСТВО	СТРЕМЛЕНИЕ ОБХОДИТЬСЯ НЕОБХОДИМЫМ — РЕЦИКЛИРОВАНИЕ
ЕСТЕСТВЕННАЯ СРЕДА КАК ИСТОЧНИК РЕСУРСОВ ДЛЯ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА	ВНУТРЕННЯЯ ЦЕННОСТЬ ВСЕГО ЖИВОГО — БИОЦЕНТРИЧЕСКОЕ РАВЕНСТВО
ДОМИНИРОВАНИЕ НАД ПРИРОДОЙ	ГАРМОНИЯ С ПРИРОДОЙ
МЕХАНИСТИЧЕСКОЕ ПРЕНЕБРЕЖЕНИЕ	САКРАЛЬНОЕ ПОЧТЕНИЕ

тренне согласованных групп, тем самым открывая доступ к беспредельным силовым и творческим могуществам, открытым именно групповым организациям, согласованно и ритмично вибрирующим в унисон творческим влияниям Мироздания.

Дарованные нам энергию и время мы вечно тратим не на то, на что нам бы самим хотелось бы их направить. Мы вечно занимаемся нелюбимыми делами и постоянно раздражаемся по поводу всего того, с чем нам бы не хотелось бы иметь дела. «Ключ» позволяет каждому из нас отправиться дорогой продуманного и планомерного накопления личной силы, проще говоря, дорогой старательно развиваемой радости живым ощущениям прекрасного, которые генерирует по нашим пожеланиям артпроцессор «Ключ».

Перепишите жизнь набело!

Каждый из нас в свое время предавался рисованию как танцу души. Никаких экзаменов, никакой критики, никаких критериев оценки.

Карандаш, бумага, ластик — и рисуй себе на здоровье!

Когда молодой автор приносит в редакцию «непричесанную» рукопись, задачей редактора является выведение в целом неплохой книги в свет, а для этого ее предстоит «наманикюрить» да «причесать». Взять для примера сдачу экзамена: даже если дело не касается стипендии, все же приятнее получить «отлично», чем довольствоваться унижительным «удовлетворительно».

Какую модель взаимоотношения с собственным внутренним опытом примет конкретный индивидуум, лишь ему решать. Но **саморедактирование** неизменно является основным психопрактическим занятием жизни любого из людей, а потому какое-то отношение к этому процессу все же предстоит выработать.

*Разделите реальность самого прошлого
и его реальность-для-нас.*

Сами события и даже участники прошлого утекли вместе с водами времени и действительно не существуют. Однако субъективно впечатления памяти недаром живы: такова их

сущность — они в некоем смысле бессмертны, точнее, призваны сопровождать нас до завершения земного пути. Их и можно, и нужно редактировать как школьные описки, как грамматические ошибки, убирать как досадные кляксы, по неосмотрительности посаженные на вполне примлемый жизненный текст.

Процедура **саморедактирования** психотехнически проста и напоминает известную последовательность операций в текстовом редакторе: выделить, исправить, усовершенствовать, дополнить, дописать, зафиксировать, проверить результат, внести необходимые поправки.

Необходимо сформировать здоровый личный культ творческого отношения к собственной памяти — почвы нашей личности, плоти нашей индивидуальности.

Память — не идол, не священная корова, не запредельная максима. Память — прекрасный материал для художников собственных биографий. Художествовать настоящее можно, лишь обращаясь к краскам прошлого, перекомпоновывая их особенным образом и сплетая новые узоры из того, чтобы уже было пережито, осознано и воспринято.

Всегда и везде человек остается хозяином собственной памяти, и руководствуется в своем обращении с нею, исходя из диктата актуальных задач настоящего и предполагаемых заданий будущего.

Прошлое — наша собственность, наш материал, наши краски, наша глина. И мы сами вправе лепить из него то, что сами рассматриваем как необходимое и красивое.

Пора перестать дрожать над каждой опиской, над каждой помаркой. Спонтанность нашего жизнетворчества станет более свободной и более естественной, если мы вполне осознаем собственную возможность по своему желанию исправлять все то, что нам захочется исправить и улучшить.

Пора раз и навсегда избавиться от хронического отягощающего и обессиливающего комплекса «троечника-неудачника». Мы можем овладеть **саморедактированием** — и переписать личную биографию заново!

Мы вправе отказаться поддерживать собственный ошибочный образ себя как неудачников и направить высвобожденные

в результате этого решения силы на конструирование образа победителя, хозяина собственной жизни, вершителя своей судьбы и распорядителя бесконечных богатств всевозможных ресурсов. Мы — менеджеры целого мира, в руках которых находятся силы и знания всего. Остается лишь определить, что нам нужно и что нам необходимо для достижения этого нужно, понять, что взять и как это сделать.

Ремонт в доме. Исцеление организма. Перестройка отношения к себе. Реорганизация фирмы. Развитие отношений с близкими людьми. Все это зависит только от нашей творческой решительности и от уверенности в себе. Все поддается обновляющему усердию, если мы сами не водружаем у себя на пути с занудными причитаниями об «ограниченности» наших возможностей.

Катализатор радостного развития

Развитие — всегда радость, даже если оно связано с утеснениями и ограничениями. Преодоление препятствия, выход к новому качеству, освоение неизвестного, узнавание интересного, расцвет возможностей — всегда радость. «Ключ» не только эффективен в интенсификации творческого мышления, но и делает сам процесс катализации развития радостным самим по себе.

*Человек — существо развивающееся,
растущее и процессуальное.*

Человек не в состоянии пребывать вне развития. Просто иногда остановками кажутся заикливания в неэффективных стереотипах, которые нуждаются в осознании и перемене. Развиваться для человека неизменно интереснее любого другого занятия. Именно в процессе развития преодолевается любое недомогание, достигается любая цель и реализуется любое желание.

*Развитие и есть сама человеческая жизнь, а потому им
нужно заниматься намного серьезнее и ответственнее, чем
уплатой налогов, каждодневной уборкой дома и даже соб-
ственным кормлением.*

Жизнь как свободное и осознанное саморазвитие во всем альтернативна жизни как вынужденному пребыванию в непре-

станных стеснениях и зависимостях. Выбор между этими альтернативами делает всегда сам живущий человек, и «Ключ» ему дан для облегчения совершения этого выбора и реализации творческих последствий, связанных именно с этим выбором свободы.

Диктат инстинктов, диктат социальной конформности, диктат комплекса неполноценности — все они реально существуют лишь на словах, хотя угнетают нас на самом деле. Это именно тот вид тлетворных иллюзий, которые незаметно превращают свободное радостное существование в суший ад.

Использование «Ключа» представляется осознанным выходом в принципиально внедиктатное состояние. Благодаря распространению «Ключа», помогающего катализировать собственное свободное развитие на любом его этапе, в любой форме и в любой фазе, сначала необходимо всех людей перевести во внедиктатное состояние реализации собственной свободы, а после уже всех накормить, обучить грамоте и предоставить гражданские свободы.

Такова обязательность продолжения земной эволюции.

*Иные выходы неизменно ведут в смерть цивилизации,
а то и всей биосферы.*

Развивающийся свободно и осознанно человек здоров, счастлив, а потому и полезен для окружающих, включая наряду с людьми атмосферу и ландшафты. Это чудесное обещание нам лишь после тысячелетий взаиморепрессий кажется волшебным. Напротив, это совершенно естественно и законно — быть эволюционно свободным, т.е. располагать правом и возможностями свободно и осознанно развиваться в избираемом тобой самим направлении.

Новое восприятие вкуса жизни

Открытие чудесной возможности самостоятельно создавать самые разные сенсорные комплексы, основываясь лишь на своих собственных предпочтениях, открывает поразительно богатые перспективы **самоизменения**. В результате применения «Ключа» опыт сенсорного **самоконструирования и само моделирования** ведет к системной трансформации всего мироощущения.

Доступ к управлению сенсорными потоками качественно расширяет переживание пределов личной свободы. От свободы формирования сенсорных комплексов человек естественно переходит к пониманию собственной необусловленности внешними условиями, т.е. к постижению **самопричинности** себя как **самотворящего** существа.

Возможностные состояния предоставляют пространство спокойного самопостижения, в котором открывается возможность понять в себе до сих пор не понятое и осознать все то, что прежде было скрытым.

Внутреннее перестает довлеть над поведением и восприятиями, точно так же как и внешнее перестает диктовать свои условия свободно и осознанно развивающейся личности. Человек освобождается дважды — от собственных заблуждений и непониманий и от внешних диктатов, принимаемых за объективные данности, а на деле оказавшихся лишь навязываемыми самому себе собой же самим ограничениями.

Жизнь дополняется удивительным измерением — пространством непрекращающейся игры с самим собой.

Открывается окрыляющая перспектива всевозможной самопеременчивости. Каждый понимает, что в состоянии в себе открыть все то, что только сам захочет. Появляется несравненно больше сил для творчества, оказывается все больше времени и поводов для радости.

Жизнь воспринимается как бесконечно фееричная пьеса непрекращающегося **самотворчества**. Все барьеры оказываются снятыми. Отныне в своей жизни каждый научается все решать совершенно самостоятельно. Тогда люди начинают задумываться над ментальной природой ограничений времени, телесности и пространства как вполне вероятно сомнительными иллюзиями. Открывается некая высокая беспредельность индивидуального бытия, о которой сегодня люди даже подумывать не решаются.

Право на наслаждение

Нелегкий путь исторического развития человечества, отсутствие средств развития самого человека и недостаточная разви-

тость научно-технической базы цивилизованной жизни вынуждал столпов культуры и руководителей народной жизни привычно табуировать удовольствия как таковые, противопоставляя их общественным надобностям через прямые приказы или нравственные нормы. Ограниченность ресурсов, находившихся в распоряжении сообществ, вызывала к жизни необходимость авторитарности их распределения, что разделяло людей на более и менее имущих, на более и менее властных, на более и менее ответственных.

На рубеже XX и XXI веков человечество, наряду с осознанием известной конечности ресурсов материально-вещественных (ископаемых и средовых), пришло к выводу о принципиальной неисчерпаемости ресурсов энергетических (за счет притока энергии к планете извне) и интеллектуальных (творческих, изобретательских, структурирующих природопользование, энергопроизводство и упорядочивающих жизнь человечества во всех мыслимых и представимых деталях).

Именно всепланетный инсайт понимания бесконечности творческих ресурсов разума, которые для их действительно эффективного использования просто следует привести в действие, в корне обновил и трансформировал историческую перспективу дальнейшего развития человечества.

Информационная Эпоха все более остро обозначает вопрос о необходимости реабилитации гедонизма в планетарных масштабах как центрального условия гармоничного развития человека, без которого не может быть и речи о раскрытии всего неповторимого **креативного** потенциала, присущего каждому, причем в уникальном личностном проявлении.

Сейчас человечество, наконец, созрело интеллектуально, а потому теперь оно уже может состояться нравственно, т.е. конструктивно деятельностно и позитивно эмоционально. Отныне воспитание, обучение и культура в целом будут основываться на принципиальном одобрении гедонизма как проявления заботы о себе и уважения к активным проявлениям собственной природы индивидуальности.

Удовольствия непременно будут переосознаны как главный указатель естественности личностного творческого развития, а также как главная мотивирующая сила самосовершенствования.

ния и главное психофизиологическое условие проявления глубинных творческих дарований.

Развитие **проблеморазрешающих технологий**, распространение ТРИЗ, теории игр, медитативных практик, групповых творческих технологий и управляемых **возможностных состояний**, поддерживаемых с помощью широко распространившегося **арттехнологического психопроцессора**, уже в ближайшее время продемонстрируют действительную неисчерпаемость творческого потенциала планеты. Последний неминуемо проявится во всей своей очевидности, если использовать не одну сотую от имеющегося мозгового потенциала, а все 100, и выводить на вершины профессиональной образованности не единицы, а десятки миллионов людей.

Основанием широкого применения **проблеморазрешающих практик**, которые отменяют необходимость авторитарной репрессии и реабилитируют креатогенную роль наслаждений, явится осознанное **самопрограммирование**, основанное на управляемом вызывании сенсорных удовольствий и произвольном вхождении оператора «**Ключа**» в состояние полного доверия к самому себе и своим способностям. Доверие это будет укоренено в абсолютной нейрохимической безопасности, поддерживаемой не вызывающими ни малейшего сопротивления потоками предпочитаемых сигналов **психопроцессора**. Люди смогут нелицемерно полюбить самих себя, а значит преисполниться доверием и к ближним.

ГЛОССАРИЙ

Адаптивность — способность живых организмов активно приспосабливаться к изменениям окружающей ситуации и успешно конкурировать в соревновании развития с им подобными существами.

Аддитивный — вес, значение и смысл совокупности, сводящиеся к сумме весов, значений и смыслов составляющих совокупность частей и элементов; арифметический, линейный, очевидный смысл суммы как простой совокупности составляющих элементов и частей.

Аквариус — Водолей, символ Совершенного Человека, традицион-но связываемый с наступившей двухтысячелетней Эрой; многими толкуется весьма своеобразно, однако все интерпретаторы этого метаисторического символа едины в том, что признают за началом Эпохи Водолея характеристики некоего квантового перехода в истории планетарного человечества, за которым развитие людей станет совершенно особенным, обновленным, в корне отличающимся от всего доселе известного в истории народов Земли.

