**Эрнест Цветков**

**Лаборатория Жизнетворчества**

**или**

**корпус избранных психотехник**

**Содержание**

**От издательства**

**Предисловие**

**Часть 1. Психотехники психономики**

Закон Закона

Закон Цели

Закон выживания

Закон Спасения

Закон Выбора

Закон Поглощения

Закон Подражания

Закон Проекции

Закон Отражения (Зеркала)

Закон Соответствия и Формула "4"

Закон Возвращения

**Стратегии отражения психических атак:**

1. Психотехника: Тактика деперсонификации

2. Психотехника: "Словечки – камушки".

**Стратегии нейтрализации психического вируса:**

Психотехника: Нейтрализация психического вируса

Психотехника: Разотождествление (Диакрисис)

**Психотехника: Перепрограммирование ума**

Психотехника: Сознание Имагинатора:

Алгоритм 1. Сила мистического сознания

Алгоритм 2. Символическое восприятие

Алгоритм 3. Кристаллизация Я.

Психотехника: перемещение реальностей

**Психотехника самоактуализирующихся пророчеств:**

1. Речь есть пророчество

2. Праксис самоактуализирующегося пророчества

3. Составление вербаты и техника вербигенации

4. Список семантических кодов

5. Конструирование вербаты

Две медитативные разминки перед процессом вербигенации:

Медитативная разминка №1. Словесная редукция

Медитативная разминка №2. Язык "Волапюк"

Матрица протоязыковых кодов

**Психотехника: ДИСК**

**Техники Имагинатора**

Камень

Психотехника имагинации: "Как же мне научиться вспоминать будущее"?

Психотехника имагинации: "Посмотри на свое сегодня из своего вчера".

Пихотехника: Перемещение к Центру I

Психотехника: Перемещение к Центру II

Психотехника Терцины, или Удар Кистью

**Квантовые психотехники**

Вербата "Герой на перепутье"

Вербата "Я мозг, который сотворяет…"

Вербата "Жизнь – река"

Вербата "Жизнь, я твой!"

Вербата "Что происходит, когда ничего не происходит?"

Психотехника оживления объекта

**Часть 2. Классические психотехники психотерапии и психологии**

**Техники перинатальной психологии**

Психотехника: Фразы и слова, активизирующие пренатальную память

Психотехника: Гимнастика "Активный принейт".

**Психотехники судьбоанализа:**

Парадокс любви

Матрица "Моя семья"

Психотехника: Обращение к предку

**Техники прикладного психоанализа:**

Что такое Бессознательное

Перенос

Признаки положительного переноса

Признаки отрицательного переноса

Способы усиления трансферных реакций

Сопротивление и защиты

**Психотехники визуального наблюдения – Язык жестов**

**Гипнотехники**

Ритм

Алгоритм присоединения

определение основного сенсорного канала

Ведущий сенсорный канал

Как определить, насколько эффективно присоединение к партнеру

Ведение

Якорь, или практика рефлекторного закрепления

Особенности суггестивной (гипнотической) речи

Переходы

Поглощение неопределенности

Утверждение дополнительности

Диссоциация

Инкорпорация

Трюизм

Вариабельность

Внушение с отрицанием

Построение тождества

переформирование

"Выбор" без выбора

Допущение

Иллюзия выбора

Аналоговое обозначение

Вопросы-ярлыки

Процессуальные инструкции

Номинализация

Обобщающая матрица – Гипнотические паттерны речи

Психотехники гипнотического самоперепрограммирования:

Психотехника: Ресурсный круг

Психотехника: Удаление отрицательного образа и создание положительного

**Креативные психотехники**

Психотехника: Овладение волнами мозга

Психотехника: Следы снов

**Психотехника: Психогеометрия Фэн Шуй**

**Синхронистические психотехники (основы юнгианского тренинга)**

Психотехника: Синхронистический праксис

Значимые встречи

Понятие об архетипах

Базовые архетипы

Архетипическая карта соответствий

Взаимодействие с архетипами

Философия толкования

**Психотехника эннеаграммы**

Судьбореализационный опросник

Диаграмма страстей

Таблица соответствий

О точках роста и точках стресса

**Типологическая психотехника**

Идентификатор психотипа

**Синхропсихология, или астрологическая психотехника**

Стратегические задачи интерпретации

Проблемы противоречий в карте

Астрологический алфавит

Планеты как архетипы

Психоаналитические контуры зодиакальных знаков

Поля (дома) карты как предмет астропсихологии

Планетарные эффектиы в полях карты

Поле как потребность и поле как поле деятельности

геометрия судьбы

текстовый интерпретатор аспектов

неаспектированная планета

аспекты как средство личностного развития

Знаковые даты во времени

Аспекты отношений

Синтез интерпретации

**Послесловие**

**Приложение: Философия Studio ЦЭ - Психономика**

**Предисловие**

Слово ПСИХОТЕХНИКА состоит из двух греческих основ: "Психе" – "душа" и "Технэ" – искусство. Стало быть, точный перевод данного понятия довольно ясно выражается определением – "искуство души".

И, вместе с тем, нет ничего в человеческой жизни более естественного, чем это искусство, которое каждому дано как изначальный творческий дар.

Многие люди зачастую даже не догадываются, что пользуются им, даже не произнося такое слово. Однако то, к чему они прибегают – пусть стихийная, неосознанная, интуитивная, но именно – психотехника.

И множество совершенно очевидных, простых примеров тому является доказательством. Когда мы себя (или другого) на что-либо настраиваем, утешаем, мотивируем, призываем, когда мы употребляем "сильные" выражения и обороты, и даже, когда размышляем – мы вольно или невольно прибегаем к психотехническим средствам. И мы занимаемся этим постоянно, убеждаясь, что это срабатывает и работает.

Поэтому, я полагаю, можно говорить даже о наличии "психотехнического инстинкта", за счет которого человек с наибольшей эффективностью обеспечивает реализацию программ не только своего выживания, но и собственного личностного развития.

Осознанное же применение психотехник, увеличивает их эффективность мсногократно.

Напомню, что все Священные Писания и мистические тексты в своем составе располагают вполне конкретным корпусом психотехник – как суммой стратегий, призванной придать обозначенному Деланию отчетливую и последовательную форму. И здесь мы можем наглядно увидеть органическое психоактивное единство трех базовых составляющих любого сакрального (священного) учения: молитва – медитация – праксис (последнее слово происходит от греческого praksis – действие).

"Лаборатория жизнетворчества" является собранием основных психотехник, которые я использовал и продолжаю использовать в своей и профессиональной, и личной деятельности, потому что они великолепно зарекомендовали себя – как во времени без малого двадцитилетней протяженности, так и в пространстве разнообразнейших ситуаций, в том числе, и таких, которые можно назвать экстремальными.

На мое побуждение к составлению данного пособия в известной степени повлияли предложения со стороны читателей, друзей и коллег – "а почему бы не собрать психотехники, описанные в твоих книгах, в один том? Это позволит располагать под рукой информацией в концентрированном, сжатом виде".

Что ж, предложение вполне резонное, и я согласился.

Перед началом каждого раздела, посвященного той или иной психотехники, я даю ссылку на источник, обратившись к которому вы можете с данной темой познакомиться более детально и подробно

В завершении же моего предуведомления хочу сказать о том, что наилучший способ использования представляемого справочника пусть определит сам читатель. Кто-то, может быть, захочет составить свои рецептурные композиции, комбинируя приводимые здесь психотехники в, одному ему ведомых, пропорциях и сочетаниях. Кто-то, возможно, выберет для себя один-два приема, но отработает их до блеска…

Как бы там ни было, чтение психотехник – такое же творчество, как и их написание.

Тогда мне ничего не остается, как пожелать Вам творческого успеха.

Засим, достопочтенный читатель, я здесь расстаюсь с Вами, чтобы с Вами встретиться на последующих страницах.

**Часть 1**

**Психотехники психономикиТехники Психономики**

Источник: Э. Цветков. Материалы авторского проекта "Психономика", зарегистрированные Российским Авторским Обществом (Свидетельство №3999), а также книга Режиссура судьбы.

**Что означает слово Психономика?**

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

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

Вместе с тем, не следует отождествлять ее с психологией, потому что интерес психономики распространяется не только на изучение закономерностей психического(psyche), но сфера ее исследований также устремляется и в область *мета -* психического, то есть такого, что лежит за пределами душевной организации и управляет самой душой. Например, Судьба. И по определению – Дух (noos) и Закон (nomos).

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

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

Психономика включает в себя три больших смысловых раздела:

*номология* (nomos– закон) – раздел психономики, изучающий базовые (экзистенциальные) законы человеческого существования и то, как человек взаимодействует с этими законами,

*профетика* – теория и практика самоактуализирующихся пророчеств, раздел психономики, изучающий то, как влияют слова на нас и нашу жизнь,

*ноология* – (noos – дух) – раздел психономики, изучающий принципы взаимодействия душевной составляющей и духовной составляющей человеческого бытия.

**ЗАКОН ЗАКОНА**

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

**Случающееся не случайно.**

Все происходящее с нами, является следствием подпадения под действие соответствующего закона, который может существовать независимо от нашего знания о нем до тех пор, пока он не проявится в механическом действии.