Актор — (греч. «деятель») — именование центрального действующего и причинного фокуса любых ситуаций, отношений и событий; роль осознанного действующего и ответственного решателя, которая отводится каждому человеку в любом положении.

«Актуальная среда» — совокупность элементов реального окружения организма, объединенных присущей им значимостью для жизнедеятельности, выживания и развития этого организма; актуальная среда включает в себя все то, что может быть полезно или вредно для организма, т.е. все то, что является для него эволюционно актуальным и может быть усвоено, использовано или отвержено как имеющее отношение к процессу его развития.

Антропотропность («тяготение к человеческому», «склонность к человеческому», «стремление соответствовать человеческому» (греч.) — особенность человеческого мышления, ориентирующегося на безусловную ценность всего, имеющего отношение именно к человеческому образу жизни, человеческим особенностям и человеческим стилям восприятия.

Артальный (лат. «имеющий отношение к искусству, к созданности человеком, к художеству») — искусный, художнический, художественный, изобретенный, отличающийся от самородившегося.

Артпроцессинг — осуществление осознанного управления собственным творческим развитием с помощью специальных компьютерных генераторов предпочитаемых сенсорных потоков.

Арттерапевт — специалист, использующий средства искусства для восстановления жизнеспособности человека; профессионал, оперирующий красотой как жизнедательным средством.

Арттерапия — искусство пробуждения глубинных сил самоорганизации, присущих всякому организму, с помощью индивидуально точного применения средств красоты; мастерство переориентирования человека на новые качественно стили самореализации с помощью проникновенного восприятия шедевров прекрасного; обращение к сокровенному в человеке с тем, чтобы жизнь могла самоорганизовываться по законам красоты.

Арттехнология — организованная последовательность диагностических процедур и воздействующих операций, позволяющих целенаправленно достигать желаемых сдвигов в функционировании испытывающего воздействие организма с тем, чтобы расширять пределы его адаптивных возможностей.

Арттехнолог-психопедагог — специалист в области управляемого развития творческого потенциала человека; лицо, способное применить красоту как средство для того, чтобы качественно повысить уровень психодуховной деятельности и психосоматической жизни человека; мастер направленной мобилизации скрытых творческих ресурсов личности, использующий в своей работе приемы установления экзистенциального контакта индивидуума с прекрасным.

Ассоциаты — структурные единицы памяти человека, понимаемой как сенсорно-смысловая ткань индивидуальности, слагаемая в процессе накопления опыта и совершенствуемая в ходе использования этого опыта; представляют собой различного размера комплексы резонансно взаимосвязанных друг с другом **когнонов**, каждый из которых содержит уникальную информацию о сенсорно-целостном кванте личного опыта; могут подвергаться как травматическому (неуправляемому), так и творческому (осознанно направляемому) преобразованию, результатом чего оказывается деградация творческой личности или ее развитие вплоть до достижения полноты самореализации, понимаемой как процесс оптимально полного функционирования творческих потенциалов (см. **Интегра́т**).

Аура — интегральная совокупность интерферирующих друг с другом световых излучений различных органов и тканей живого организма, слагающих неповторимый рисунок живой красоты, свидетельствующий обо всех значимых характеристиках происходящих в организме и психике процессов; прямое наблюдение ауры суеверно рассматривается в качестве некоей сверхспособности, присущей лишь генетически особенным лицам, в то время как ауральное зрение является неотъемлемым свойством любого человека, которое уверенно проявляется при соблюдении ряда условий.

Ауроскопия — умение непосредственно наблюдать цветовой состав и динамические структуры аурального окружения индивидуума, детальное знание которых позволяет глубоко и точно оценивать интегральное психосоматическое состояние человека, определять запасы его творческой энергии и выявлять скрытые ресурсы развития.

Аутистическое — изолированное, центрированное на погружении внутрь себя, замкнутое в себе, не выходящее вовне, не сообщающееся с другими, не позволяющее установить контакт.

Аутодизайн — мастерство целенаправленного осознанного проектирования собственной личности и своего поведения таким образом, чтобы конструируемая с их помощью жизнь удовлетворяла бы самого автора проекта по всем значимым для него характеристикам; искусство сотворения собственного существования таким, каким его хотелось бы переживать и испытывать; причинным уровнем аутодизайна является овладение мастерством сознательного репрограммирования, позволяющим уверенно управлять любыми процессами развития собственных организма и психики.

Аутодопинг — умение организовать функционирование собственного мозга таким образом, чтобы оказались приведенными в действие глубинные ресурсы организма, использование которых, несмотря на его высокую эффективность, не оказывало бы негативного (истощающего, патологизирующего, дезорганизирующего) влияния в последующем; качественно отлично от использования внешних психохимических или репрессивных психотехнических приемов, в основе которых лежит кратковременная мобилизация, осуществляемая за счет незаконного расходования аварийных «неприкосновенных запасов» организма; в основании методов осуществления аутодопинговых процессов лежит умение глубоко сгармонизировать структуры и функции организма с тем, чтобы он имел возможность резонансно включиться во внешние энергетические макросистемы среды, тем самым получив доступ к могучим источникам энергии, в обычных режимах биофункционирования не доступным.

Аутокоммуникация — фундаментально значимый процесс общения с самим собой, с элементами, органами и субличностями собственного психосоматического целого, лежащий в основании психокибернетических процессов самоуправления и саморазвития; присуща всем формам собственно человеческого (осознаваемого, планируемого, проектируемого) самосуществования; является одним из трех столпов психокультуры (наряду с идеаторным конструированием и умением диагностировать и упорядочивать собственные предпочтения).

Аутоменеджмент — высокое искусство заботливого отношения к самому себе как к управляемому объекту; как стиль жизни характерен для лиц с высокой самоответственностью и пониженным уровнем пустой личной амбициозности.

Ауроредактор — психотехническое программное средство, объединяющее психодиагностический блок и сопряженный с ним блок сублиминального влияния на психику человека; рассматривается в качестве генерального технического инструмента самоинтеграции осознанно развивающегося человека; предоставляет каждому желающему возможность войти в требуемое им самим состояние и испытать именно те переживания, которые человек стремится пережить в связи с теми или иными стоящими перед ним целями.

Аутосервис — техническое именование практики заботы о себе, являющейся главным содержанием психокультуры как целого; умение надлежащим образом обеспечить оптимальные условия успешного функционирования собственного организма за счет своевременного осознанного самопрограммирования с целью вхождения по желанию в требуемые психоэмоциональные состояния и развития вполне определенных психических навыков, умений и способностей.

Аутоцентризм — синтетическая стратегия нравственной самореализации личности, интегрирующая позитивные стороны формального альтруизма и негативистского эгоизма; подразумевает дружелюбное отношение к собственной природе, априорное признание исходной благонамеренности окружающих и сущего и возможность достижения гармонического компромисса при возникновении любых затруднений; главной критериальной опорой ценностных и операциональных суждений признается самосознающая личность, творчески свободная и потому ответственная за последствия собственных выборов, решений и поступков.

«Барьер действия» — совокупность всех субъективных факторов, препятствующих осуществлению рационально намеченных программ поведения; сумма всех внутренних препятствий и субъективных несо-

гласий, большая часть которых остается вне поля осознания, а потому обладает выраженной властью над произвольными субъекта; символ скрытых нежеланий тотально действовать так, как то видится наиболее целесообразным рациональному разуму.

«Биологическая обратная связь» — принцип организации целого класса медицинских приборов, используемых для развития умения осознанно контролировать управления обычно мало осознаваемыми физиологическими функциями; тождественен кибернетическому контуру обратной связи (как отрицательной, так и положительной), образование которой между человеком и приборным устройством позволяет последовательно развивать навыки осознанного самоуправления; представляет ценность как развивающий, тренировочный методический подход, имеющий весьма ограниченную собственно терапевтическую ценность.

Биоптоэлектроника — область оптоэлектроники живых организмов, в основании методологии которой лежит метафора представления живого организма как аналога системного оптоэлектронного гиперпроцессора; коммуникационным агентом, осуществляющим интеграцию живой системы в единое целое, признается фотонный поток, а все нервные структуры рассматриваются как специализированные оптоэлектронные преобразователи.

Биоритмология — наука об организации процессов развития живых систем во времени; имеет своим предметом системно организованные ритмы изменения самых различных динамических и структурных характеристик биосистем, упорядоченно связанные с различными внешними временными указателями; в широком смысле (будучи вполне логично связываемой с психоритмологией и социоритмологией) является современной версией донаучной системы астрологии как совокупности знаний о временных характеристиках развития человека, сообществ и цивилизаций.

Биопозитивность — способность благоприятным образом влиять на развитие живых систем и расширение спектра их адаптивности; всякий средовой фактор обладает ограниченной (относительной) биопозитивностью, которая наиболее велика у воды, солнечного света и органических веществ.

Биотропность — тяготение к живому, способность удовлетворять запросы живых систем, склонность включаться в круговороты биогенных процессов, возможность оказаться включенным в биотические циклы обращения веществ и энергии, возможность оказывать существенное влияние на развитие живых систем.

Биофотон — гипотетическая квантово-механический объект, обладающий одновременно как целостной простотой фотона, так и особого рода внутренней структурной организованностью, которая позволяет ему переносить со скоростью света полную информацию об излучивших его биосистемах; основное действующее начало биооптоэлектроники, рассматриваемое в качестве главного коммуникационного агента всех высокоорганизованных живых систем.

Биполушарность — осуществление управления восприятиями, деятельностью и функционированием организма с помощью двух полушарий коры головного мозга, одновременно дополняющих одно другое и функционально оппонирующих одно другому; незрелый человек отличается малой освоенностью личных мозговых ресурсов, связанной именно с неиспользованием биполушарности как врожденного свойства организма; высокоразвитый человек, способный к осознанному управлению собственным развитием, получает доступ к глубокой гармонизации деятельности обоих полушарий мозга и высокой интеграции их функционирования, порождающей качественно новый эффект «умножения творческих возможностей», проявляющийся на всех уровнях осуществления мозговой регуляции жизнедеятельности и личностной самореализации.

«Большой Проект» — символический образ стратегической организации человеком собственной жизни, представляющий собой своего рода Главное Дело Всей Жизни; обычно проектируется и осуществляется в качестве альтернативы приобретенной патологической программы неполноты проживания собственной жизни и всегда опирается на готовность осуществить все то, чего более всего хотелось бы в собственной жизни; чаще всего предпринимается на переломе избавления от тяжелых недугов или глубоких депрессий, в частности, связанных с кризисом середины жизни или необходимостью избавления от т.н. «неизлечимых» заболеваний.

Бхава — «сосредоточение на чувстве объекта» (санскр.); процесс осознанного произвольного сосредоточения на переживаниях и чувствах, вызываемых сенсорным контактом с определенным объектом окружения или образом памяти; центральный навык психокультуры, позволяющий глубоко анализировать собственные переживания в связи с теми лицами, ситуациями и состояниями, которые вызывают их начало или способствуют их развитию.

Вибрационная конституция — врожденные индивидуальные особенности психосоматического организма, определяющие специфические реакции человека на различные сенсорные, идеаторные и ситуационные стимулы и совокупно свидетельствующие

«**Видение прошлого**» — символическое именование одной из присущих всякому человеку способностей, смысл которой сводится к возможности визуального или **полисенсорного** включения в мультимедийные записи совершившихся в прошлом событий, остающиеся в Глобальной Голограмме Мироздания.

«**Внутренняя аптека**» — метафора структурно-организационной полноты живого организма, метаболизм которого изначально ориентирован на разрешение любых проблем, возникающих в связи с его возможными нарушениями; символ возможности живого организма успешно вырабатывать любые необходимые биохимические соединения, поступление которых во внутреннюю среду организма успешно разрешает любые возникающие функциональные затруднения.

Возможностное состояние — эволюционно драгоценное состояние живой системы, в котором оказывается возможным радикальное перепрограммирование любых управляющих жизнедеятельностью контуров биосистемы; высокий аналог пресловутого «трансвого» состояния, в котором психика без сопротивления воспринимает любые предлагаемые ей в качестве преимущественных программы.

Возможность — атрибутивная характеристика реальности, суверенно выдаваемая за альтернативу объективности и действительности; способность любой системы при известном стечении обстоятельств принимать любую требуемую оператором ситуации форму.

«**Волновой паттерн**» — музыкально-анимационный образ состояния, желаемого к переживанию автором собственных состояний; аудиальный и визуальный образ вызывают соответствующие им ассоциации, включающие желаемые психоэмоциональные состояния.

«**Воспроизводство глупости**» — процесс бессознательного тиражирования собственных недостатков, охотно и воодушевленно осуществляемый под эгидой девизов «педагогики нравственности» и «преподавания праведности»; символ содержательного аспекта современной системы массового образования.

«**Галерея психоресурсов**» — подсистема программного инструмента «Ключ к будущему», позволяющая создавать визуально-аудиальные якоря для фиксации желаемых состояний и предоставляющая широкие возможности для моделирования искомых переживаний.

Галлюциногены — группа психохимически активных медикаментов, прием которых приводит к выраженной галлюцинаторной активности, с трудом поддающейся контролю сознания обычного человека.

Гармонический модульор — образец пропорционального деления архитектурных элементов, созданный французским архитектором Корбюзье в точном соответствии с правилом «золотого сечения» и соответствующими ему соотношениями размеров частей человеческого тела.

Гелиотерапия — метод исцеления заболеваний, связанных с недостатком жизненной силы, состоящий в предоставлении организму возможности находиться под лучами открытого солнца.

Генетическая голограмма — фиксируемая на основе четвертичной структуры ДНК волновая запись целостной многосложности организма; является матричной основой выстраивания всех вещественных структур тела; ответственна за информационное обеспечение процессов регенерации тканей и репарации клеточной организации.

Гениодинамика — прикладная антропология как наука о развитии средств развития человека; дисциплина, синтезировавшая все методы и приемы содействия процессам естественного развития индивидуума; сумма антропотехнических технологий, использование которых позволяет извлекать максимум искомого ресурса развития человеческого существа; наука быть самим собой.

Гештальт — целостный образ, полнота законченности, завершенность построения, утвержденность реализации, синтетичность проявления, удовлетворенность стремления, достижение желанной цели.

Гиперадаптивность — необычно высокая адаптивность, позволяющая биосистеме временно существовать в непривычно сложных условиях и совершать действия, напряженность которых выходит за рамки привычного; генеральная цель здравосозидания как искусства реализации глубинных потенциалов человеческого организма.

Гиперобучаемость — способность к мгновенному усвоению необычайно больших объемов новой информации, в целом не характерному для окружающих; одна из важнейших характеристик представителя лей человечества Постиндустриальной Эпохи.

Глобальная Голограмма Мироздания — структурно-полевая матрица Континуума Вселенной, содержащая подробнейшие записи свидетельств обо всем произошедшем в Мироздании; приверженцы оккультизма ошибочно предполагают, что, наряду с данными об уже свершившихся событиях, она содержит сведения и о событиях будущего.

Гороскопирование — построение символической схемы взаимоположения планет, составляющих Солнечную Систему, и ее интерпретация, позволяющая детально диагностировать роль и место события

(создавшейся ситуации или родившегося человека) в целостной картине Вселенной.

Депривация сенсорная — изоляция от влияния информационных потоков окружения, ведущая к глубокому переструктурированию спектра восприятий и динамики представлений; оказывает выраженный психоделический эффект, нередко приводящий к развитию психотических состояний.

Дефицитарная мотивация — стремления и потребности к обретению всего и вся во все больших масштабах и размерах, диктуемые глубинным психоэнергетическим импульсом, сформировавшимся в раннем детстве в ситуациях действительной нехватки и недостатков; присуща всякому человеку, не прошедшему терапевтической психологической трансформации, а потому представляет собой главный фокус любых терапевтирующих усилий.

Диагностическое упорядочивание предпочтений — один из столпов психокультуры, по смыслу совпадающий с выражением «уметь слушать свои внутренние голоса и располагать их в соответствии с порядком значимости и очередности удовлетворения».

Диалогический императив (симбиотический, кооперативный) — новая парадигма социального партнерства, заключающаяся в отказе от стратегии конфронтации и в активном творческом поиске логически саморазрешающихся ситуаций, приводящих к взаимному выигрышу всех участников группового процесса.

Доминанта (физиол.) — способность нейронных комплексов магнитным образом притягивать к себе энергию окружающих нервных клеток, в результате чего их энергетический потенциал возрастает, а потенциал окружающих нейронных регионов спонтанно подавляется; феноменологически — самопроизвольное возрастание энергетики актуализированной потребности при параллельном подавлении менее значимых желаний и стремлений.

Жизнемир (индивидуальный жизненный мир) — субъективно организованная Вселенная, смысловой, ценностный и творческий центр которой совпадает с личностью индивидуума.

Жизнетворчество — мастерство гармоничной реализации собственного творческого ресурса, в контексте которого любые условия жизни рассматриваются как податливый пластичный материал, подлежащий совершенствованию и перемене в соответствии с высшими личными представлениями об истине, красоте и благе.

Здравосозидание — искусство гармоничного выстраивания всех областей жизни индивидуума с целью максимально полной реализа-

ции его иммунного, творческого и деятельностного потенциала человека; логически сменяет здравоохранение как институт внешней помощи в построении здоровья и утверждает принцип полной самоактивности человека как субъекта созидания собственной жизни; профилактический отдел интегральной антропологии, нередко отождествляемый с «медициной разум/тело».

Ид — незаслуженно негативно оцениваемое хранилище природных влечений, хотений и стремлений фундаментального, т.е. собственно биологического характера (пища, секс, безопасность, властвование, удовольствия, комфорт, интерес).

Идеаторное конструирование — умение детально, синтетически и сбалансированно создать в пространстве воображения продуманный образ желаемого результата, в соответствии с необходимостью достижения которого в дальнейшем будет преобразована внутренняя и внешняя действительности; является одним из столпов психокультуры (наряду с аутокоммуникацией и диагностическим упорядочиванием предпочтений).

Идеаторный — воображаемый, представляемый, находящийся в невообразимом гиперреальном сверхпространстве мыслительных предсостояний, поддающийся прямому управлению осознанной волей; подлежащий абсолютной власти самого субъекта.

Импринтинг — способность живых организмов с одного-единственного предъявления значимого стимула, воспринимаемого с периоды особой чувствительности к программированию, создавать устойчивые психопрограммы поведения, после не разрушаемые даже самыми сложными и агрессивными влияниями.

Инореальности — реальности, существующие наряду с общеизвестной и социально признаваемой в качестве единственно действительной; из-за чрезвычайной значимости для человека и ввиду особых условий их восприятия обычно не вводятся в круг привычно обсуждаемых тем и служат предметом интереса писателей-фантастов, клинических мистиков и практикующих магов.

Инсайт — штормовой прорыв сложившегося в подсознании решения в пространство сознания, воспринимаемый как эмоциональный праздник; спонтанен и редок лишь для людей, не уделяющих достаточное внимание развитию собственного интеллекта; обладает всеми признаками квантового перехода из более напряженного в менее напряженное психоэнергетическое состояние.

«Инсталлятор психопрограмм» — подсистема программного инструмента «Ключ к будущему», позволяющая целенаправленно создавать

аудиовизуальные образы **самоприказов** и последовательно внедрять их в программное пространство собственной психики.

Интегра́т — совокупность нейронных записей отдельных ощущений в их развитии, целостно описывающих значимый событийный факт **личной истории** (см. **Ассоциат**).

Интериоризация — включение стереотипно повторяющихся особенностей внешнего психосоциального окружения во внутреннюю ткань собственного психического; автоматизация привычно встречаемых реакций, реализующаяся по типу сверхустойчивого условного рефлекса.

Интроецируемая саморепрессия — послушное восприятие репрессий как естественного стиля жизни и привычное поддержание репрессивного отношения к себе как заслуживающего доверия подхода к организации собственного реагирования, мышления и поведения.

Интроспекция (от лат. *introspecto* — смотреть внутрь) — метод психологического анализа, заключающийся в наблюдении собственных психических процессов без использования каких-либо инструментов или эталонов.

Интроспективный — связанный с прямым самонаблюдением, относящийся к области внутреннего самовосприятия.

Каталитическая фонотека — собрание аудиальных образов-якорей, используемых для разработки, развития и совершенствования ведущих персонажных комплексов, чаще других используемых в повседневной жизни и рассматриваемых в качестве значимого личностного ресурса.

Капитуляционная стратегия — самоорганизующееся аутодеструктивное (ведущее к саморазрушению) поведение, движимое ложным образом «невозможности реализовать желаемое состояние»; генеральная психодинамическая сила, формирующая большинство психосоматических и онкологических заболеваний.

Конкурентный императив — примитивно-биологическая парадигма социальных взаимоотношений, характерная для репрессивного этапа исторического развития человечества; выражается простейшими формулами вроде «Каждый сам за себя» или «Человек человеку — волк».

Конституциональное тестирование — метод определения исходных особенностей организации психосоматического единства индивидуума; наличие конституциональных предрасположенностей вовсе не означает неизменяемости индивидуума, конституция понимается как

исходный материал для творческой работы над собой (см. также **чакроскопия**, **ауроскопия**, **гороскопирование**).

Континуум — (греч.) «непрерывное целое», «монолитный фундамент», «цельная основа», «созданное из единого куска», «реагирующее как одно целое».

«**Ключ к будущему**» — программное средство, предоставляющее каждому желающему широкий спектр возможностей конструирования собственной реальности в соответствии с индивидуальными ценностными и эстетическими предпочтениями; является первым в истории развития компьютерных психотехнологических средств **арт-процессором**, работа с которым открывает новую главу в развитии планетарного человечества; первая версия включает три подсистемы — «**Галерею психоресурсов**», «**Психосоматический гармонизатор**» и «**Инсталлятор психопрограмм**».

Когнон — нейронный элемент целостной эйдетической памяти; нейрон различения образов, в биокристаллической структуре которого записана голографическая матрица, детально и точно соответствующая реальной ситуации, с которой сталкивался живой организм и которая оказалась живым элементом его личного внутреннего опыта; процессорный элемент мозговой системы переработки информации, ответственный за интерференцию вновь получаемых чувственных данных с уже накопленным опытом жизни.

Кранио-каудальный (вертикальный) градиент — различие степени дифференциации чувствительности и выраженности организованности в зависимости от расстояния органа или участка тела от верхнего (переднего) или нижнего (заднего) отдела организма; причина организации индивидуальной семантической среды организма (наряду с переднезадним, латеральным и центральным)

Креативность — расположенность к созданию нового; способность к эффективной переработке информации; изобретательность как умение изыскивать неожиданные возможности использования общеизвестных устройств и элементов; реализованный творческий потенциал.

Креативные стимуляторы (паттерны творчества) — аудиовизуальные паттерны, работа с которыми позволят раскрепостить глубинные творческие ресурсы и привести их в действие по собственному произволению.

Лазеропунктура — направленное терапевтическое воздействие на системы обеспечения жизнедеятельности организма посредством изменения функционального состояния биоактивных точек, представ-

ляющих собой активные центры физиологического функционирования биоэнергомериديанов; метод позволяет направленно стимулировать функционально значимые элементы целостной генетической голограммы, энергетизация которых позволяет дистантно восстановить деятельность органов и систем

Левитация — способность преодолевать сопротивление силы земного тяготения за счет сосредоточенных усилий концентрированно-го сознания; умение взлетать над поверхностью земли силою мысли.

Личная история — интегративная совокупность опытов восприятий, оценок и открытий, представляющих особую ценность для хранящего их индивидуума и совместно определяющих рисунок его неповторимой индивидуальности.

Личная сила — это некая стратегическая характеристика общей творческой дееспособности человека, вне зависимости от того, чем ему приходится заниматься. Особая интегральная составляющая личной творческой продуктивности, **холистический интеграл креативности**, обеспечиваемой всеми необходимыми информационными и энергетическими ресурсами (как накопленными организмом, так и извлекаемым извне в случае необходимости). Личная сила проявляется как изощренность, профессионализм, успешность, интуитивность, проницательность и даже гениальность. Со стороны обладатель высокой личной силы воспринимается как человек стратегически основательный, неторопливый, последовательный, непредсказуемо неожиданный и абсолютно уверенный в правоте избираемого им пути достижения цели

ЛОР-метафора — концептуальный образ, символически описывающий эффекты влияния артпроцессоров на развитие индивидуальной жизнедеятельности человека: Лечебное, Обучающее и Развивающее влияние — соответственно коррекция нарушений (Л), актуализация потенциала (О) и конструирование принципиально новых качеств и состояний (Р).

Манда́ла — (букв. «колесо», «круг», «орбита», «диск») своеобразная модель мироздания, одновременно представляющая собой как карту космоса, так и карту сознания; объектом моделирования в мандале выступают священные силы Вселенной и психики, творящие действительность по законам красоты, меры и пропорции.

Мантра — священное словосочетание, произнесение которого (вслух или мысленно) приводит в действие связанные с ним творящие силы Мироздания, что и составляет основное назначение мантры как инструмента осуществления прямой власти над психикой и миром.

Мем — структурная единица эволюции социокультурных систем, представляющая собой законченную идею, сообщение, мнение, представление или суждение, ассоциативно затрагивающее инстинкты самосохранения и продолжения рода; ввиду высокой психобиологической актуальности, это сообщение интенсивно распространяется в социокультурном пространстве, направляя мышление и поведение участников коммуникации к связанным с ним самим целям; идеальный пример мема — сплетня, касающаяся распространения новых страшных заболеваний, или политические пересуды о фигурах, реакции которых важны для всего населения.

Меметика — наука, изучающая закономерности процессов социокультурной эволюции, движимой спонтанным распространением наиболее активных мемов; аналогична генетике, изучающей закономерности распространения генов как единиц биоэволюции.

Метамерия — особое семантическое свойство цвета символически ассоциироваться с многими различными ситуациями, состояниями и обстоятельствами; играет особую роль в хромодинамической организации глубинного интеллекта; классический пример метамерии — красный цвет символически представляет кровь, огонь, борьбу, восход и закат, любовь, страсть, жажду, голод, боль, страх и ярость, и все эти состояния, обстоятельства и ситуации едины в своем ассоциировании с красным цветом.