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

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

**Психотехника:**

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

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

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

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

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

### ЗАКОН ЦЕЛИ

**Все существующее имеет цель.**

**Каждое действие всякой особи задается единой целью, подчиняется единой цели и согласуется с единой целью.**

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

**Психотехника:**

Предлагается выбрать какой-нибудь день, в течение которого с произвольной периодичностью повторять:

"В настоящий момент я осознаю, что я жив.

Но если я до сих пор жив, значит, я не совершил ни одной ошибки.

И если сейчас я жив, стало быть, я достиг своей цели".

**ЗАКОН ВЫЖИВАНИЯ**

**Все живое стремится выжить.**

**Психотехника:**

"Я жив, стало быть, я не умер. Я не умер – стало быть, я бессмертен".

**ЗАКОН СПАСЕНИЯ**

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

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

**Психотехника:**

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

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

**ЗАКОН ВЫБОРА**

**Все происходящее с человеком, является результатом ее собственного выбора.**

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

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

**Психотехника:**

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

Рекомендации, соответственно, те же.

**ЗАКОН ПОГЛОЩЕНИЯ**

Все то, что способно доставить наслаждение, заглатывается – поглощается (не обязательно физически). Не доставляющее удовольствие, выплевывается – отвращается (не обязательно физически).

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

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

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

**Психотехника 1:**

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

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

Вдох – Зажмурились… Поглотили папу… скушали бабушку.

Теперь обратим внимание на следующее:

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

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

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

Наши не переваренные интроекты утяжеляют наше существование.

### Психотехника 2:

Соберите все свои "непереваренные" чувства мысли, переживания, программы, предписания, правила поведения. Затем сымитируйте рвоту. Здесь важна именно имитация, а не сам физический процесс. Хотя, на всякий случай, вы можете приготовить рвотный пакет. После даной процедуры вы почувствуете облегчение и освобождение от всех этих тяжелых кусков информационной пищи.

**ЗАКОН ПОДРАЖАНИЯ**

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

Выживание и развитие первоначально осуществляются через подражание.

1. Младенец, имитируя взрослого, приобретает знания.

Младенец, имитируя взрослого, формирует опыт ориентирования в мире.

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

2. Через подражание ребенок усваивает опыт поколений.

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

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

**Психотехиика:**

Процессу отводится день, посвященный самонаблюдению.

Отслеживаем свои реплики, действия, позы, жесты, темпоритмы, реакции, ненавязчиво адресуя себе вопрос:

"Кто сейчас проявляет себя? Я или кто-то другой? Если я, то где граница моего Я, и начинается Я другого"?

Затем произносите: "Но я не есть… (вместо многоточия назовите имя субъекта).

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

**ЗАКОН ПРОЕКЦИИ**

**Склонность субъекта выводить вовне свои внутренние отвергаемые качества и наделять ими окружающий мир.**

Не желая признавать какое-либо свойство за собственное, мы переносим его на другого.

Подобный процесс протекает неосознанно, и зачастую мы не отдаем себе отчета в происходящем. Именно поэтому мы не хотим признать, или делаем это крайне неохотно, что больше всего нас раздражают или представляются совершенно неприемлемыми качества, присущие прежде всего нам самим.

**Психотехника:**

Тщательно обдумав, составим подробный список свойств и качеств, которые нас больше всего раздражают в других, или злят, или отталкивают, или вызывают какие-то иные эмоциональные отторжения. Например так: "Больше всего в других мне не нравится…". Затем, какое-то время полюбовавшись списком, распишемся под ним, а еще припишем: "И это все мое". Потом: представим, что обнаруженный хлам мы собираем в большой мусорный пакет и выбрасываем на свалку.

**ЗАКОН ОТРАЖЕНИЯ (ЗЕРКАЛА)**

Вытекает из закона проекции.

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

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

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

Таким образом получается, что окружающие нас люди – это своеобразные зеркала.

**Психотехника:**

Предлагается выбрать день и прожить в нем таким вот образом.

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

**ЗАКОН СООТВЕТСТВИЯ И ФОРМУЛА "4"**

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

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

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

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

Данный закон весьма наглядно выражается так называемой Формулой 4.

**Формула «4»**

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

**Психотехника:**

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

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

**ЗАКОН ВОЗВРАЩЕНИЯ**

События возвращаются.

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

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

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

**Психотехника:**

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

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

**Обобщающая матрица "Законы бытия и психотехники"**

|  |  |
| --- | --- |
| Закон | Ключевые фразы психотехник |
| Закон Закона: | "Чтобы со мной не случилось – я привлек в свою жизнь действие соответствующего закона". |
| Закон Цели: Все существующее имеет цель. | "В данный момент, поскольку я жив и осознаю себя - мною достигнута вполне определенная цель" |
| Закон Выживания: | "Если я до сих пор жив – значит, я выжил". |
| Закон Спасения: | "Чтобы я ни делал в данный момент, я этим самым себя спасаю". |
| Закон Выбора: | "Если я что-то сделал, или со мною что-то происходит – это мой выбор". |
| Закон Поглощения: | "Мой настоящий опыт – не мой, а тех, кого я поглотил и усвоил в качестве образцов для подражания (идентификации". |
| Закон Подражания: | "Если я что-то сейчас делаю, то, наверняка, кому-то подражаю – даже тому, кого я совсем не знаю". |
| Закон Проекции: | "Если мне что-то не нравится в другом, то – это мое собственное качество, которое я не хочу признавать за собой". |
| Закон Зеркала (Отражения) | "Любая ситуация, имеющая отношение ко мне – отражает тот или иной мой собственный аспект". |
| Закон Соответствия | "Я имею ровно то и ровно столько, чему я соответствую". |
| Закон Возвращения | "Даже если мне и кажется, что со мной происходит что-то новое, то это не новое – оно уже с кем-то было и с кем-то происходило. Так что я не одинок". |
|  |  |

**Стратегии отражения психических атак**

Источник: Э. Цветков. Мастер самопознания

Под психическими атаками мы мыслим любые негативные проявления по отношению к нам со стороны других людей.

**1. Тактика деперсонификации.** Заключается в том, чтобы своего партнера по общению начать воспринимать не личностно, а, словно, несколько отстраненно, объективно, с исследовательским интересом - подобно тому как работает психиатр с пациентами, никак не подпадая под влияние последних, какие бы аффекты те не проявляли.

Второй вариант деперсонификации предполагает следующий маневр. Оппонент начинает восприниматься просто-напросто как мешок плоти, из которого через две дырочки глаз выглядывает ум, наполненный набором концепций и мнений, лишенных какой-либо ценности и истинности по причине их субъективности. Такое спокойно-наблюдающее восприятие также обезличивает человека, стирает его индивидуальность и тем самым устраняет у наблюдающего реактивность в данной ситуации.

**2. Словечки - камушки.** Техника этого приема предполагает действие, при котором наблюдатель внимательно смотрит на рот говорящего и представляет, будто произносимые им слова материализуются, отвердевают и словно крохотные камушки, осыпаются неа землю у ног слушающего. Состояние отстраненности и невовлеченности при этом возникает самопроизвольно и довольно скоро.

**Стратегии нейтрализации психических вирусов**

Источник: Э. Цветков. Мастер самопознания

Вирус - это элемент системы, чья агрессивность превышает уровень агрессивности остальных элементов системы.

Система может быть:

- Биологической

- Компьютерной

- Психической

- Социальной.

А вирусом соответственно:

- Микроб

- Программа

- Идея, мысль, чувство

- Образ.

**Психический вирус - это не перешедший в действие образ.**

При том, что такой образ может являть собой совершенно причудливую и непривычную форму - например, некую геометрическую фигуру или вообще цветовое пятно.

Психический вирус существует в форме образа, недоступного сознанию.

Этот образ является результатом внедрения в психоэнергетическую систему определенного агрессивного элемента, которым может явиться некая идея, или слово, или чей-то поступок, или текст - в общем, все то, что оказало на субъекта свое направленное влияние. Такое влияние стало частью человека, в которого проникло, но частью обособленной и чужеродной, хотя иногда и может возникать иллюзия, будто новое состояние индивида обусловлено его какими-то личностными мотивами.

**Психотехника: Нейтрализация психического вируса**

(1) "Закройте глаза.

Всякий раз, когда человек закрывает глаза, перед его внутренним взором возникает нечто такое, что воспринимается как фон.

Этот фон может быть темным, почти черным, или же разноцветным, или наполненным различными образами - не имеет значения, потому что его состояние зависит от состояния личности в данный момент.

Ничего не делайте. Не создавайте никаких ожиданий и никаких установок. Позвольте своему организму пребывать в пассивном, созерцательном состоянии. И только лишь наблюдайте за тем, что происходит... или не происходит.

И начните наблюдение с исследования своего фона. Определите, какого он цвета, какова его глубина, то есть насколько он воспринимается как плоскость или же как некое пространство, какова его фактура, то есть насколько он воспринимается как нечто плотное или же разреженное.

И само по себе такое наблюдение, когда фокус внимания фиксирован на фоне и означает погружение сознания в магическую реальность вашего внутреннего пространства.

Просто осознайте, что глаза наши никогда не бывают закрытыми. Даже в том случае, если опущены веки, глаза все равно остаются открыты, только взгляд направляется при этом не наружу, а вовнутрь.

И вы можете теперь понять, что и сейчас вы смотрите и видите, так как поле вашего восприятия сохраняется. А это и есть психоэнергетическое поле - участок воспринимаемого при опущенных веках пространства, на котором проявляются образы.