Метамерный пул (хромокластер) — полная совокупность всех ассоциаций, бессознательно связываемых с определенным оттенком того или иного цвета, которые вместе приобретают некое системное качество благодаря своей метасмысловой интеграции организующим все метамерные ассоциации цветовым оттенком; рассматривается как основная структурная единица хромодинамической организации глубинного интеллекта, функционирующего невербально.

Метахарактер — особое системное личностное качество, благодаря развитию которого человек оказывается способным тотально перевоплощаться в совершенно отличные друг от друга личностно-ролевые образы, в то же время оставаясь в пределах полной осознанной управляемости собственным развитием; если прежде считалось, что личность жестко связана с вполне определенным характером, структуру которого можно было выявить с помощью психодиагностических инструментов, то развитие метахарактера позволит желающим проживать совершенно различные жизни в пределах одного биологического существования без утраты контроля над происходящим и потери власти над собственным развитием.

Метаэлементы опыта — своего рода молекулы отдельных впечатлений, сотканые из атомов отдельных сенсорных записей и связей между другими частицами опыта, устанавливаемых с помощью рациональных операций; наряду с простейшими метаэлементами опыта зрелая личность способна выстраивать сверхсложные структурно-смысловые образования, аналогичные биологическим макромолекулам, состоящим из сотен и тысяч атомных структурных единиц.

Микрокосмический порядок — гармоническое взаимосоответствие различных элементов, процессов и частей психосоматического целого индивидуума, более других соответствующее его особым предпочтениям и представлениям о должном и тем самым ответственное за полноту переживания творческого благополучия, ассоциируемого со словом «счастье».

Мульмимедийный — совокупно представляющий различные чувственные характеристики изображаемого процесса или явления; соответствует термину «полисенсорный» и указывает на точное взаимное соответствие параллельно направленных информационных потоков, каждый из которых несет сообщение особого рода (зрительное, слуховое, текстовое и т.д.).

Неаддитивный — качество целого, не сводящееся к арифметической сумме свойств составляющих это целое элементов и частей; соответствует возникновению принципиально новых системных качеств, которые отсутствуют у отдельных элементов и частей, входящих в состав целого объекта.

Нейрональные карты — отражение значимых характеристик внешней действительности в структурных комплексах взаимодействующих нейронов, топологически повторяющих карты идеаторных представлений, порожденные различными видами личного опыта (сенсорно-перцепторного, эмоционально-травматического, содержательно-интеллектуального или инсайтно-экстатического); активируются при обращении к соответствующим ситуациям действия; рассматриваются в качестве главного когнитивного ресурса личности; развиваются вместе с изменением структуры опыта, чаще всего в направлении расширения свободы творчества.

Нейропередатчики — класс продуцируемых мозгом нейрохимически активных веществ, способствующих осуществлению внутримозговых коммуникационных функций; представляют собой фактор чрезвычайно высокой значимости, так как ответственны за осуществление направленных и содержательных психосоматических связей, фактически определяя характер и организованность прямого нейрогуморального влияния сознания на состояние организма.

Нейрохимическая безопасность — состояние особого психоэмоционального благополучия, возникающее при восприятии предпочитаемых сенсорных стимулов; сопровождается продуцированием особо благоприятно влияющего на нейродинамику спектра нейротрансмиттеров, результатом чего оказывается многократное повышение программативной пластичности мозга.

Ненулевая игра — одно из центральных представлений в рамках математической теории игр, указывающее на существование возможности выиграть, имеющейся у всех участников игровой (в т.ч. конфликтной) ситуации; символизирует перспективу эволюционного распространения диалогического императива, настаивающего на обязательности освоения методов сотрудничества и приемов эффективного партнерства, использование которых позволит выигрывать всем, тем самым освобождаясь от страха перед возможной неудачей.

Нейролингвистическое программирование — предтеча арттехнологического подхода к самоуправлению, методически сочетающая использование творческих возможностей языковой аутокоммуникации и эксплуатацию открытости мозга грамотно осуществляемому сенсорно-образному программированию; фактически методическая и концептуальная основы НЛП целиком включены в артпроцессинг, который оказывается полным лишь при включении в него целенаправленного использования генераторов сенсорных потоков.

Нерепрессивная эпоха — одно из наименований Эпохи Водолея, называемой еще Информационной, или Постиндустриальной Эрой; качественно отличается от предшествующего периода развития человечества, являвшегося репрессивным по своей сути в связи с ложным представлением о принципиальной исчерпаемости необходимых для развития людей и сообществ ресурсов.

Новая эволюционная перспектива — совокупность преимуществ и возможностей, открывающихся перед теми, кто захочет овладеть искусством осознанного управления собственным развитием.

Новый век — синоним Нерепрессивной эпохи, Века Водолея и Информационной эры; выступает не только в роли интегратора современных оккультно-светских исканий нового миропонимания, но и выражением коллективных интуитивных ожидания радикальной перемены характера развития человека и человечества.

Нулевая игра — игра, победа одного из участников которой автоматически подразумевает необходимость проигрыша другого; символизирует конкурентную парадигму социальных взаимодействий, определяемую соревновательным императивом.

Нутрификационная метафора самовоспитания — образ воспитания как кормления предпочитаемым, нравящимся и ценным; выражение древней идеи о том, что «Человек есть то, что он ест», рассматриваемой не столько в физиолого-пищевом, сколько в сенсорно-эстетическом и интеллектуально-концептуальном аспектах.

Образ «Я» — целостное художественное самоотражение индивидуума, большая часть которого невыразима словесно, а потому до конца не может быть осознана в левополушарном ключе; интегративное представление о собственных качествах, чертах и возможностях, сочетающихся друг с другом поверх любых формальных противоречий и оппонирований; главный фокус психосоматической, личностной и биографической самоинтеграции; наиболее сокровенный пласт представлений о самом себе, целостность которого охраняется от любого рода влияний и воздействий; разрушение (полное или частичное) образа «Я» всегда сопровождается глубочайшими психодуховными кризисами и (в зависимости от внутренних установок и внешней обстановки) может вести как к мистическому взлету в индивидуальном развитии, так и к психотической деградации и социальной дезадаптации индивидуума.

Палеомозг — т.н. «мозг рептилий», соответствующий стволу мозгу отделу головного мозга; эволюционно древняя часть мозгового целого, ответственная за наиболее фундаментальные, базисные нервные функции, такие как регуляция состава внутренней среды и управление ритмикой функционирования внутренних органов.

Палитровое — спектральное, радужное, многокрасочное.

Паранормальные сверхспособности — класс высших способностей человека, открывающихся лишь при достижении определенного уровня личностного развития и поддерживающихся достаточно развитой практикой энергетической гимнастики; нередко отрицаются как реалии человеческого бытия, несмотря на то, что исторические свидетельства действительности возможности развития этих способностей неоспоримы и поразительно многочисленны; во многом эти способности удивительны: телепатия позволяет особым образом преодолевать ограничения пространства, **проскопия** символически отрицает саму реальность времени.

Паттерн — «образец», «конструкт», «модель», «образ», «пример».

Переассоциирование — осознанное изменение порядка внутренних взаимосвязей между элементами личного опыта, направленное на приведение их в более гармоническое взаимосоответствие с тем, что-бы дисгармоничные напряжения как источники проблем трансфор-

мировать в легко доступные личностные ресурсы (энергетические, познавательные, операциональные и др.).

Переконтекстуализация — (англ. «рефрейминг») один из наиболее действенных подходов к изменению структуры внутреннего опыта, заключающийся в такого рода изменении контекста конкретного сообщения, что смысл сообщения претерпевает существенные изменения.

Перепросмотр — главная психокультурная практика, заключающаяся в целенаправленном трансформировании структуры внутреннего опыта посредством сосредоточенного пересмотра всех значимых лиц и ситуаций, оставивших в памяти наиболее яркие следы; в большинстве эзотерических орденов использовался в качестве важнейшей подготовительной к инициации процедуры; в **артпроцессинге** эффективно замечается поэтапными самоизменениями в пределах спонтанно возникающих житейских затруднений (принцип «инженерии малых изменений»).

Переструктурирование — синоним осознанного переассоциирования, ведущего к желаемому изменению структуры организации внутреннего опыта, в свою очередь определяющую эффективность использования личностных ресурсов, скрытых в континууме памяти.

«Персонажный комплекс» («внутренняя труппа») — собрание индивидуально разработанных и последовательно развитых ролевых образов, каждый из которых рассматривается в качестве стратегически значимого личностного ресурса в силу регулярной применяемости в повседневной жизни; имеется у каждого психологически культурного человека, оказывающегося по сути менеджером собственных ресурсов, представленных персонажами привычных внутренних субличностей.

«Пища впечатлений» — непрерывно поступающий в психическое пространство поток ощущений, восприятий и смыслов, постоянно формирующий индивидуальный рисунок чувствований, переживаний и представлений субъекта; психологически культурный человек осознанно управляет собственным «меню впечатлений», в отличие от психологических люмпенов, потребляющих что угодно, лишь бы как и как придется.

Полисенсорный — представляющий собой простую сумму различных ощущений; привычный характер реальных восприятий, редко сводящихся лишь к одной-единственной модальности ощущений; психологический эквивалент компьютерного термина «мультимедийный».

Полупроницаемость личности — холистическое представление о личности как своеобразной символической границы между внешним и внутренним; субъект и объект представляют собой два оппонирующих аспекта единого целостного **универсума**, в котором тотально взаимосвязаны внешнее окружение и индивидуальное психическое; личность метафорически представляется подвижной границей между разнокачественными реальностями индивидуума и мира.

Постиндустриальная Эпоха — новый этап развития планетарного человечества, закономерно сменивший Эпоху Индустриальную, в свое время пришедшую на смену Аграрной Эре; характеризуется высокоинтенсивным информационным (творческим) производством, почему и называется Информационным Веком; символически соответствует Эре Аквариуса — Эпох Водолея.

Постонтогенез — качественно специфический род индивидуально-го развития, заключающийся в направленном самовоздействии субъекта на процесс совершенствования собственного организма и развитие психики, отличающийся как от спонтанно идущего онтогенеза, так и от процесса внешне обусловленных воспитания и обучения; по мере распространения арттехнологий займет существенное место в повседневной практике элиты и окажет интенсивно трансформирующее влияние на весь порядок развития культуры и самого биологического человечества.

Посттехногенез — новая фаза эволюционного развития человечества, смысл которой определится интенсивным развитием средств развития способностей и талантов самого человека; закономерно сменяет биотическую (собственно биологическую) и техногенную (технологическую) фазу развития людей; основной стратегией осуществления посттехногенеза явится совершенствование информационных психотехнологий и технических средств обеспечения развития навыков осознанного управления собственным ростом.

Потребностное напряжение — спонтанно возникающее в организме несоответствие между нуждаемостью в чем-то и неполучением этого желаемого; связано с периодически возникающими рассогласованиями между изменяющейся средой и ритмически изменяющим свои состояния организмом; является главным источником развития и наиболее ценным материалом аутодизайна.

Преградные состояния — периодически возникающие в процессе личностного развития состояния, характеризующиеся отсутствием представлений о путях, возможностях и методах дальнейшего совершенствования; чаще всего связаны с чрезмерным доверием, оказываемым ложным лингвистическим конструкциям, негативно описываю-

шим действительные творческие возможности индивидуума; для преодоления нуждаются в **переконтекстуализации** актуальных проблем и сдвигу с медитаций над затруднениями к опыту конкретных действий и поступков.

Предсонное самопрограммирование — простейший метод позитивного целенаправленного самопрограммирования, основанный на использовании высокой программативной пластичности психики, возникающей в периоды так называемых просоночных состояний — непосредственно разделяющих сон и бодрствование перед засыпанием и сразу же по пробуждении; несмотря на поразительную простоту, является одним из наиболее эффективных приемов самопрограммирования, изучение которого входит во все программы обучения методом интенсивной психической саморегуляции.

Приятие (нерепрессия) — уважение к любому из проявленных и возможных явлений, существ и процессов действительности; в рамках этого подхода к диалогированию с реальностью, уважение к иному, к собеседнику или испытывающему влияние процессу непременно предпосылается установлению контакта с ним; именно безоговорочное приятие другого как равноправного партнера более всего облегчает установление рабочей связи и благоприятно влияет на все фазы и элементы процесса сотрудничества.

Проблеморазрешающие технологии — класс современных интеллектуальных технологий, облегчающих изобретательскую деятельность творческого разума и методически обеспечивающих оптимальную эксплуатацию способностей человеческого мозга к обнаружению новых подходов к восприятию и использованию реальных процессов, предметов и ситуаций; наиболее ярким примером является ТРИЗ — теория решения изобретательских задач, созданная Г.С.Альтшулером.

Проекция — идеаторное моделирование образов желаемых построений, состояний и схем поведения, которые рассматриваются как наиболее полно соответствующие задаче достижения поставленной цели; требует развитых навыков управления эйдетическими образами и высокой креативной продуктивности воображения; одно из обязательных умений одаренных людей, способных к осуществлению эффективной и успешной творческой деятельности.