Всматривайтесь в расслаивающееся мерцание фона, осознавая, что он и является тем тоннелем, который соединяет сознание и подсознание. В сознании - слова, в подсознании - образы.

Теперь подумайте, каким словом вы могли бы обозначить актуальную проблему - ту, которая беспокоит вас больше всего».

(2) "А сейчас, продолжая всматриваться в свой внутренний фон, отчетливо и ясно повторяйте это слово до тех пор, пока из глубины фона не проявится какой-либо образ - или в виде цветового пятна или в форме некой геометрической фигуры - он проявится достаточно явственно".

(3) "Сделайте три глубоких вдоха - выдоха.

Если сейчас этот образ не исчез и стойко удерживается в поле восприятия, значит - это то, что является вирусом.

Теперь вы знаете, что на самом деле являлось причиной того, что вы обозначали словом "..."

Смотрите на него отрешенно, отстраненно, созерцательно. Воспринимайте его только как форму. Раз он проявился в вашем восприятии и осознании, он потерял свою силу. Вам остается лишь внимательно следить за ним и наблюдать, как он исчезает. Однако, сами не форсируйте процесс, не прикладывайте никаких усилий, оставаясь в нейтральном, не вовлеченном состоянии".

Проведите контрольную проверку, возвращаясь к этапу (2). Если выявленный образ возникает снова, то это означает, что его нейтрализация прошла неокончательно, и мы повторяем процесс до тех пор, пока образ не перестает проявляться.

После проведенной процедуры полезно закрепить ее праксисом разотождествления (диакрисиса)

**Психотехника: Разотождествление (Диакрисис)**

Предлагается усвоить формулу.

«Я отпускаю себя.

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

Я отпускаю себя, то есть я осознаю, что

я не есть мои мысли,

я не есть мои чувства,

я не есть мои ощущения,

я не есть мой ум,

я не есть мое имя,

я не есть мое тело,

я не есть мое мнение о себе,

я не есть мнение обо мне других,

я не есть моя история,

я не есть моя биография,

я не есть мое прошлое,

я не есть моя ситуация,

я не есть моя личность.

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

которые называют мыслями, чувствами, ощущениями,

концепциями, предписаниями, суждениями, установками,

постигая и осознавая, что я не есть этот поток.

Постигая и осознавая, что я не есть то, на что я похож.

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

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

**Психотехника: Перепрограммирование ума**

Источник: Э. Цветков. Психономика, или программируемый человек

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

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

**Алгоритм работы ума**

1. Каждое событие, происходящее с нами или имеющее к нам хоть какое-то отношение, неизбежно интерпретируется нашим умом, то есть оценивается с точки зрения его качества как позитивного или негативного для нас.

2. На основании произведенной оценки ум делает соответствующий ей вывод.

3. Поскольку всякий вывод представляет собою некое завершающее суждение, четкий итог, то вскоре он становится *предписанием*.

4. *Предписание* можно определить как руководство к действию в соответствии с принятым выводом, который теперь уже обладает статусом закона. Следовательно, речь здесь идет уже о программировании.

5. *Программа*, до поры до времени существующая как тенденция, при определенном напряжении, сгущении ее параметров, конденсируется в *Установку*– непосредственный импульс к действию.

6. Действие приводит к Результату – финалу всего процесса.

Вырисовывается следующая цепочка:

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

Причем, получаемый результат, который мы можем обозначить также как Событие 2 являет собой своеобразное повторение изначального События 1.

Символический круг замыкается.

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

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

С1 = С2 = … Сn = Сn+1.

**Пример.** Супруги расходятся друг с другом, вынуждая ребенка делать выбор, с кем остаться.

**Комментарий.**

Ум ребенка избирает стратегию, которая предпочитает построение внутренней логической конструкции со своей, в общем-то, убедительной, но и разрушительной системой смыслов.

Ребенок, еще не способный к общему осмыслению ситуации, относит последнюю на свой счет. И, собственно говоря, это универсальный механизм:

КАЖДУЮ СИТУАЦИЮ МЫ ОТНОСИМ НА СВОЙ СЧЕТ

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

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

**Пример негативного программирования.**

*Событие 1.* – Уход одного взрослого от другого взрослого.

*Интерпретация ума.* "Уход от меня!"

*Вывод ума.* "Если от меня ушли, стало быть, я уже не нужен. Раз я не нужен, значит, меня не любят. Коли не любят, то и не за что любить. Следовательно, я плохой и во мне что-то не то".

*Программа.* "Меня не любят и меня бросают".

*Установка* (реализующаяся через определенные, возможно, и продолжительные интервалы времени). «Если любовь и есть, то я ее не достоин».

*Результат* (Событие 2 – появляющееся, когда ребенок вырос и стал взрослым). Уход мужа или жены.

Основываясь на приведенной схеме, мы можем прояснить любую ситуацию, случающуюся в жизни индивида.

Используя подобные принципы, мы способны ход событий изменить. Практика пере-программирования базируется на тех же законах и механизмах. Но, прежде чем приступить к ней, полезно осмыслить следующие базовые положения:

ЛЮБОЕ СОБЫТИЕ НЕЙТРАЛЬНО.

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

ЛЮБОЕ СОБЫТИЕ ДУАЛЬНО.

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

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

Но вполне обоснованно записать: Событие С(±).

(С±) = Н. То есть в конечном итоге любое событие нейтрально (Н).

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

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

Ум занят тем, что постоянно обобщает.

Самобытная же истинность данного обобщения, то есть его адекватность реальности в расчет не берется.

Из этого следует весьма важный вывод:

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

Негативное самопрограммирование можно представить такой схемой:

УМ (СН = С±) = С-.

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

УМ (СН = С±) = С+.

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

**Пример позитивного программирования.**

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

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

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

**Алгоритм перепрограммирования.**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Чтобы избавиться от этих установок, следует применять практику Разотождествления –Диакрисиса (см.)**Психотехника: Сознание Имагинатора**

Источник: Э. Цветков. Психономика, или программируемый человек

**Алгоритм: Сила Мистического Сознания**

Осознайте, что каждое преднамеренное действие по сути своей таинственно.

Выберите какой-нибудь день, который позволит вам изолироваться от будничной суеты, разговоров, дел, телефонных звонков.

Отстранитесь от всевозможных контактов и различных источников информации. Это - ваше "священное" время, на которое никто не может посягнуть.

И теперь вы можете погрузиться в *интроверсию* - мир собственный ощущений, мыслей, переживаний, самонаблюдений.

В этом своем времени и своем мире будьте очень внимательны к каждому действию выполняемому вами, воспринимайте его как священнодействие и постоянно осознавайте себя. Открываете ли вы дверь, или же выполняете еще какой-нибудь элементарный акт, чувствуйте до мелочей то, как вы это делаете и воспринимайте любое простое движение как сакральное действо. А перед тем, как что-нибудь сделать, мысленно проговорите про себя: "Сейчас я это сделаю. Это - мое намерение", после чего обязательно выполните то, что задумали, даже если в самый последний момент вы изменили решение.

*Вашему намерению непременно следует быть реализованным.*

Это очень важное правило. Вам следует привыкнуть к мысли, что проявления воли вашего намерения обязательно ведут к изменениям в окружающем мире.

### Алгоритм: Символическое восприятие

Следующей особенностью этого "мистического дня" будет ваше символическое восприятие.

Любое событие, пусть даже самое мелкое и незначительное, например, порыв ветра и хлопанье форточки об оконную раму, воспринимайте как некий "знак", исполненный таинственного смысла.

Ни в коем случае не пытайтесь интерпретировать эти знаки, а просто фиксируйте их и думайте, что мир посылает вам некое сообщение, какое - неважно, это может быть просто приглашением к таинственной игре, или просто таким образом мир открывается вам для общения. Вы можете в таких случаях проговаривать про себя: "Это данное мне осознавание".

Ту же тактику вы можете использовать не только при каких-то явлениях со стороны, но и при случайном взгляде на что-то. Немного задержите свой взгляд на том объекте, на котором он остановился и воспользуйтесь теми же формулами: "Это знак", или "Это данное мне осознание".

Не называйте тот предмет, который вы созерцаете и не думайте о том, для чего он предназначен. Осознавайте, что он несет в себе некую скрытую информацию и для чего-то именно он среди тысяч остальных вещей попался вам на глаза.

Однако не задерживайтесь на нем слишком долго, ибо незаметным для себя образом вы можете заснуть и утратить контроль внимания за собой. Впрочем, если вы уверены в том, что сможете не пропустить момент подобного перехода, то можете и не отказываться от него - только успейте воспроизвести формулу: "Сейчас я войду в транс (или засну). Такова моя воля", после чего "отпускайте" себя. По пробуждении (если вы заснули) полежите некоторое время с закрытыми глазами, затем отдайте мысленный приказ: "Глаза открываются" и немедленно откройте глаза. Остаток дня продолжайте тем же способом.

Эффект пракисиса:

1. Обострение интуиции, проницательности.

2. Обострение наблюдательности и памяти.

3. Возросшее чувство уверенности в себе и своей воле, которую вы будете ощущать почти материально.

4. Эффект расширения сознания.

Само по себе мистическое мышление даст вам возможность видеть в этом мире более тонкие связи и соотношения, улавливать такие нюансы, которые недоступным обычному восприятию. Естественно, что ваша информированность об окружающем вас мире значительно вырастет. Следующая ступень, к которой желательно перейти после первого опыта с мистическим сознанием - это формирование мистического состояния.