Проскопия — «видение будущего»; символическое именование паранормальной сверхспособности, позволяющей поверх барьера физического времени заглянуть за завесу грядущего и рассмотреть в многомерных вероятностных структурах развивающегося мироздания линии наибольшей вероятностной плотности, которые обещают сбыть-

ся при прочих равных условиях прежде других вариантов развития; нередко ложно ассоциируется с идеей заданности, или сложности событийных рядов в некоем трансфизическом пространстве; на самом деле видение будущего, часто реализуемое в предсказаниях, предвидениях и пророчествах, всегда корректируется реальным ходом развития жизни, опирающегося на неизменность полноты свободы воли.

«Пространство удовольствия» — область переживаний, связанных с восприятием предпочитаемых сенсорных стимулов и оптимистическим отношением и к себе, и к действительности; доступ к нему открывается через самые разные пути — от галлюциногенных психоделиков до сенсорно-идеаторной гимнастики; пребывание в нем можно использовать как в интересах углубления собственного развития, так и ради получения недопустимо мощных приятных переживаний, напряжения которых нередко не выдерживают тонкие структуры психики и организма; может служить как источником подлинных радостей и опорой на пути восхождения к прекрасному, так и причиной болезнетворного саморазрушения и антисоциального поведения.

«Психические вирусы» — бытовое именование мемов, воспринимаемых как агенты агрессивного самотиражирования в психических средах как отдельных индивидуумов, так и целых сообществ.

Психоделик — средство интенсивного повышения психической пластичности, являющееся инструментом приведения психики в состояние высокой программативности, в котором любые внешние формулы поведения и самоприказы воспринимаются безо всякой критики, а потому усваиваются в качестве ведущих глубинных императивов; бывают ароматические, мелодические, психохимические, ситуационно-стрессовые, лингвистические, биоэлектронные, депривационные и хроматические.

Психоделический — способствующий достижению психоделического эффекта, т.е. повышающий уровень пластичности психики и увеличивающий доступность мозга для перепрограммирования.

Психоживопись — мастерство создания сублиминально активных полотен, которые обладают четко выраженным направленным действием на психику воспринимающих субъектом; классическим примером психоживописи является православная иконопись и тантрические мандалы и янтры.

Психоиммунитет — потенциал защитных сил организма, иницируемый и развиваемый за счет особого рода мобилизации психоэмоциональных ресурсов организма; ответственен за большинство т.н.

«чудесных» исцелений; является главным объектом здравосозидающих психорегуляционных усилий.

Психоинженерия — технологический синоним целостного психодуховного воспитания; осознанное выстраивание черт и качеств гармонизированного целостного характера в точном соответствии с заранее созданным проектом совершенствования индивидуума.

Психоинсталляция — особый метод интенсивного обучения, в котором используется знание закономерностей **сублиминального** восприятия информации и применяются аппаратные и суггестивные технологии управляемого повышения информационной открытости (внушаемости) и программируемости (эффективной фиксации нового) обучаемого субъекта; в ближайшие годы будет вытеснять привычные (психологически пассивные) методы обучения во всех образовательных системах.

Психоинформационная медицина — раздел психосоматической медицины, акцентирующий способность мозга целенаправленно трансформировать функционирование любых организменных структур и использующий **психоиммунные** возможности самовосстановления функциональной активности органов и тканей за счет мобилизации глубинных ресурсов психики; широко использует возможности аппаратной поддержки состояний глубокой восприимчивости и технологии целенаправленного проектирования эффективных трансформационных приказов.

Психокатализация — суггестивное содействие процессам естественного саморазвития содержаний внутреннего опыта, ведущее к существенной интенсификации самоорганизации психики и тела, позволяющей индивидууму самостоятельно справляться с возникающими на его пути проблемами без обращения к помощи специалиста-психотерапевта.

Психокинез — способность управлять движением физических предметов с помощью особым образом организованной (осознанно сосредоточенной) воли; одна из паранормальных сверхспособностей, раскрытие которых представляет своего рода «следующий этап» развития человеческой природы.

Психолиз — способность посредством определенного рода идеаторных манипуляций сосредоточенного сознания формировать устойчивые психополевые структуры, оказывающиеся центрами консолидации находящихся в окружении атомов и молекул; достаточно редко встречающаяся паранормальная сверхспособность, иногда именуемая «управляемой материализацией предметов».

Психологическая культура — прикладная область интегрального человековедения, посвященная совершенствованию средств и методов возделывания человеческой природы; основным действующим субъектом психокультурного творчества является сам человек как художник собственной жизни; **аутокоммуникация, идеаторное конструирование и диагностическое упорядочивание собственных предпочтений** — три кита «заботы о себе», как иногда называют психокультуру.

Психомагнитность — парапсихологический аналог нейрологической доминанты; способность ментальных содержаний и эмоциональных зарядов определенного качества притягивать к себе энергию окружающих существ, предметов и процессов, в результате чего с течением времени предмет сосредоточенного сознания оказывается намного более энергетичным, нежели он являлся таковым в самом начале процесса нагнетения; используется при **психокинезе** и **психолизе**; полезен при развитии **психоиммунитета**.

Психомутация — 1) способность сосредоточенным волевым пожеланием, сопровождаемым ярким образом цели, вызывать направленные мутации в ДНК живых организмов, тем самым осознанно управляя процессом биологической изменчивости; 2) спонтанное взаимодействие смысловых элементов в пространстве бессознательного таким образом, что неожиданные соединения ранее не связанных содержаний в результате приводят к самопорождению принципиально новых смыслов, являющихся семантической основой для создания творческих решений.

Психонавты — психокультурные **хромофилы**, развившие в себе способность к осознанному путешествованию по внутренним психоментальным пространствам; рассматриваются в качестве пионеров исследования **инореальности**, творчество которых существенно обогащает развитие человечества в ближайшем будущем.

Психопластика — искусство направленно трансформировать структуры инертных предметов и живых существ за счет особым образом организованной осознанной воли (см. также **психолиз** и **психомутация**).

Психополитика — стратегия осуществления управления государством посредством сугубо психологических инструментов, главными из которых оказываются образовательные системы и психотерапевтические кадровые корпуса; мастерство гармонизировать жизнь народа посредством приведения в действие глубинных механизмов самоорганизации энергий и смыслов, который каждого индивидуума приводит к состоянию здоровья, счастья и полноты творческой самореализации.

Психополотно — шедевр психоактивного искусства, созданный мастером психоживописи; в будущем войдет в арсенал приверженцев психоинформационной медицины в качестве одного из наиболее действенных и наиболее экологичных средств влияния.

Психопрограммы — строго структурированные последовательности взаимодействий определенных нейронных групп, обеспечивающих процессы переработки информации в нервной системе; точный биологический аналог компьютерного программного обеспечения.

Психопроцессор — компьютерное программное средство, обеспечивающее информационную поддержку симбиотического взаимодействия оператора и терминала с тем, чтобы человек мог использовать возможности технического устройства с целью осуществления актов саморегуляции и развития навыков осознанного самоуправления.

Психоредактор — компьютерное программное средство, обеспечивающее информационную поддержку процесса саморегулятивного управления формированием собственных психопрограмм.

Психоритмология — наука об организации процессов развития индивидуальной психики во времени; имеет своим предметом системно организованные ритмы изменения самых различных динамических и структурных характеристик психики, упорядоченно связанные с различными внешними временными указателями.

Психосемантика — область психологической науки, изучающая психологические механизмы динамики смыслов и закономерности изменения конкретных значений в зависимости от самых различных условий и обстоятельств; обеспечивает разработку психодиагностических инструментов, с помощью которых можно детально исследовать структуру индивидуальных значимостей с целью из конструктивной (обучающей или терапевтической) коррекции.

Психосенсорная катализация — организация предпочитаемого сенсорного (аудиовизуального) потока, способствующего скорейшему разрешению возникших энергетических напряжений в организме и интенсификации процессов смысловой самоорганизации психики.

«Психосоматический гармонизатор» — подсистема программного инструмента «Ключ к будущему», позволяющая успешно диагностировать текущее глубинное психоэмоциональное состояние и направленно гармонизировать его с целью приведения в состояние полной гармонии, специфичное именно для данного индивидуума.

Психосоматозы — обширная группа заболеваний, сопряженных с развитием специфических глубинных конфликтов; некоторые спе-

циалисты считают, что именно конфликтные напряжения психики являются этиологическими факторами возникновения заболеваний, принадлежащих этой группе; другие убеждены в существовании некоего параллелизма душевной и телесной патологии, различные стороны которой выражают некое психосоматическое двуединство деформации условий жизнедеятельности человека как целостного существа; как бы там ни было, но исправление телесной динамики обычно благоприятно сказывается на психодуховном состоянии человека, тогда как содействие успешному разрешению внутренних конфликтов неизменно облегчает соматическое выздоровление.

Психосубстанция — повсеместно распространенное представление о некоей «тонкой телесности» психического, которое позволяет применять к анализу внутренней жизни человека медицинские, операциональные и художнические метафоры с целью понимания происходящих в психике процессов; в повседневном общении синонимично слову «душа».

Психосфера — 1) голограмма психоизлучений населяющих планету людей, интерференционно организованная в строгом соответствии с тематикой и силой мыследеятельности; 2) глобальное целое объединенных мыслительных энергий человечества, способное играть собственную автономную роль в сценариях реализации планетной жизни; 3) тематически ограниченный аспект системной планетосферы, имеющий отношение к влиянию на психику человека — все то, что может быть воспринято психически и что способно испытать на себе психическое влияние человека.

Психотехнологические карты — организованные последовательности создания специфических анимационно-аудиальных волновых паттернов, способных (в силу особенных психотропных качеств) оказывать точно прогнозируемое **сублиминальное** влияние на состояние, переживания и поведение человека; рецептурные прописи организации аудиовизуальных средств влияния.

Психотехнология — система взаимосогласованных ментальных и психофизических операций, результатом достижения и реализации которых оказывается вхождение управляющего собой субъекта в заданное им искомое состояние.

Психоуправление — заветная мечта всякого мегаломана (лица, страдающего манией величия) и эзотерика; возможность этого предвидит всякий более или менее разумный человек, однако устойчиво и убедительно реализовать искомые эффекты пока мало кто смог; убедительные приказы о направленном поведении вещественного, требования о подчинении рассудка сиянию интуиции, пожелания уп-

редить развитие людских недостатков хотя бы путем просвещения или образования — до сих пор все эти подспудно реализуемые интуиции о естественности психоуправления действительностью существуют на уровне баек, сплетен или легенд.

Психоцентризм — генеральное отношение к мировой динамике, в основании которого находится представление о фундаментально причинном положении психического во Вселенной.

«Психоэлектронная аппаратура организма» — техницистское выражение, порождение которого связано с неизменно уважительным отношением инженеров к живой материи, в связи с чем они и используют в определении поразительных возможностей живого те термины и понятия, смысл которых более всего поражает их в привычной для их творчества реальности.

Психоэнергетический гомеостаз — процесс самопроизвольного (ауторегуляционного) поддержания баланса между управляющими организмом тонкими энергиями (стихиями), находящимися друг с другом во вполне определенных взаимоотношениях и вместе составляющих тот энергетический материал, из которого и ткется полотно живой жизни; символически соответствует балансу «куб Макса Люшера», равновесие которого находится в прямой зависимости от соотношения стихийальных сил, действующих в конкретном живом организме.

Пульсационная квазистационарность — ритмически организованное изменение показателей состояния системы, остающихся в известных пределах и не выходящих за рамки некоторых критических показателей.

«Разумное зеркало» (из сказок Пушкина) — идея технотронного устройства, выведенная в «Сказке о царевне и семи богатырях», к экспертному заключению которого время от времени обращалась царица со словами «Свет мой, зеркальце, скажи, да всю правду доложи».

Реализационная власть — способность реализовывать задуманное и доводить до желаемого воплощения планируемые рабочие программы и проекты.

«Регионализация» — естественная передача все больших полномочий и прав все более элементарным субъектам властвования; пределом психологической регионализации является повсеместная утверждение идеологии самодостаточного аутоцентризма; для противников идеи возможного установления власти пресловутого «мирового правительства» — вполне логичный противовес якобы эволюционно законной идее глобализации.

Реимпринтинг — способность целенаправленно реорганизовать конкретные психопрограммы, автоматическое самосуществование которых попросту ограничивает творческую свободу индивидуума и рассматривается как препятствующее его личностному росту; возможность осознанного перепрограммирования конкретных участков и областей единой программной внутренней среды индивидуума.

Рекреационная индустрия — поточное производство уникальных индивидуально создаваемых психотехнологических компьютерных комплексов, использование которых позволит многократно повышать эффективность отдыха, рассчитанного на восстановление творческой активности заказчика рекреационных технокомплексов.

Рекреационная психотехнология — индивидуально подобранная и конституционально комплиментарная последовательность сенсорных операций, смысловых влияний и аутосуггестивных упражнений, совокупной целью которых является приведение занимающегося в искомое им состояние при полном осознанном контроле происходящего и свободной возможности углублять и расширять свое переживание и все связанные с ним возможности.

Реликтовое излучение — (астрономич.) сохраняющееся по сей день всепроникающее фоновое излучение, порожденное процессами, связанными с т.н. «первичным взрывом», возможно ответственным за возникновение нашей ближайшего космического окружения; метафора чего-то очень важного в смысле древнего и имеющего отношение к самым истокам и одновременно очень малозначительного в смысле малой мощности и малой понятности для жизни настоящего.