**Алгоритм: Кристаллизация Я**

Обратите внимание, что когда вы произносите слово "Я" вслух, оно резонансно отдается в той или иной части тела - у кого-то в голове, у кого-то в груди или в животе. Здесь нет метафор (в данном случае понятие метафоры ассоциируется с понятием суггестии). Это явление физиологично - звук не может не резонировать.

Внимательно проследите за тем, в каком органе зазвучит ваше "Я". Затем раскиньте руки в стороны, слегка приподняв их вверх и громко, но при этом резко выкрикните снова "Я". При этом постарайтесь представить, в какой точке пространства отозвалось ваше "Я". Это будет сделать уже несколько труднее, чем в первом случае, но при достаточном напряжении внимания вполне возможно.

Третий этап упражнения заключается в синтезе экстрапроекции (вне тела) и интрапроекции (в теле) вашего "Я". Также расставив руки и настроившись на сенсорную восприимчивость своего тела, громко, но уже протяжно и раскатисто произнеите "Я". При этом оно у вас растянется в в плавное "а - а - а...". В это время хорошо себе представляйте, как точка "Я" из пространства входит в ваше тело и сливается с внутренней точкой "Я". Это - синтез. Постарайтесь эмоционально как можно интенсивнее пережить новое состояние.

После того, как вы научитесь "вещественно", "материально" ощущать свое "Я", вы овладеете им.

После этого приступайте к освоению тем же способом любых других слов, которые вы собираетесь использовать для составления своих индивидуальных молитв, инвокаций или самовнушений.

Заклинания в разных школах Традиции звучат по-разному, хотя производят один и тот же эффект. Это говорит о том, что не существует единого универсального текста заклинания. Важна не формулировка, но то состояние, в котором она произносится. Отсюда следует, что более ценной для вас может оказаться ваша собственная молитва, если она составлена по указанному выше принципу. Если у вас религиозная ориентация, и вы не мыслите языка вне слова Бог, подвергните последнее тому же психосенсорному синтезу, что и по отношению к "Я". Где *это* звучит внутри вас, в каком месте *это* отзывается вне вашего тела? Что происходит, когда *это* и *это* сливаются?

Если вы проработали все три алгоритма, то можете сказать про себя, что в достаточной степени освоили основы мистической практики.

**Психотехника: Перемещение реальностей**

Источник: Э. Цветков. Исцеление абсурдом

**1**

**Детство как целительный фактор**

Я часто вспоминаю, когда думаю о тех или иных психических феноменах, свое детство - время чрезвычайно тонких и интимных взаимоотношений с Миром, таинственным, огромным и разговаривающим с тобой на своих загадочных языках.

В эти неведомые для остальных отношения, вплетались и сказки, которые я сначала слушал, а потом читал сам.

Сказки оживали, открывались, и я мог свободно стать их персонажем.

Причем, я не играл в героев, попеременно вживаясь в тот или иной образ, а был самостоятельным действующим лицом.

Маленький человек свободно менял мир и вместе с миром менялся сам.

Взрослея, ум сузился до необходимости решать четко заданный круг проблем, которые принято называть насущными. А детское стрекозиное восприятие, утратив свою мозаичность, стало линейным. Мозаика Мира рассыпалась, и Мир превратился в конструкцию.

Взрослые, хорошо научившись читать, стали читать свои сказки и играть в другие игры, где действуют другие законы и другие персонажи.

Иногда мы обращаем свой взор вспять, в наши малые годы - но для того лишь, чтобы или сентиментально прослезиться в минуту уютной расслабленности, или в назидание непослушным отпрыскам - вот дескать, какие мы были хорошие, так что берите с нас пример.

Иногда нужда заставляет на приеме у психоаналитика копаться в своем детстве в поисках драматических переживаний.

Но можно и *посоветоваться* со своим детством. Ведь мы были когда-то мудры.

Человек – это резервуар, в котором накапливается время. И опыт наш - содержание этого резервуара.

Не только в пространстве существуют положительные и отрицательные точки - точки, дающие и забирающие силу, но и во времени тоже.

Время - объем.

СУЩЕСТВУЕТ ДВА ВРЕМЕНИ -ТО, В КОТОРОМ ЖИВЕМ МЫ,

И ТО, КОТОРОЕ ЖИВЕТ В НАС.

И оно не являет собой застывшую форму, но океанически пребывает в постоянном движении, исполнено вибрации и волн.

Совершая свою житейскую траекторию, мы невольно, неосознанно вытаскиваем на поверхность наши давно забытые переживания. Мы их не узнаем и облекаем в новую оболочку. Но это - они. Они узнают нас и определяют наше состояние в настоящий момент.

Мы постоянно бродим по болоту, иногда ступая по твердым кочкам, иногда увязая в разжиженной трясине.

Когда мы стоим на твердой почве, наша уверенность чувствует себя достаточно устойчиво. Нам не нужно затрачивать усилий на преодоление сопротивления.

Если же ноги наши, лишенные опоры, проваливаются в топкое месиво, мы вынуждены балансировать и мобилизовать свои ресурсы на решение задачи - как выбраться или, по крайней мере, не увязнуть глубже.

Если мы попадаем в положительную точку нашего внутреннего времени - опыта, мы ощущаем себя в состоянии комфорта, а иногда даже нам кажется, что мы счастливы. Но как только мы оказываемся в отрицательной точке, мы хватаемся за голову и взываем о помощи.

Страх заставляет нас барахтаться, хотя, как правило, совсем рядом, в двух шагах оказывается участок суши и следует лишь протянуть руку, чтобы опереться на спасительный островок.

Как же использовать колоссальную силу детского опыта для решения своих взрослых проблем?

Представим себе, что каждый из нас в своей жизни переживает момент всемогущества, воспользовавшись которым, он может покорить землю - будто некая мистическая сила, в которой сконцентрирована громадная энергия, поочередно касается каждого из живущих на земле, но люди об этом совершенно не подозревают и потому упускают свой шанс.

Это метафора. Но психологически она точна и верна. Если мы попристальнее всмотримся в свою жизнь, то обнаружим моменты, когда мы переполнялись радостью и ощущением собственной наполненности, и в те мгновения мы действительно могли чудодействовать.

Временами же нас одолевало чувство, что мы всего лишь никчемные букашки, лишенные сил и желаний. Особенно ярко эти ощущения переживаются в детстве. Действительно, было бы весьма странно видеть ребенка, которого подвергли суровому наказанию, вопящим во все горло от восторга. Он переживает трагедию, по сравнению с которой страдания Гамлета - лишь интеллектуальная игра. И то же самое дитя, получившее долгожданный подарок, сияет так, что вокруг него сияет весь мир.

Как-нибудь, отрешившись от дел, уделите себе час и окунитесь в свои воспоминания. Плавайте в них свободно и не бойтесь захлебнуться.

Как можно интенсивнее вживайтесь в наплывающие на вас образы.

Станьте тем, кем вы были.

И извлеките из своей памяти ситуацию, в которой вы чувствовали себя на верху блаженства.

Войдите в эту ситуацию. Не спешите обратно. Пусть еще раз эта ситуация станет Событием. Насладитесь ею в достаточной мере. И после того, как вы почувствуете, что готовы, возвращайтесь назад обратно, к тому времени, в котором вы живете сейчас.

Оставьте прошлую ситуацию в прошлом, но возьмите с собой те ощущения, которые вы успели пережить и заполните ими настоящий момент.

Испытывайте те же самые эмоции, но в иных условиях. При подобной более менее постоянной практике к вам придет осознание того, что

СИТУАЦИИ ОТНОСИТЕЛЬНЫ**,** А ЧУВСТВА АБСОЛЮТНЫ.

Овладев - владейте.

**2**

**Я выхожу из-под влияния Лохотропа**

Мир человеческих страстей управляется виртуальной организацией, которую можно назвать "ЛОХОТРОП".

Термин производится от греческих слов: ΛΟΧ(ΟΣ) – засада; толпа; логовище и ΤΡΟΠΟΣ – поворот, образ, способ. Таким образом, значение выходит следующее: Лохотроп – это поворот к толпе. Как сила Лохотроп – это законодательство толпы.

Но что мы подразумеваем под толпой?

Толпа – это сознание антропомассы.

И индивидуальное сознание, а также поведение отдельных особей находится под жестким контролем антропомассы, или *лохотропа*.

Именно последний неукоснительно и категорично распределяет роли среди субъектов, каждому отводя свое, строго предзаданное место.

Мы получаем очередное назначение в форме четко очерченных должностей – мужа, любовника, профессионала, министра, вора, бомжа и т.д. Взаимопереплетение ролевых траекторий образует гигантскую сеть-паутину коллективного ума *лохотропа*.

Лохотроп имеет свой ум – центр управления, своеобразный виртуальный мозг, регулирующий его деятельность и поддерживающий его жизнеспособность. Мы же – единичные особи – являемся членами лохотропа и его подданными, а, значит, и *подключенными* к нму. Наши персональные нервные системы вплетены в глобальную *нейросеть* социального макроорганизма.

Мы – дети мира, мы живем в мире.

А **МИР – это Многомерная Информационная Реальность.**

И эта реальность нас воспитывает, обучает нас, приучает к своим нормам, приручает и диктует свои правила поведения через своих агентов – сначала родителей, затем – учителей, потом – посредством морали и масс-медиа коммуникаций. И куда бы мы ни кинули свой взгляд, мы повсюду видим *воспитателей,* мягко по форме, но жестко по существу кодирующих нас на необходимые для биомассы реакции.

Мы подключаемся к розетке в 220 вольт и питаемся ботвой новостей и шоу-программ, получая от *воспитателей* положенную нам дозу стимуляции. Именно благодаря телевидению и средствам массовой информации одна и та же эмоция может быть пережита миллионами.

Это значит, что на самом деле эмоции не возникают внутри нашей индивидуальности, но инспирируются биомассой (антропомассой) - лохотропом.

Подобно тому, как нам в свое время делали прививки от оспы, лохотроп прививает нам унифицированные способы реагирования и предлагает при этом *вознаграждение в виде эйфории за неведение о его сущности.*

Как живая система, *лохотроп* имеет свои потребности:

*Снятие напряжения* – данная потребность реализуется через бесконечный поток развлекательной информации, алкоголизацию, наркотический транс, агрессию, различного рода массовые увеселительные мероприятия.

*Воспроизводство и восполнение недостающих частей* – за счет прироста населения.

*Самосохранение* – тенденция скапливаться в стаи, толпы; уничтожение отдельных своих членов или отдельных групп, мешающих ее развитию - для регуляции распределения ресурсов среди народонаселения и во избежания кризиса переизбытка своей массы за счет перенаселенности.

И, чтобы выжить, лохотроп прибегает к искусной манипуляции. Он выпускает и тиражирует так называемой общественное мнение, назавтра его заменяя прямо противоположным, но таким же общественным. С тем же упорством *лохотроп* инъецирует своих верноподданных рефлекторными типами реагирования, незаметно принуждая думать, что это и есть совершенно уникальные и неповторимые, индивидуальные "опыты жизни".

Таким образом, выходит, что **чувство – это лишь один из способов социального контроля**.

И это значит, что все чувства, а, тем паче, страсти, уже давно инвентаризированы и расфасованы по отдельным клеточкам, ячейкам, матрицам, сведены в статьи некоего *поведенческого кодекса биомассы.* Так, например, влюбленность – это, скажем, статья 2-я – "от двух до пяти" (недель, если повезет – то и месяцев), любовное наваждение – статья 102-я – "от двух до пяти" (но уже лет), а то и пожизненно. Стремление следовать моде – статья еще какая-то, и т.п.

*Стертые* (то есть лишенные индивидуальности субъекты биомассы) всего лишь проходят по этим статьям. Если приглядеться к тем, кто нас окружает, вслушаться в их стереотипно-жаргонизированную речь (самые явные и первичные симптомы стертости можно распознать по клише – "типа", "вау", "классно", "прикольно" и подобного рода восклицаниям), хоть раз попробовать не вовлеченно посмотреть телетранслятор, и мы обнаружим массу *стертых* – поющих, рекламирующих, изрекающих, ведущих…

**3**

**Я покидаю лохотроп и нахожу Друзей**

Лохотропу выгодно, чтобы мы думали, будто он может исполнить наши желания.

Но лохотроп обманывает. Он не наделен ни высшими полномочиями, ни властью, ни способностью совершать чудеса. Лохотроп – это великий манипулятор, использующий человеческий материал в качестве питательного бульона. Он обещает, сулит, заманивает, соблазняет, но ничего из обещанного не исполняет.

Мы совершаем достижения не благодаря лохотропу, а преодолевая его.

Лохотроп внушает нам, что он обладает Божественными функциями. Но и это тоже обман.

*Что делать*?

Вглядеться в себя, послушать себя, отметить, не охвачен ли страстью, и если охвачен, то подумать – а *кому это выгодно?*

*Кто* или *Что* начинает превращать меня в *стертого*?

Осознать, что в такие моменты ко мне подключается лохотроп, склоняя меня к тому, чтобы я подпал под одну из статей его кодекса, ибо ему выгодно сделать из меня хронического лоха (или агента толпы), чтобы легче было мною управлять.

Напомнить себе о насущности момента выбора: быть собой и *с* собой и, значит – *быть,* или - *плыть* в толпе стертых, погружаясь во все более и более беспробудную спячку.

Время от времени, пока это не перейдет в основное правило, встряхивать себя бодрящей цитатой из Апокалипсиса (16:15) – "Макариос Эгрегорон" – "Блажен Бодрствующий".

И дружить с Друзьями.

А Друзья – это Ангелы.

Они не видимы, но с ними можно общаться.

И к ним можно обращаться.

Таким вот образом:

Святой Архангел **Михаил** ("Кто как Бог) – **Победитель** – победи страсти мои.

Святой Архангел **Гавриил** ("Муж Божий") – **Вестник Божий** – возвести мне час смертный.

Святой Архангел **Рафаил** ("Помощь Божья") – **Целитель** – исцели меня от недугов душевных и телесных.

Святой Архангел **Уриил** ("Огонь Божий") – **Просветитель** – просвети мои чувства.

Святой Архангел **Иегудиил** ("Хвала Божья") – **Прославитель** – прославь меня добрыми делами.

Святой Архангел **Селафиил** ("Молитва к Богу") – **Молитвенник** – моли Бога обо мне.

Святой Архангел **Варахиил** ("Благословение Божье") – **Благославитель** – благослави меня на душевное спасение.

Наши Друзья слышат нас. Они соучаствуют в наших судьбах. Они помогают нам и поддерживают нас.

Когда они есть – мы не одиноки.

И кроме них, нет друзей, а есть лишь приятели, товарищи, сослуживцы, знакомые.

В Лохотропе нет ни друзей, ни любви.

Поэтому я хочу совершить Виток Преображения.

**4**

**Виток преображения**

1

За пределом – только Закон.

За знаком – программа.

Раскрывается Книга, исполненная символов,

Где каждое слово – свершение.

2

Радость Рая

Сменяется мучительной досадой ада.

Оползни зла атакуют.

Как от них защититься?

Но является озарение –

Пришедшие в ненависти,

Мы можем возвратиться в Любовь.

Отпавшие в одиночество,

Мы способны обрести Единство.

3

Личинка лопается –

Бабочка освобождается.

Для личинки это кризис,

А для бабочки – полет.

Наша личность – это личинка.

Наши кризисы – лопнувшие личинки.

4

Путешествие заканчивается, но это лишь начало Пути.

Полное самоосознание собственных глубин открывает доступ к высотам.

Погружение плавно переходит в свободное парение.

Куколка превращается в бабочку, а ученик – в Мастера.

Распахиваются двери прихожей, и весь Мир становится Домом.

5

Что дальше?…

Дальше нет вопросов, нет ответов…

Только Жизнь.

Только Любовь.

**Психотехники Самоактуализирующегося Пророчества**

Источник: Э. Цветков. Психология пророчеств и моделирование судьбы

**1.**

**Речь есть пророчество**

Слова срабатывают как программа запуска соответствующих событий.

Стало быть, они обладают реальной энергийностью, способной претворяться с уровня информационного на уровень ситуативной материализации.

И подобное их свойство лежит в основе того, что с нами происходит, случается, приключается. Если говорить в смысле самом широком, но и в то же время, точном, то *речь вообще есть пророчество* – поскольку у этих двух понятий единый корень – **rek**.

Чтобы осознать данный факт более отчетливо и ясно, перейдем к ознакомлению со следующей частьб, где механика изучаемого нами явления рассматривается более детальнор, после чего для нас станет очевидным и сам

**2.**

**Праксис Самоактуализирующегося пророчества**

Все известные случаи СП сопровождаются одним явлением – аффектированным психоэмоциональбным состоянием или душевным волнением. В такой момент происходит своеобразная *кристаллизация* слов – они будто сжимаются, коллапсируют, с ними происходит некая физико-химическая трансформация – подобная той, которая наблюдается с куском графита, под влиянием давления и температуры, превращающегося в алмаз.

Поэтому сначала следует вызвать в себе определенное эмоциональное возбуждение, а затем уже наложить на него технику.

Следующее: слову необходимо быть произнесенным вслух или записанным!

Сказанное про себя – внутри и остается. Именно по этой причине почти все формулы самовнушения или аффирмации не срабатывают. Они просто остаются внутри и не выходят во вне. Чтобы с ними начали происходить превращения, их следует вывести наружу. По сути своей, и по определению, пророчество не может быть безмолвным, ибо его смысл и заключается именно в том, чтобы быть услышанным (или увиденным).

Далее: Выбранные слова следует произносить так, чтобы последние не только озвучивались и не только слышались, но и чтобы они *ощущались* – отдавались в теле сенсорными откликами. Так, например, фраза из художественной литературы "слова стучали в его висках", является иллюстрацией данного условия. Здесь, конечно, не обязательно привязываться непременно к вискам – потому что слово может отозваться ощущением в любой части тела. Главное – проявлять внимание к резонансу "звук – ощущение" и чутко отслеживать его проявление. Говоря языком НЛП, мы регистрируем сцепление аудиально-кинестетической модальностей. Видение же и образы в данном случае большой роли не играют, и потому не стоит придавать им акцентного значения.

Наиболее эффективный способ произнесения своего СП - такой, при котором составленная вамим вербата (актуальный текст) будет исходить из точки вашего "Я", найденной посредством Алгоритма Кристаллизации (см.).