Репрессивная культура — система организации жизни сообществ, базирующаяся на представлениях об ограниченности необходимых для поддержания жизнеобеспечения ресурсов; это заблуждение косвенно предоставляло возможность сильным оправдывать подавление слабых в интересах развития «более жизнеспособных» членов общества; с приходом Эпохи Аквариуса оказалось, что ресурсы по природе своей являются феноменом принципиально неисчерпаемым, если только уметь рассматривать их достаточно широко и системно; печальный этап развития истории человечества, который в настоящее время вынужденно уступает место Эре Нерепрессивного Сотрудничества, генеральным пафосом которого станет полное взаимоуважение и оптимистическая уверенность в абсолютной неисчерпаемости ресурсов, если только они верно и грамотно используются.

Самовлияние — организация собственных сил и имеющихся возможностей таким образом, чтобы они служили более полному рас-

крытию собственных талантов, в результате чего жизнь оказывалась бы все более и более полной, красивой и интересной.

Самозапрет — волевой самоприказ, содержанием которого является то или иное ограничение собственной активности, предпринимаемое с целью сохранения приемлемых условий собственного существования или осознанного непричинения вреда другому.

Самоограничение — важнейший компонент практики самодисциплинирования, заключающийся в умении осознать второстепенные удовольствия и нужды и отказаться от их получения или удовлетворения ради достижения значительно более важной генеральной цели осуществления собственной жизнетворческой активности.

Самопобедитель — мастер самовоспитания, сумевший обуздать хаотические импульсы собственной природы, при этом нисколько не повредив первозданную девственность своей глубинной индивидуальной природы.

Самоприказ — четко и чувственно безупречно сформулированный образ достижения результата, который самим воспринимающим человеком рассматривается как единственное верная стратегия собственного ближайшего развития.

Самопричинность человека — религиозно закрепленная свобода человека являться причиной самого себя, принимая при этом всю полноту личной ответственности за все те плоды самотворчества, каковые оказываются реализованными в соответствии с личными пожеланиями; нередко служила иллюзорным основанием ложно понимаемой свободы; при ближайшем рассмотрении оказывается величайшим даром, коим не обладает ни одно существо в известной нам Вселенной, исключая разве что Всевышнего Творца.

Саморазрешение — предоставление самому себе всей полноты возможности развиваться в собой же желаемом направлении (см. **санкционирование развития**).

Самораскрашивание — умение таким образом расцветить и разнообразить собственное существование, чтобы оно оказалось интереснее любых новелл, заманчивее любых завлекающих курортов и увлекательнее любых детективов; вся ответственность за **палитровое** изменение собственного существования лежит на том, для кого оно оказывается дороже всего, т.е. на самом изменяющемся человеке.

Самореализация — полнота деятельностного, реактивного, творческого, результативного и генерационного проявления всего того потенциала, которой присущ нам от рождения; для большинства граждан репрессивных обществ являлась не более, чем фантазийной меч-

той или запредельным витийствованием; с приходом Эпохи Водолея становится императивом деятельности всякого человека, решившего воспользоваться всеми психотехнологическими благами цивилизации и обретшим право на высказывание миру собственного содержания, которым и является его личная творческая жизнь.

Саморедактирование — избирательно творческое отношение к проявлениям собственной личности, не терпящее халтуры и недомолвок; процесс текущего исправления в самом себе всего того, что лично не приемлется этически или эстетически; искусство поддержания самого себя в форме, приемлемой для встречи в Великим Цензором.

Самотворчество — умение пересоздавать себя вновь и вновь вслед за непрестанно саморождающимися глубинными представлениями о должном, прекрасном и совершенном.

Самоубеждение — обращение к собственной «взрослой» составляющей, которая рискует откликнуться быстрее других, но и быстрее других выдвинуть оппонентные формулы, оспаривание которых рискует составит немое затруднение на пути реализации задуманного; эффективен как прием психической саморегуляции лишь при полном и глубоком согласии с самим собой.

Самоугаваривание — адресование самоприказа своей ребяческой (детской, инфантильной) ипостаси; готовность настойчиво и последовательно «добывать» нейрологические очаги сопротивления, слом напряжения которых позволит совершить требуемые психонейрологические переакцентировки.

Самозэкспертиза — умение беспристрастно оценить собственные выигрышные и проигрышные стороны, анализ которых поможет дальнейшему совершенствованию всего того, что лично значимо для нас; одно из труднейших психокультурных умений, подразумевающее необходимость совершения т.н. «труда свободы».

Санкционирование развития — свободное внутреннее решение индивидуума, предоставляющее ему самому право свободного развития в желаемом им самим же направлении; в условиях сохраняющих свою силу репрессивных стереотипов отношения к самим себе оказывается далеко не таким уж очевидным результатом в общении с самим собой; умение «дать себе волю», «отпустить себя на свободу», «захотеть сделать жизнь такой, какой самому бы захотелось».

Светотерапия — класс терапевтических методов, в основе которых лежит высокая степень биотропности световых излучений и напряженная готовность живых организмов к восприятию тех информа-

ционно-энергетических (в т.ч. и световых) потоков, которые способны изменить метаболизм и нейродинамику к лучшему.

Сенсориум — чувственный сектор **актуальной среды**, границы и глубина которого заданы чувствительностью, избирательностью и степенью разрешения восприятий, возможных осуществиться посредством органов чувств данного организма.

Сенсорная депривация — см. **Депривация сенсорная**.

Сенсорная солидарность — энергийно-смысловое единство всех живущих на планете существ, обусловленное самим характером их совместной эволюции, на протяжении миллионолетий которой складывались достаточно четко определенные взаимоотношения между характером восприятий и типами ситуаций, этим восприятиям соответствующим.

Сенсорный генератор — психокомпьютерный синоним «**Ключа к будущему**» как устройства, предоставляющего желающим возможность по своему желанию выстроить воспринимаемые ими же потоки сенсорных сигналов.

Синхронизм — особый род понимания связей между явлениями и событиями, не сводящийся к однонаправленной линейной зависимости друг от друга параллельная причинность, порожденной иллюзорными представлениями о природе времени; представление о некоей надвременной и надпространственной связи между различными субъективными переживаниями и объективными происшествиями, иногда ошибочно именуемых «смысловыми» или «содержательными»; опаснейшая форма трактовки порядка взаимосвязей между элементами существования, чрезмерная приверженность обращению к которой рискует завести самосознающего индивидуума в непроходимые дебри полной утраты аутоцентрических ориентиров.

Социоритмология — наука об организации процессов развития социальных систем во времени; имеет своим предметом системно организованные ритмы изменения самых различных динамических и структурных характеристик социосистем и сообществ, упорядоченно связанные с различными внешними временными указателями.

Способностное пространство — область свободного выбора направления индивидуального развития, в пределах которого человек оказывается способным стать тем, кем он желает стать; в каждой конкретной ситуации описывается спектром пожеланий, опасений и устремлений реального лица, интуитивно ощущаемого ростовые зоны собственного развития и предчувствующего глубинную основу возмож-

ности всех тех достижений, которые по тем или иным причинам вдруг оказались значимыми и ценными лично для него.

Способность — атрибутивная характеристика человека как психосоматического ансамбля; готовность развиваться в любом желаемом направлении, если только образ устремления достаточно четко и детально точно сформирован; психологический синоним философской категории всевозможности.

Способный потенциал — принципиальная всевозможность развития и совершенствования, присущая любому человеку как сверхпластичной развивающейся биосистеме; готовность организма выполнить любое настойчивое пожелание психики, если таковое будет сильно мотивировано, а значит будет стремиться направить трансформацию психической деятельности к более гармоничному и целостному состоянию.

Страхолиз — последовательное преодоление тяготящих индивидуума тревог, страхов и опасений, определяющих характер негативной стороны внутренней психической жизни; способ получения дополнительной психоэнергии, привычно связываемой необходимостью блокировки и подавления страхов, переживание которых нарушает естественную целостность душевной жизни.

Сублиминальный — подсознательный, воспринимаемый без осознания, незаметно воспринимаемый, проходящий в психику без контроля сознания.

Субличность — автономный самоактивный комплекс психических элементов, привычно воссоздаваемый в психике благодаря необходимости однотипно реагировать на сходные ситуации; соответствует ролевому образу «персонажного комплекса»; частичное проявление личностного богатства индивидуума, вынужденно ограниченно-го требованиями конкретной ситуации жизни.

Суггестивный — внушающий, проникающий в сознание помимо осознанного контроля, пробирающийся в психику, минуя защитные установки и осознаваемые ценностные барьеры.

СуперЭго — в психодинамической антропологии Зигмунда Фрейда контролирующая восприятия, решения и поведение психическая инстанция, ответственная за непрерывное оспаривание правомочности стремлений Ид получить искомое удовлетворение с позиций социально-конформной этики и системы внешних культурных запретов; представляет собой систему интериоризованных репрессивных представлений внешне значимых фигур (родительских, социальных,

мифологических), привычно принимаемых за «собственное» «естественное» «здравомыслие».

Супрематический — «стоящий выше наблюдаемой реальности», «находящийся за пределами чувственно воспринимаемой действительности», «укорененный в причинных основаниях бытия», «имеющий отношение к источнику существования».

Танатос — в психодинамической антропологии Зигмунда Фрейда сила, отвечающая за подавление и сворачивание жизнотворчества всех органических форм, включая и человека.

Телегония — паранормальная способность осознанно влиять на целенаправленные изменения телесных биоструктур и функционирования органов и систем организма в точном соответствии с длительно поддерживаемым образом результата желаемого изменения.

Телепортация — паранормальная способность мгновенно перемещаться на значительные (в пределе — сколь угодно большие) расстояния посредством особым образом организованных волевых сознательных усилий; исторически известны самые различные виды реализации этой способности, однако развиваться она может лишь по мере совершенствования других, менее энергоемких проявлений жизнедеятельности человеческого организма.

Тип:Ситуация:Цель — три составляющих любой структуры психосенсорного воздействия, действительно соответствующей природе изменяемого индивидуума и стоящим перед ним задачам; конституциональная, ситуационная и целевая составляющая существенны для диагностики всякого наличного состояния системы, а значит должны учитываться при составлении любого рецепта воздействия, если система или процесс, испытывающие такое влияние, достаточно сложны и значимы для того, чтобы о их гармонии и здоровье имело бы смысл всерьез заботиться.

Тренд — направление равнодействующей многих сил, влияющих на развитие колебательных процессов; среднеобразующая квазистационарных колебаний с течением времени сдвигается в ту или иную сторону, отмечая тем самым общее изменение состояния целостного организма; интегральный показатель дрейфа состояния системы в сторону изменения определенных характеристик.

«Труд свободы» — особого рода внутренняя работа, производимая в связи с совершением самых разных выборов и с принятием решений различного уровня; поначалу (при ее освоении) приводит к потере значительной внутренней энергии, а потому нередко рассматривается как утомительное занятие; нуждается в освоении и совершенство-

вании, как и любой иной вид творческого труда; по мере становления «навыка свободы» субъект в результате каждого верного личного решения получает такое расширение пространства свободы, связанное с притоком дополнительных сил, что о «труде» говорить не приходится — затруднения выбора испытывают лишь начинающие.

Универсум — лишь субъективно приемлемое объединение внешнего мира и внутреннего пространства субъекта, создающего невыразимо полную и непостижимо глубокую целостность — мир как действительное слияние человека и Вселенной.

«Управляемый нарциссизм» — психоэмоциональная составляющая здравого переживания аутоцентрической позиции; в быту именуется «любовью к самому себе» и «самопрятием», хотя к патологическому нарциссизму не имеет никакого отношения; переживание такого рода является верным свидетельством сохранения здоровой целостности организма и самоидентичности индивидуума, не испытывающего болезненных расщеплений или самооппонирований в себе самом.

Фотонная аура — фотонные потоки, организованные на основе структурно-полевой матрицы организма; их интерференционная картина воспринимается видящими как аура; представляет собой своего рода интегральный регуляционный каркас, организующий молекулярную динамику процесса обмена веществ во всем пространстве организма.

Фликкер-шум — согласно одной из гипотез, развиваемых приверженцами синергетики, особый космический ритм, микроструктура которого содержит некую фундаментально значимую структурную информацию, являющуюся основой поддержания всеобщего космического порядка; своего рода звучание космического камертона, на ритмы которого настраивается все сущее, благодаря чему поддерживается единство существования.

Фрактальный — содержащий в каждой из своих сколь угодно малых частей полную информацию о структуре целого; структурно сложный объект, на каждом уровне собственной организации повторяющий основную структуру больших и меньших масштабов.

Футурошок — кризисное состояние человека, обусловленное нарастанием информационного производства, которое предъявляет к индивидууму повышенные требования в связи с необходимостью переработки колоссальных объемов информации, а потому чревато выраженным информационным стрессом и его негативными последствиями (проявляющимися, в частности, в форме социальной дезадаптации или психосоматических заболеваний); главными факторами раз-

вития футурошока являются нарастание количества новизны в окружающем мире, экспоненциальное наращивание скоростей и темпов развития и стремительное увеличение разнообразия предметной среды; защита от футурошока и его последствий возможна лишь на путях совершенствования способности к осознанному управлению собственным развитием.