**3.**

**Составление вербаты. Техника вербигенации**

Более детально расшифруем сам термин "вербата".

Он происходит от латинских однокоренных понятий:

verbum – слово

verax – говорящий правду, возвещающий истину

verberatus – удары, толчки

verber – бич, плеть,

и таким образом, имеет разветвленное, но и концентрированное смысловое содержание.

Вербигенация, как уже говорилось в начале книги, в переводе с латинского означает "рожденный словом" (verbi-gena).

Таким образом, *вербата самоактуализирующегося пророчества* (или СП-Вербата) представляет собою текст, обладающий выраженной психоактивностью и действующий подобно удару бича. Последнее вовсе не означает, что он состоит из каки-то особых "хлестких" выражений. Просто имеется в виду само его действие как и удар плети, рассекающей воздух, вербата разрезает пространство инертно-инерционного хода вещей и оставляет свою отметину в будущем. Она сдвигает, смещает устоявшиеся конструкции сложившихся житейских схем, дает им стимулирующую встряску, словно подстегивает кнутом. Механизм ее воздействия – удар, пробивающий барьеры рутины.

Психоактивность же СП-вербаты достигается, благодаря тому, что мы для нее используем сильные слова с исторически конденсированными семантическим полями и кодами. Определенное количество таких слов размещено в психоактивном словаре. Насыщая ими свою речь, вы в значительной мере стимулируете ее энергийный и *профетический* (пророческий) потенциал.

Ниже я привожу краткую матрицу психоактивных слов с их переплетениями в семантических полях. Стремитесь к тому, чтобы в вашем СП-посыле часть данных слов была задействована.

**4.**

**Список семантических кодов**

**Бить** – **Быть** - Вселенная – **Слово** – **Огонь** – Просить – Воздействовать - Разум – Знание – **Любовь** – Пища – Новый – Порядок – Видеть – Экстаз – Победа – Твердость – Удовольствие – Великолепие - Богатство.

**Бог** - **Судьба** – **Господин** – Счастье – **Хлеб** – **Царь**.

**Быть** - **Бить** – Рассекать – Восходить – Являться – Расти – **Жить** – Есть (питаться – вбирать в себя Божество) – **Слово** – **Огонь** – **Дух** – **Истина** – **Делать**.

**Вера** – Договор – Судьба – Огонь – Слово – Истина – Исцеление.

**Вертикаль – Верх – Небо** – Темя – Лучший – Победа.

**Верх** – Небо – Темя – Дух – Середина – Утроба.

**Власть** – **Сила** – Душа – Усердие – Сознание – Соединение – **Мысль** – **Язык**.

**Волос - Огонь** – **Власть** – **Путь** – **Прут**.

**Воля** - **Слово** – **Число** – Пришествие – Проявление – Явление.

**Вода** – Чрево – Матка – **Женщина** – Плодородие – **Жизнь** – Ведать.

**Время** – Вращение – Превращение – Возвращение.

**Господь** – Хозяин – Сам – Владыка – Могущий – Супруг.

**Дар** – **Жертвоприношение** – Связь – **Дух** – **Божество**.

**Делать** - Говорить – Участвовать в ритуале – Давать – Дарить – Воспринимать – Думать – Уметь – Подниматься (к Божеству).

**Дом** – Создатель (Творец, Бог, Господь) – Господин – Храм – Вселенная – Строить – Жилье – Род – Семья.

**Друг** – **Дух** – Опора – Поддержка.

**Дух** – **Слово – Мысль – Действие.**

**Еда** – Единое – **Один** – **Жертвоприношение**.

**Женщина** – Хранитель – Рождение – Чрево – Утроба – Нутро – Плодородие – Прибыль – Благоденствие – Счастье – **Жизнь** – Два – Вода – Знание – Знахарство – Ведение – Ведать.

**Жертвоприношение** – Дар – Середина – Сила – Мудрость – Посвящение.

**Жизнь** – Дух – Достояние – Богатство – Рост.

**Закон** – Завет – запредельное – Божество – Сила.

**Земля – Утроба – Мать – Еда.**

**Имя –** Середина – Небо – Пуп – Знамение.

**Индивидуация –** Трансформация – Преображение – Сублимация – Путь – Посвящение.

**Индивидуум –** Атом – Нераздельный – Нерасщепленный – Целость.

**Жертвоприношение** – Дар – Середина – Сила – Мудрость – Посвящение.

**Истина** – Бог – Быть – Небо – Середина – Вертикаль – Слово – Вера.

**Любовь** – Жертвоприношение – Свобода – Свет – Волос – Мировая Ось – Верх – Связь – Религия – Слово – Быть – Бог – Жизнь – Бессмертие.

**Мать** – Матка - **Утроба** – Нутро – Чрево – Живот – **Жизнь** – Источник – **Начало** – Материя – **Земля** – Плодовитость – Пища – **Смерть** – **Мрак** – Тьма – Бездна – **Ужас** – Пожирание.

**Место** – Вертикаль – Верх – Мировая Ось – Середина.

**Молитва –** Связь – Соединение – Песнь – Обращение – Божество.

**Мысль** - Слово – Стремление – Жертвоприношение -Плач (экстатический) – Песнопение – Музыка – Удар – Потрясение – Экстаз Богатство – Сила.

**Начало –** Рождение – Происхождение – Конец – Середина.

**Небо –** Семя – Дух – Мужчина.

**Огонь –** Середина – Верх – Мужчина – Небо – Семя – Сила – Безмолвие – Очищение.

**Отец –** Небо – Земля – Слово – Вертикаль – Мировая Ось – Бессмертие.

**Отречение** – Отрешение – Освобождение – **Свобода** - Отвязывание – Раскрытие – Избавление – Ответ – Отказ – Прощение.

**Покаяние –** Жертвоприношение – Посвящение – Страх – Божество.

**Посвящение –** Покаяние – Жертвоприношение – Страх – Божество – Празднование – Священнодействие.

**Программа –** Предписание – Знак – Книга – Слово – Речь – Рок – Закон.

**Простота** – Свобода – Верх – Мировая Ось.

**Прут –** Волос – Сила – Жизнь – Огонь – Бытие.

**Пустота** – Чистота – Божество – Слово – Нагота.

**Путь –** Проход – Движение – Мост – Верховный Жрец – Рост –Род – Охраняемый – Радость – Песнь.

**Разум – Дух – Речь – Совесть – Мысль.**

**Реальность** – Вещь – Дело – Естество – Слово – Речь – Знать – Уметь – Управлять – Разум – Видеть – Открывать – Существовать.

**Речь – Божество** – Рок – **Программа** – **Дело** – Творчество – Созидание – **Слово** – **Язык** – **Закон**.

**Род –** Расти – Путь – Подниматься – Верх – Вертиткаль.

**Свобода** – Божество – Воля – Небо – Род – Быть – Индивидуум.

**Семья –** Жизнь – Вселенная – Бытие – Пребывание – Семя – Род – Небо – Дух.

**Середина –** Дерево – Вечность – Медитация – Фаллос – Исцеление – Храм – Дом – Сердце – Сила – Мудрость – Слово.

**Сила** – Соединение – Связь – Естество – Душа – Сознание – **Власть**.

**Символ** – Связь – Соединение – **Сила** – Соединение – Связь – Естество – Душа – Сознание – **Власть**- **Истина** – Соответствие – **Язык** – **Слово**.

**Слово –** Мужчина – Меч – Рок – Речь – Судьба – Огонь.

**Совесть –** Соместное знание – Разум – Род – Соединение – Связь

**Судьба** – Закон (доначальное, дообычное) – Устанавливать – Соединение – Договор (Завет) – Происходить – Говорить – Становиться.

**Счастье – Час – Судьба – Любовь – Мысль – Чистота – Честь – Время – Делать – Свобода –** Сочетание.

**Тело** – Земля – Вещество – Образ – Вид – Изображение **–** Огонь **–** Число **–** Душа– Связывать – Крепкий – Верх.

**Ум** – Восприятие – Понимание – Умение - **Программа** – **Закон** – **Действие**.

**Утроба** – Живот – Нутро – Недра – Ядро – **Яйцо** – Семя – Матка – **Середина**.

**Хлеб – Дар – Жертвоприношение – Бог** – Семя – Разум – Плодородие – Гармония – **Сила**.

**Царь** – Быть – Волос – Огонь – Свет – Звук – Слово – Путь – Разум – Святость – Дух.

**Цвет** – Небо – Огонь – Красота – Гармония – Порядок – Слово – Действие – Экстаз – Жертвоприношение.

**Человек** – Род – Сила – Власть – Душа.

**Честность** - Честь – Любовь – Жертвоприношение – Число – Мысль.

**Число** – Чистый – Священный – Честность – Бить – Быть – Бог – Верх – Мысль – Слово – Язык – Судьба.

**Чистота** – Число – Свобода.

**Я** – Явление – Воля – Слово – Бытие – Свобода – Индивидуум.

**Язык** – Узы – **Речь** – Связь – **Действие** – **Слово** – **Я**.

После того, как вы сформулируете свое базовое намерение, начните наращивать текст за счет психоактивных элементов – тем самым, вы оформите вербату.