Фэн-Шуй — искусство целенаправленного выстраивания структуры биоэнергетической среды таким образом, чтобы она оптимально соответствовала индивидуальным особенностям проживающих в этой среде лиц; мастерство установления прямых симбиотических взаимосвязей между человеком и его предметно-энергетическим окружением; умение гармонизировать индивидуума с тем местом, в котором он призван жить, творить и развиваться.

Х-зона — совокупность т.н. «молчащих» зон мозга, ответственных за информационно-энергетическое обеспечение реализации способностей, именуемых паранормальными, или супрасенсорными; могут быть осознанно включены в управляемое функционирование лишь по достижении известного уровня личностно-энергетического развития; присутствуют в мозгу каждого из биологически здоровых людей, однако для раскрытия и целенаправленной эксплуатации требуют известных самотворческих усилий; после сильнейших физических травм, глубоких нервных потрясений или в околопсихотическом состоянии способны активироваться, но в этих условиях их деятельность практически не контролируется свободным сознанием, а потому реальная польза их обладателю не приносит.

Холистический — единый, интегральный, целостный, системный, кооперативно реагирующий, имеющий отношение к живому и характеризующийся наличием внутренних сил саморазвития.

Холодайн — неаддитивная совокупность различных атомов ощущений в молекуле чувственного факта, из которых сотканы ассоциаты, или интеграты личного внутреннего опыта; обладают известной автономностью и самостоятельностью, склонны вступать друг с другом во взаимодействия, но при этом легко поддаются и осознанному волевому управлению.

Хромограмма — схематическое цвето-структурное изображение результатов конституциональной диагностики (**ауроскопии** или **чакроскопии**); позволяет целостно описать интегральное состояние изучаемого человека, на основании вывода о тенденциях развития которого можно составлять рецепты эффективных терапевтических или развивающих влияний.

Хромокластер — см. **Метамерный пул**

Хромосемантический — термин, указывающий на невербальную природу человеческого интеллекта и характеризующий параллелизм смысла и цвета, объединяемый в термине «цветосмысловой»; индивидуальная **хромосемантика** непосредственно связана со структурой личного внутреннего опыта, хотя базируется на единых для всех землян **метамерных** соответствиях смыслообразующих базисных критических ситуаций (пища, удовольствие, рождение, любовь, опасность и т.д.) и оттенков различных цветов.

Хромотип — конституционально закрепленные (относительно устойчивые и наследуемые психогенетически) особенности вибрационной инфраструктуры организма, выражаемые в особенностях внутри-мозговой оптоэлектронной переработки биологически актуальной и лично значимой информации; проявляется в относительной устойчивости предпочитаемых и отвергаемых оттенков цвета, названия которых и дают имя соответствующим хромотипам; является интегральным метаклассификационным критерием выделения спектра индивидуально-личностных особенностей конкретного человека, позволяющим интегрировать все известные психологические типологии — от эмбриогенных до характероскопических.

Хромофилы — лица с выраженной склонностью к развивающей работе с цветом; чаще других одарены способностью осознанного управления собственным развитием; отличаются повышенной ментальной активностью, выраженной **креативностью** и искренним дружелюбием, позволяющим их относить к передовому отряду эволюционирующего человечества.

Цвет — одна из предельных абстрактных категорий, обозначающая всекосмического посредника, некоего содержательного эфира, тотально приемлемого коммуникатора; коммуникационный пароль всего объективно-субъективного, психосоматического, синтетического.

«**Цветные кнопки состояний**» — полисенсорные (чаще аудиовизуальные и символично-текстовые) якоря ресурсно значимых состояний, включение которых (с помощью артпроцессора или волевой эйдетической визуализации) переводит организм в искомое состояние.

Цветопсихология — 1) отрасль психологии как науки о развитии человеческой души, содержащая знания о взаимосвязях между телесным и психическим; 2) метафорический синоним интегрального человековедения, содержательным фокусом которого является одноименная категория.

Цветосреда — привычное системно-сенсорное окружение индивидуума, столь же значимое для характера осуществления его естественной жизнедеятельности, как и показатели микроклимата — физико-химические или социокультурные; наиболее значима личная цветосреда, формируемая каждым человеком для самого себя с помощью подбора колорита собственного гардероба и интерьера; имеет значение привычная палитра сообщества, в энергетическом пространстве которой развиваются характерные качества и особенности людей, ассоциируемые с рисунком этнического характера.

Целевое состояние — состояние реализации задуманного и осознанного стремления к выполнению намеченного; иногда именуется целеориентированным, противопоставляясь спектральному, или верному, или **возможностному** состоянию.

Чакроскопия — умение непосредственно наблюдать цветовой состав и динамические структуры чакрических «этажей» организационной упорядоченности индивидуума, детальное знание которой позволяет глубоко и точно оценивать интегральное психосоматическое состояние человека, определять запасы его творческой энергии и выявлять скрытые ресурсы развития; обычно, как и **ауроскопия**, осуществляется лицами, владеющими даром ясновидения, хотя при надлежащем порядке личностного развития эта способность естественно раскрывается у любого человека. действительно стремящегося ее реализовать и нуждающегося в ее использовании.

Чакры — области человеческого организма, функционально организуемые региональные психосоматические взаимосвязи на различных «этажах» структурно-динамической организации человеческого микрокосмоса; фокусы сплетения структурно-полевых динамических процессов и управляемых ими вещественно-энергетических структур индивидуального микрокосмоса; точный аналог центров разумной силы, действующих во всех целостных системах, по праву именуемых квазиживыми (социокультурные сообщества, солнечная система, биогеоэкоценозы).

Человековедение — синтетическая область научно-практических знаний, исходно принадлежащих различным научным дисциплинам, но объединенных своим предметом — осознанно развивающимся человеком; искусство использовать присущие индивидууму силы, способности и особенности в качестве пластического материала построения целостного образа себя и собственной жизни в соответствии с лично приемлемыми критериями этических приоритетов и эстетических предпочтений.

Эго — в психоаналитической модели психики Зигмунда Фрейда центральная управляющая инстанция психического, ответственная за совершение осознанных выборов и принятие ответственных решений за санкционирование свободного действия тех или иных мотивов, влечений и пожеланий.

Эйдетическая визуализация — способность к волевому управлению потоками произвольно вызываемых визуальных представлений и осознаваемой режиссуре взаимодействий значимых образов и процессов; центральное умение в практике активной медитации; феноменологически представляет поддерживаемое осознаваемой волей управляемое галлюцинирование при сохранении бодрствующего сознания, идущее без потери социальной адаптивности и коммуникационной адекватности субъекта.

Эйдетическое пространство — сфера представлений; пространство воображения; **идеаторная** область; многомерный сектор общего психического пространства, на просторах которого осуществляется **полисенсорное** проекционное моделирование предпринимаемых действий, мультимедийное восприятие сверхчувственной информации и программативное конструирование образов предполагаемых действий.

«Эйдотрон» — в серии программных разработок следующее за «Ключом к будущему» арттерапевтическое компьютерное средство, предоставляющее индивидууму лишь одному ему ведомым образом использовать восприятие шедевров мировой культуры для приведения собственного разума и организма в высокое гармоничное состояние.

Экологизм — уважительное отношение к любому предмету интереса или живой целостности как к хрупкому сокровищу, неразумное или насильственное вмешательство в жизнь которого рискует повлечь за собой непоправимые разрушительные последствия; априорное уважение к дару жизни, неизменно характеризуемому гармоничной целостностью проявлений и синтетизмом взаимосвязей всех отдельных частей.

Эрос — в психодинамической антропологии Зигмунда Фрейда сила, отвечающая за обеспечение жизнотворчества всех органических форм, включая и человека.

Янтра — абстрактное геометрическое изображение, которому обычно приписывается сакральное могущество; сосредоточение на нем приводит в действие определенные творящие силы и разумные принципы, поддерживающие организованность жизни и сознания.

Ясновидение — паранормальная способность человека непосредственно воспринимать интересующую его сенсорную и содержательную информацию поверх любых внешних ограничений пространства и времени; полный спектр ясновидческих возможностей включает множество видов проявления этой способности — трансскопия (умение видеть сквозь физические преграды), микроскопия (умение прямо созерцать микроскопические объекты без помощи физико-оптических устройств), дальновидение (умение воспринимать в режиме реального времени то, что происходит на значительном удалении от наблюдателя, а значит, исключает возможность сенсорного контакта с происходящим) и многие другие.

**МОНОГРАФИИ СЕРИИ
«ГЕНИОДИНАМИКА»**

Серия первая

«Практикум творческой аутокоммуникации»

Книга первая

«ПРЯМОЕ ВЛИЯНИЕ НА СОБСТВЕННЫЙ МОЗГ»

Книга вторая

«МАСТЕРСКАЯ САМОТВОРЧЕСТВА»

Книга третья

«УЧЕБНИК МЕТАПРОГРАММИРОВАНИЯ»

Книга четвертая

«МЕТОДОЛОГИЯ ИНТЕГРАЛЬНОЙ ПСИХОКУЛЬТУРЫ»

Серия вторая

«Трансформационная психология»

книга первая

«ПСИХОДЕЛИЧЕСКИЙ РЕНЕССАНС»

книга вторая

«ЦВЕТ КАК ФОРМА САМОСОЗНАНИЯ»

книга третья

«КВАНТОВАЯ ПАРАДИГМА САМОРЕГУЛЯЦИИ»

книга четвертая

«ПАЛИТРА ЛИЧНОСТНОЙ ДРАМАТУРГИИ»

книга пятая

«ОТКРОВЕНИЯ СОЛНЕЧНОГО ЛУЧА»

книга шестая

«КЛАВИАТУРА ДЛЯ ГЕНИЯ»

книга седьмая

«НЕЙРОТЕХНОЛОГИИ РАДУГИ»

Серия третья

«Симбиотическая мистерия»

Книга первая

«НОУ-ХАУ АУТОДИЗАЙНА»

Книга вторая

«ОАЗИСЫ ГРУППОВОГО СОЗНАНИЯ»

Книга третья

«СПЕКТРЫ ЖИЗНЕННЫХ СМЫСЛОВ»

Книга четвертая

«ГЕНИОДИНАМИКА БЛИЖАЙШЕГО БУДУЩЕГО»

Книга пятая

«ЭКОЛОГИЯ СПЕКТРАЛЬНОГО ЖИЗНЕТВОРЧЕСТВА»

Серия четвертая

«Накануне большого скачка»

Книга первая

«КРЫЛЬЯ, ОБЪЯТЫЕ РАДУГОЙ»

Книга вторая

«СЕМЬ ЧУДЕС ЧИСТОГО СВЕТА»

Книга третья

«ОРАНЖЕРЕЯ БЕССМЕРТИЯ»

Книга четвертая

«СПЕКТРАЛЬНЫЕ ЯЗЫКИ АКВАРИУСА»

Книга пятая

«РАДУЖНАЯ РАСА БУДУЩЕГО»

Книга шестая

«ПОДГОТОВКА К ГЛАВНОМУ ПУТЕШЕСТВИЮ»

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	3
ВВЕДЕНИЕ	5
Часть I. ДИРИЖИРУЯ СОБСТВЕННЫМ МОЗГОМ	17
Глава первая. «Организирующая сила разума»	17
Чего всем хочется больше всего	17
Гармония с самим собой	18
Разум как источник человеческого мира	19
Психологическая основа эффективности	20
Драгоценность свободной воли	22
Действительность свободы человека	24
Абсолютная свобода выбора	26
Творчество как разрешение проблем	28
Почему людям не нравится разрешать проблемы?	29
Секретное оружие гениев	31
Интерес как ведущая интеллектуальная эмоция	32
Бессмысленность неприятных переживаний	33
Зачем человеку самопонимание?	34
Идеальный психотерапевт	35
Сколько видов радости нам известно?	37
Ключ к изменению собственной жизни	38
Чем живое отличается от неживого?	40
Умение обучаться как ключ к успеху	41
Почему иногда не хочется учиться?	42
Разумно ли себя заставлять?	43
Ограничены ли врожденные таланты?	44
Что ограничивает творческое развитие человека?	47
Чем ограничены возможности человека?	48
Какими ресурсами обладает каждый из нас?	49
Что мешает нам использовать наш собственный потенциал?	50
Почему люди не доверяют самим себе?	51
Глава вторая. «Творческое могущество мозга»	52
Человек как самоуправляемый компьютер	52

Как связаны душа и тело?	55
Организм как корпорация	58
Как организм участвует в обучении мозга?	60
Неизведанные силы развитого мозга	62
Насколько талантлив каждый?	66
Как увеличить кпд собственного мозга?	69
Организм как поток привычного	72
Загадочное могущество сил самоорганизации	74
Живое перестраивается кооперативно	76
Прямое влияние на собственный мозг	79
Энергетические витамины	84
Трапеза для мозга	86
Молекулы настроений	88
Психохимия как ключ к настроению	91
Волшебные гормоны обучения	93
Помоги собственному мозгу!	96
Организм управляется мыслью	98
Как уговорить собственный мозг?	99
Безопасно ли подпороговое самовлияние?	101
Как мозг справляется с проблемами?	103
Генератор радости	105
Чем выгодна радость?	107
Глава третья. «Стратегии развивающего самовлияния»	109
Почему многим не нравится изменяться?	109
Почему нельзя учиться в плохом настроении?	112
Чем бывают опасны стереотипы?	114
Как услышать неслышимое?	116
Выигрыши и опасности бессознательности	119
Без стереотипов никак не обойтись!	121
Управляемое развитие бессознательного	123
Осознанное как доступное для управления	125
Усилитель творческой воли	127
Глубинная мудрость человеческой психики	131
Секрет исполнения желаний	134
Спектры необходимостей	138
Порядок в собственном доме	140
Катализатор жизненных побед	142