**5.**

**Конструирование вербаты**

Мне не раз доводилось – по роду деятельности – быть свидетелем того, как пожелания людей, даже самые настойчивые и горячо пестуемые, оказывались пустыми и бесплодными прожектами. Оказавшись обманутыми несбывшимися ожиданиями, такие страдальцы погружались в пучину недоверия к жизни и уныния – кто-то обозлившись, кто-то – обрастая жирком апатии.

Эти неудачники, ропща на свою иронию судьбы, исповедально жаловались,, что прибегали к различными приемам и техникам вроде "программирования на цель", "визуализации желаемого объекта", но ничего не срабатывало. Прослушав печальные излияния из уст нескольких сотен пользователей своих "несложившихся жизней" и "хромых судеб", я обнаружил одну общую для всех них ошибку – там отсутствовали понятия "Я" и "Есть". А, между тем, они – одновременно и рычаги и точки опоры любого индивида, без осознания. ощущения и переживания которых совершенно невозможны ни самостановление, ни самореализация, ни осуществление намерения.

Все озлобленные и раскисшие неудачники, с которыми мне доводилось беседовать, словно бы не замечали этих понятий, оттесняли, вытесняли их, игнорировали их – жили так, будто не существовало ни "Я", ни "Есть". Но ведь без "Я" и, соответственно, "Есть" невозможно никакое жизнетворчество – нет автора, нет и произведения.

Многие люди выражают свои устремления констатацией простого пожелания "хочу ИКС". И пожелания вылетают в пустоту. Потому что заказ остается безответным – обратный адрес не указан. Действительно, в подобной ситуации возникает естественный вопрос: "А КТО, собственно, хочет ИКС"? Однако этот КТО-ТО не объявил себя через "Я". Поэтому его как бы и нет.

В некоторых случаях мне возражают:

- Но я говорю совсем по-другому! Я использую и "Я" и "быть"!

- Пример.

- Пожалуйста. Я хочу быть богатым. Или – я хочу быть счастливой.

Это уже ближе к цели. Но "быть" – неопределенная форма глагола. А если вы хотите *определенных* результатов, то вам и изъясняться следует вполне *определенно*. Неопределенность же речи порождает такую же неопределенность и в событиях.

А, кроме того, "быть" еще не регистрирует факта наличия, существования. "Быть" допускает лишь возможность. Но вот другая форма того же глагола – "есть" – уже утверждает присутствие бытия в момент конкретного настоящего.

Сравните два утверждения:

"Я быть".

"Я есть".

В первую фразу, чтобы она зазвучала осмысленно, следует добавить какие-то слова. Наиболее очевидные – "хочу" или "могу". Но оба слова выражают некую незавершенность, *несвершенность.* Они подобны безразмерной резинке, которую можно бесконечно растягивать и никогда не растянуть. Можно бесконечно чего-то хотеть или что-то мочь, но при этом не совершать того, что соответствует данным "хотеть" и "мочь". Если я могу что-то делать, это вовсе не означает, что я это делаю. А если я не делаю что-либо, то это, все-равно, что я и не могу этого делать.

Поэтому всякое "могу быть…" равносильно "может быть" – выражению, которое не склоняется ни к "да", ни к "нет". Но ведь любой результат – это всегда четкое, неукоснительное и неоспоримое либо "да", либо "нет".

Поэтому необходимыми элементами всякой СП-вербаты становятся слова "Я" и "ЕСТЬ".

К указанным первичным смыслам прибавляется еще один – обозначающий принцип *Делания*, или *Созидания*. И данное условие продиктовано простой логикой – мы не можем достичь результата, если не создаем его. Следовательно, нашей машине, реализующей намерения, надо задать еще один параметр. Грамматически он оформляется действительным причастием – СОЗИДАЮЩИЙ.

Таким образом, мы получаем опорную триаду любой СП-вербаты:

Я – ЕСТЬ – СОЗДАЮЩИЙ

Это – сущностный стержень, остов, костяк психоактивного текста.

Теперь мы наматываем на него "проволоку" конкретных обстоятельств и намерений, чтобы получить "индукционную катушку исполнения желаний".

Первое, что следует здесь сделать – указать свое имя после местоимения "Я".

Имя вводится в формулу не только как одна из ячеек психологической идентификации, но и как – матрица архетипического и даже метафизического влияния – в том смысле, который имел в виду о. Павел Флоренский. Ученый-богослов полагал, что имя направляет жизнь личности по определенному руслу и не даект потоку жизненных процессов протекать произвольно: "так с особеной четкостью проступают типичные линии именной организации, единой и равной себе во всех проявлениях". Отец Павел разработал первые подходы к типологии, позволяющей проследить взаимосвязь имени и характера. Напомню, что на подобную синхронистичность обращал внимание и Юнг. Сходное мнение двух выдающихся в своей глубине умов позволяет нам предполажить, что такая взаимосвязанность действительно существует. Хотя эта тема принципиально еще не разработана и ждет своего серьезного исследователя.

Пример первого шага: "Я – ДАНИИЛ ".

Далее – второй шаг: поставьте слово ЕСТЬ.

Пример второго шага: "Я – ДЛАНИИЛ ЕСТЬ".

Третий шаг: После слова ЕСТЬ укажите качество бытия, которым вы хотели бы обладать (даже, если вы считаете, что оно у вас отсутствует). Выразите его в форме действительного причастия или прилагательного, взяв желаемое слова из списка семантических кодов.

Пример третьего шага: "Я – ДАНИИЛ ЕСТЬ ЛЮБЯЩИЙ"

Четвертый шаг: обозначьте свой пол (который, как известно, представляет собой нечто большее, чем анатомо-физиологическое строение организма).

Пример четвертого шага: "Я – ДАНИИЛ ЕСТЬ ЛЮБЯЩИЙ МУЖЧИНА".

Пятый шаг: теперь вводите причастие СОЗДАЮЩИЙ.

Пример пятого шага: "Я – ДАНИИЛ ЕСТЬ ЛЮБЯЩИЙ МУЖЧИНА - СОЗДАЮЩИЙ".

Шестой шаг: впишите слово РЕЗУЛЬТАТ и свое намерение – лучше одним простым коротким предложением.

Пример шестого шага:

Я – ДАНИИЛ ЕСТЬ ЛЮБЯЩИЙ МУЖЧИНА, СОЗДАЮЩИЙ РЕЗУЛЬТАТ: НАПИСАНИЕ КНИГИ И ЕЁ ОПУБЛИКОВАНИЕ.

Седьмой шаг: завершайте свою вербату всегда мощным, действенным, ударным словосочетанием: "СКАЗАННОЕ МНОЮ, ИМЕЕТ СИЛУ ПРОРОЧЕСТВА"!

Полная иллюстрация примера:

Я – ДАНИИЛ

ЕСТЬ

ЛЮБЯЩИЙ

МУЖЧИНА,

СОЗДАЮЩИЙ

РЕЗУЛЬТАТ:

НАПИСАНИЕ КНИГИ И ЕЕ ОПУБЛИКОВАНИЕ.

СКАЗАННОЕ МНОЮ, ИМЕЕТ СИЛУ ПРОРОЧЕСТВА"!

Затем сфокусируйте внимание на своем "Я-Центре". Мысленно спроецируйте в него вербату. И произнесите ее вслух с ощущением, будто слова исходят из вашего "Я-Центра".

И готовьтесь к встрече с результатом своего пророчества.

**Две медитативные разминки перед процессом вербигенации**

Перед процессом вербигенации полезно проделать две предварительные процедуры, своеобразные медитативные разминки.

**Медитативная разминка №1. Словесная редукция**

Действительный мир действительно существует. Но существует он по ту сторону нашего сознания. И потому наши познания о действительном мире, мягко говоря, недостоверны. Ибо наши познания лежат в пределах нашего сознания, по отношению к которому, как уже было сказано, действительный мир является потусторонним.

Таков посыл учения немецкого философа и математика Эдмунда Гуссерля (1859 – 1938) – феноменологии. Дословно данное понятие означает «учение о являющемся, кажущемся», «учение о показывающем себя».

Здесь мы вправе сделать резонное уточнение. То, что показывает себя, то есть – кажется, является ли являющимся, если под последним понимать существующее – пребывающее в бытии? Проще говоря, нуждается ли то, что есть в том, чтобы казаться? «Быть или казаться»?

Загадочный мыслитель вкрадчиво заявляет – сознание обнаруживается всегда как «сознание о чем-то». Такое его свойство основателем феноменологии было названо интенциональностью – стремлением быть направленным на что-то и конструирующим что-то.

Таким образом, получается, что каждый акт сознания, прпежде всего, озабочен тем, чтобы с самого начала дать всему воспринимаемому обозначение, название, определение. Поэтому изначальной функцией сознания является функция толковательная. Сознание не знает, а толкует. И поскольку оно, в первую очередь, занимается определениями, то тем самым, устанавливает пределы. Разве не явствует из прямого корня слова, что определение – это ничто иное, как обозначение, установление предела? Сравним: оПРЕДЕЛение – ПРЕДЕЛ.

Следовательно, сознание не проникает в мир и не познает его, а сочиняет собственные конструкты. И в данном своем действе оно отождествляется с бытием. Наше сознание – это наше бытие. И наоборот. Получается, что наше бытие – мыслимое, и соответственно, мыслящее.