Инструмент развития одаренности	144
Энергия разрешенных проблем	146
Часть II. СЕКРЕТЫ МОГУЩЕСТВА КРАСОТЫ	148
Глава четвертая. «Гармоничные законы жизнетворчества»	148
Почтение древних к гармонии	148
Структурное единство мироздания	149
Закон гармоничной пропорции	151
Красота как образ вселенной	153
В симфонии жизни все согласовано	154
Целостность композиции	155
Законность гармонии	156
Самодостаточность прекрасного	157
Вселенная звучит и светится	158
Эволюционное единство организмов	162
Психобиологическая солидарность восприятий	163
На вкус и цвет товарища нет?	165
Осмысленно ли невыразимое?	170
Человек как мера всех вещей	171
Жизнь как высочайшее из искусств	174
Связь внешней и внутренней гармоний	176
Красота как потенциал жизнеспособности	177
Живая музыка души	181
Картина как образ действительности	182
Взаимодействие картины и реальности	184
Любые изображения искусственны	186
Картина как встреча мастера и мира	188
Столпы самотворчества — Гоген, Пикассо и Малевич	189
Индивидуальное предназначение живописи	191
Жизнь как шедевр живописца	194
Глава пятая. «Интегральное исцеление прекрасным»	198
Что общего во всех заболеваниях?	198
Болезненность безобразия	200
Красота как синоним здоровья	203
Как красота исцеляет?	204
Как развивается заболевание?	206
Исцеляющее влияние прекрасного	209
Красота как фундамент благополучия	211

Искусство как биологическая необходимость	216
Лекарства цвета и мелодий	217
Как организм питается цветом?	218
Как утолить цветовой голод?	219
Почему цвет имеет смысл?	224
Сенсорная диетология	226
Вибрационная симфония организма	227
Таинственная магия музыки	231
Целительность природных звучаний	232
Перемещения и пульсации	234
Настроить внутреннюю арфу!	235
Биопалитра великого русского психиатра	238
Исторический прогресс арттерапии	240
Терапевтический гармонизатор	245
Глава шестая. «Мощь целебной гармонии»	253
Красота как главный источник могущества	253
Волшебная сила искусства	256
Гармония как опора развития	257
Гармония как синоним успеха	259
Красота — ключ к любому переживанию	261
Что такое индивидуальный sensorium?	262
О сенсорной культурности	263
Вдохновляющая энергия ощущений	265
Красоты внутреннего мира	266
Осветить закоулки души!	270
Цветные кнопки глубинных состояний	274
Красота как катализатор успешного развития	276
Красота разрешает любые проблемы	278
Тело всегда жаждет прекрасного	281
Утолите чувственный голод!	283
Целительные тайны самоцветов	285
Великое открытие олдоса хаксли	287
Секрет успешности кастанеды	288
Живописание невозможно без кистей	289
«Ключ» как палитра личности	290
Как применить силу прекрасного?	291
Зачем Эйнштейну понадобилась скрипка?	293

Личная каталитическая фонотека	295
Красота должна быть осознанно применена	302
Часть III. АБСОЛЮТНАЯ ВЛАСТЬ НАД СОБОЙ	305
Глава седьмая. «Наука эффективного самовлияния»	305
Почему мы многого не осознаем?	305
Велика ли власть неосознаваемого?	307
Творчество новых состояний	309
Как организован внутренний опыт?	315
Импринты сильны недоступностью	319
Реорганизовать собственный опыт	324
Чудесное могущество ассоциаций	328
Почему происходит дезинтеграция?	334
Каковы причины внутреннего рассогласования?	337
Как интегрировать содержания сознания?	339
Живое всегда желает	343
Картография — еще не география	346
Исследование как самовлияние	349
Преодолеть ограничения иллюзий	354
Преодоление любой зависимости	356
Ключ к управлению восприятиями	358
Стимуляция конструктивных изменений	360
Относительность любого достижения	362
Творчество поведения как генеральная стратегия «ключа»	365
Активное поведение как интегратор перемен	367
Генератор конструирования идеального поведения	368
Организация оптимального поведения	370
Как сделать свое поведение эффективным?	373
Глава восьмая. «Императив созидającego предпочтения»	374
Люди мешают себе сами!	374
Аутотренинг — все-таки «отмычка»?	377
Различаются ли «дремота» и «созерцание»?	378
Почему мы не умеем радоваться?	381
Чем полезна уверенность в себе?	383
Секрет управления мотивацией	386
Всегда в согласии с собой	388
Нравственно то, что по нраву!	390

Предпочтения всегда индивидуальны и ситуационны	393
Понимаем ли мы самих себя?	395
Рецепт предпочтения	397
Предпочтения всегда естественны	399
Мудрость предпочтения	401
Как приятное сделать полезным?	402
Несокрушимая сила предпочтения	405
Целебное чудо предпочтения	406
Чем отличается правое от левого?	408
Цель как причина поступка	410
Не толкаться, а двигаться к цели	414
Осознайте желаемые цели!	416
Почему так важно представлять себе цель?	418
Важность отчетливости намерений	421
Организм как идеальный эксперт	422
Тело подвластно желаниям	424
Компьютерный эликсир	426
Сенсорные психотехнические игры	428
Дар творческих сомнений	429
Доверие собственной мудрости	430
Изучать причины любого поведения	432
Восприятие как творческий труд	434
Драгоценность душевного равновесия	436
Управление чудесным исцелением	437
Глава девятая. «Этика заботы о себе»	440
Почему нужно серьезно заботиться о себе?	440
Экология собственного разума	445
Отказ от самооправданий	449
Тренажер внимания к себе	451
Уникальность окон в мир	453
Наша внутренняя аптека	455
Как устроен жизненный мир?	458
Почему скучно вспоминать собственное прошлое?	461
Управление собственной биографией	463
Тайное непременно делается явным!	466
Существуют ли задачи без решения?	469
Безвыходных ситуаций просто не бывает!	471

Ответ симметричен вопросу	472
Выход находится там же, где и вход	474
Затруднение как возможность развития	475
Разрывая кольца неудач...	477
Как обучаться на собственных ошибках?	478
Как использовать надоевшие слабости?	479
Живая энергия сокрыта в страхе	481
Человек как художественный шедевр	484
Совершенство как условие самоуважения	486
Реализуемо даже невозможное!	488
Пригласите окружающие силы!	490
Тайные силы человеческого организма	492
Восхождение к феноменальности	493
Полнота свободы от вынужденности	495
Часть IV. РЕЦЕПТЫ ТВОРЧЕСКОГО САМООБНОВЛЕНИЯ ...	497
Глава десятая. «Приемы глубинной гармонизации»	497
Какие выигрыши даются освоением «ключа»?	497
Очищение каналов органов чувств	498
Как достичь полноты душевного покоя?	500
Нелекарственная транквилизация переживаний	502
Каждый живет в своей реальности	504
Чем полезно хорошее настроение?	505
Доступность глубинного опыта	507
Можно ли выразить невыразимое?	508
Фонарик для внутренних пространств	510
Как переменить видение?	511
Власть над желаниями	514
Как упорядочить внутренние голоса?	516
Антидот от зомбирования	518
Как защититься от зомбирования?	521
Инструмент общения с душой	523
Глава одиннадцатая. «Секреты трансформирующего самовоздействия»	528
Какие удовольствия дарит «ключ»?	528
Чего нельзя сделать с помощью «ключа»?	529
Генератор созидающей активности	531
Как разрисовать собственную жизнь?	535

Как управлять своими пожеланиями?	536
Ключ к пониманию желаний	537
Цвет нужно выбирать!	540
Секрет отождествления с наблюдаемым	542
Занимайтесь, когда захочется	544
Как остановить карусель привычных слабостей?	546
От чего зависит эффективность работы с «ключом»?	547
Каковы условия эффективного обучения?	548
Критерии правильного использования «ключа»	549
Развивается ли привыкание к «ключу»?	550
Когда влияние «ключа» ослабевает?	552
Кто не сможет использовать потенциал «ключа»?	553
Препятствия к использованию «ключа»	554
Что недопустимо в самопрограммировании?	557
Можно навредить себе и другим с помощью «ключа»?	558
Кто может отказаться от творческих возможностей «ключа»?	560
Можно ли вообще обойтись без «ключа»?	561
Как часто следует обращаться к «ключу»?	562
Как достичь устойчивых результатов трансформации?	563
Создание «галереи настроений»	564
Ключевые девизы успешного управления состояниями	567
Глава двенадцатая. «Экспериментальные поиски чудесного»	567
Как анатомировать проблему?	567
Усиление переживаний с помощью «ключа»	569
Как увеличить силу желания?	570
Как усиливать желаемое намерение?	574
Усиление целевых самоприказов	576
Создайте наилучшее поведение	580
Как обновить видение проблем (инсталляция психопрограмм)	584
Как вспомнить давно забытое?	588
Как преодолеть собственную лень?	591
Как заставить себя сделать то, чего делать не хочется?	593
Как использовать потенциал заболеваний?	595
Как узнать все о своих способностях?	606
Как успешно развивать интуицию?	609

Как выстраивать гармоничное самовосприятие?	611
Как исправить неверно сконструированный стереотип?	614
Можно ли исправить ошибки прошлого?	615
Как изменить личную историю?	618
Ключ к загадкам личной истории	621
Самые увлекательные упражнения	623
Как усиливать радостное состояние?	626
Советы при повышенной утомляемости	628
Как избавляться от раздражительности	631
Как питаться цветом во время голодания?	632
Как налаживать ночной сон?	634
Восстановление суточной ритмики	636
Как раскрашивать собственные сновидения?	637
Победа над головной болью	639
Способы укрепления памяти	641
Животворное энергетическое дыхание	643
Энергия устремляет поток жизни	643
Потоки сознания и энергии едины	644
Принципы наращивания потенциала	645
Недопустимые вещи	646
Начальные секреты техники	647
Самопрограммирование на победу	648
Мастерство как предмет интереса	651
Как активизировать творческую спонтанность?	653
Дышите чакрами поглубже	656
Часть V. СОУЧАСТИЕ В БУДУЩЕМ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА	661
Глава тринадцатая. «Откровения эпохи Водолея»	661
Счастье как естественное состояние	661
Долгожданная панацея	664
Возможность любых состояний	666
Пластичность любых ситуаций	671
Полная власть над автоматизмами	673
Иммунитет против психических вирусов	674
Потенциал одаренности человека	676
Как приспособить действительность к себе?	678
Глава четырнадцатая. «На пути к новой цивилизации»	681
Возможно ли что-либо проще и эффективнее?	681

Почему ключ совершенно незаменим?	683
Почему «ключ» необходим всем и каждому?	684
Сценарии новой жизни	685
Когда можно осваивать потенциал «ключа»?	689
Катализируя любых способностей	691
Руководство развитием характера	694
«Ключ» осваивать попросту выгодно	696
Не игрушка, а новое качество жизни	697
Почему невозможно обойтись без «ключа»?	699
Для элиты, а не для маргиналов	700
Кому не понравится «ключ»?	702
Ключ к разрешению любых проблем	703
Глава пятнадцатая. «Рождение человека радужного»	704
Беспредельный резервуар могущества	704
Перепишите жизнь набело!	708
Катализатор радостного развития	710
Новое восприятие вкуса жизни	711
Право на наслаждение	712
ПРИЛОЖЕНИЕ А. Глоссарий	715
ПРИЛОЖЕНИЕ Б. Монографии серии «Гениодинамика»	753

ПСИХОТЕХНОЛОГИЯ ТРЕТЬЕГО ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ

АРТТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПСИХОПРОЦЕССОР «КЛЮЧ К БУДУЩЕМУ»

- мультимедийный программирующий **психоредактор**
- сублиминальный психосоматический **иммунизатор**
- **катализатор** творческого самопрограммирования
- нейросемантический **генератор** креативности
- **психоконструктор** осознанного самоуправления

Инструмент ускоренного освоения искусства осознанного самопрограммирования.

Программный *тренажер* осознанного управления собственным развитием.

Компьютерная сенсорная *библиотека* ресурсных психологических состояний.

Программное средство практического изучения новейшего психотехнологического метода — **Аудиовизуального Арттехнологического Аутодизайна** (AAA — Audiovisual Arttechnological Autodesign), развивающего лучшие психотехнологические достижения конца XX века — **Нейро-Лингвистического Программирования** (NLP — Neuro-Linguistic Programming) и **Техники Человеческого Конструирования** (DHE — Design Human Engineering).

Для контактов:

e-mail: skv@aquarun.ru

сайт: <http://www.aquarun.ru/>