Представитель строгой научной парадигмы «объективного знания» может, однако, возразить тем, что имеет дело с точными научными приборами, беспристрастно фиксирующими факты. Но «фактов» для прибора не существует! Они существуют только для наблюдателя и, стало быть, присутствуют лишь в его голове. Никакое техническое устройство само по себе ровным счетом ничего не стоит без того, кто его обслуживает. И, так или иначе, цепочка замыкается на субъективном. Нет объекта без субъекта.

Поэтому подобный позитивистский образ мышления, по мнению Гуссерля, не имеет никаких оснований для того, чтобы называться исследующим реальность. И он развивает свою методику наблюдения, которая воздерживается от всякого рода утверждений и суждений касательно «действительности», уклоняется от категоричных интерпретаций и устойчивых определений. Такое воздержание – *эпохе’* (от греческого epoche – остановка) не отрицает сам мир и существование наличествующей реальности, но как бы “заключает в скобки” наше представление о реальности, переставая полагать его тождественным истине.

Сам же процесс подобного исключения предварительных суждений в отношении мира вещей, который приводит к эпохе, он называет *феноменологической редукцией*.

Такая редукция позволяет нам быть беспристрастными, непредубежденными и непривязанными к собственным оценкам, которые по сути своей, иллюзорны, и позволяет применить то, что Гуссерль называет “созерцанием сущностей”.

Практика созерцания сущностей неизбежно приводит к видению чистых феноменов и явлений такими, каковы они есть на самом деле и возвращают нас к до-рациональной области чистого созерцания, опыт которого каждый из нас несет в себе со времен младенчества.

***Опорные понятия феноменологии.***

*Интенциональность сознания –* направленность сознания на что-то и его склонность к конструированию понятий.

*Эпохе’ –* прерывание и остановка внутреннего диалога.

*Феноменологическая редукция –* исключение суждений в процессе описания мира.

***Праксис:***

1. Выберите первый предмет, попавший в поле вашего зрения. На какое-то время умышленно “забудьте” его название, предназначение, функцию. Просто смотрите на него, будто видите его в первый раз. Параллельно наблюдайте за своим воспристием, чувсвами и ощущениями. Возможно, вскоре вы испытаете переживание измененного сознания и в нем обнаружите непривычную для себя реальность. Это может означать прорыв в чистое “созерцание сущностей”.

2. Проведите аналогичный эксперимент, теперь задействуя слуховой анализатор. Сконцентрируйтесь на каком-либо звуку и только слушайте. Не проводите никаких ассоциаций, а если таковые возникают, мягко ускользайте от них. Сводите на нет склонность вашего ума к фантазированию и игре воображения.

3. Следующий опыт касается сферы ощущений. Возьмите в руку любой предмет, который под эту самую руку попадется. Тщательно ощупайте его, сосредоточив внимание лишь на пальцах. Ни в коем разе не вовлекайтесь в игру «на что это похоже» или « что это мне напоминает». Тогда вы плавно перейдете в состояние «созарцания сущностей».

4. После освоения предыдущих аспектов вы можете с легкостью приступить к исследованию человека, применяя сходные способы. ваши постижения и открытия могут превзойти всякие ожидания.

**Медитативная разминка №2. Язык "Волапюк"**

Джорж Серф (1883 – 1979), профессор лингвистики, в конце концов, оставил преподавание в университете и занялся частной психотерапевтической практикой, которой дал название *волапюк–терапия* (производя термин от английского world speak – мир говорит). До этого он вел семинары по интерлингвистике и самозабвенно занимался изобретением собственных языков. Но однажды одна из его бывших студенток попала в психиатрическую клинику с приступом психотического расстройства. Наряду с остальными симптомами, у пациентки присутствовали непонятные для врачей словесные новообразования, характерные для шизофренического процесса. Как-то ее навестил Серф и завел с ней разговор на одном из своих искусственных языков. Лечащие врачи заметили, что подобная тактика привела к неожиданному терапевтическому эффекту. Ее состояние стало заметно улучшаться. Через некоторое время пациентка поправилась, и ее выписали, после чего ее жизненный путь изменился. Она вернулась к своему учителю и стала принимать активное участие в его интерлингвистических штудиях. Они сформировали группу студентов, которые собирались для того, чтобы поговорить на непонятных, только что изобретенных языках. Помимо радостного удовольствия, от подобных занятий они получали и существенную психологическую помощь. Вскоре практика и метод Джорджа Серфа приобрели широкую известность.

***Основные положения теории.***

Родной язык – язык обыденный, рутинный. Все беды и несчастья происходят именно на этом языке.

Обилие неологизмов при шизофреническом расстройстве есть ничто иное, как активизация компенсаторных механизмов самоисцеления. «Болезнь сама проделывает над языком ту работу, которую каждому следовало бы проделывать в норме. Мы передаем наши компенсаторные языковые возможности болезни, в то время как задача заключается в том, чтобы этими возможностями овладеть». – Писал Джордж Серф.

Он также обратил внимание на богатое и бурное словотворчество маленьких детей. И такое явление было им расценено не только как проявление познавательного инстинкта, но и как своеобразная аутопсихотерапия. Серф полагал, что «словесные новообразования на самом деле создаются под давлением чувств, ищущих выхода наружу».

По его мнению, на общепринятом языке возможно только поверхностное условное общение – на самом деле, отчужденное и болезненное. Над индивидумом довлеет социальный диктат языка. И социальная «дрессировка» есть, прежде всего, «дрессировка» вербальная, языковая. Общепринятым становится язык телевидения и журналов – стерилизованный, выхолощенный, стандартный, «пластиковый», механический, мертвый и отчужденный, где все чаще появляются машины говорения – спикеры, воспроизводящие заранее сделанные заготовки, напоминая собой часы, откуда постоянно раздается монотонное «ку-ку».

И один из путей освобождения – возвращение к неоформленной детскости языка, к изначальному, исконному словотворчеству – словотворению-гулению, построенному на фонетических играх и аллитерациях.

Педиатры полагают, что гуление совершается «между языком и молоком», когда младенец пережевывает слоги, получая от этого фонетическое наслаждение. Тем самым первое магическое удовольствие ребенка связано с возможностью услышать, как он сам бормочет. В сущности, это и есть праязык – «языковой карнавал творчества в языке».

Такая речевая феерия, близкая к адамическому праязыку младенца, присутствует и в творчестве великих поэтов. Ни один из них не пишет на своем родном языке, но переводит самого себя, переходя от материнского языка к языку трансгрессивному (своему собственному).

Серф цитирует известное изречение М. Хайдеггера – «язык есть дом бытия», и прибавляет: «Печальная судьба человечества распорядилась так, что все живут всю жизнь в домах, построенных не ими, часто даже не имея возможности подогнать их под себя».

Стало быть, осознанное языковое творчество можно представить как «медленное возвращение домой».

***Праксис:***

Снимите свои языковые тормоза и поговорите с полчаса на языке детского лепета, полнейшей чепухи, околесицы, нонсенсов, спонтанных неологизмов.

А затем с полчаса помедитируйте над следующим:

Может ли быть, на самом деле, бессмыслица бессмысленной?

И насколько абсурден индивидуально изобретенный язык?

Ведь любое слово состоит из звуков.

Звук же является ядерным носителем смысла.

Какие бы новоязы мы не изобретали, при их анализе мы все равно получаем в качестве конечного продукта известные и нерасщепляемые атомы предзаданных значений – звуки. Такое положение дел можно сравнить с химической реакцией, которая, при всей ее сложности, в итоге распадается до углекислоты и воды.

Получается, что любой наш неологизм, на первый взгляд, самый нелепый и эксцентричный, в действительности, представляет собой рестимуляцию традиционного, примордиального, самого, что ни на есть, естественного живительного, целительного языка, к которому мы непосредственно прорываемся через собственное речевое преображение.

А после того, как вы поговорили на своем новоязе и помедитировали на предмет предложенных тем, интуитивно, "на ощупь" выберите те звуки, которые показались вам наиболее акцентными, примечательными в вашем оригинальном словотворчестве и исследуйте их с помощью раздела "Матрица протоязыковых кодов".

**Матрица протоязыковых кодов**

Источник: Э. Цветков. Корпус избранных психотехник

**Пролог**

Пресловутая, вся изгаданная и загаданная загадка языка…

Но мы продолжаем биться над ней. Кто приступом, кто осадой, кто тихим сапом, в одиночку и стадом, хотим одолеть сфинкса. Неисчислимые битвы – во имя Бытия. Ибо бытие и есть битва.

На самом деле весь единый и сплошной вой человечества, все его войны – это призыв сакрального Слова, некой таинственной формулы, обладание которой дарует власть.

Все заклания – ради одного заклинания. Скрежетание скрещивающихся клинков и скрежет зубовный – кровавая попытка извлечения звука из вакуума Безмолвия.

Что в первую очередь предпринимают те, кто приходит к власти? Производят реформы языка. Это хорошо известно из истории. Еще на свежей памяти гнетущее явление чудовищного советского новояза с вождем – генеральным языковедом во главе.

«Сумевший оживить символы, владеет умами». – Выразился однажды Альфред Кожибский и с математической меткостью попал в точку.

Вожди и шаманы понимают это интуитивно. Ведь, в сущности, перевороты сначала происходят в языке, потом свершаются в сознании и уж затем вершатся в социуме.

Создатель привел к Адаму животных, чтобы тот назвал их, дал им имена – тем самым Господь даровал Первочеловеку свободу и власть.

Первочеловек обрел дар речи и уподобился Богу, ибо теперь стал сопричастен Логосу, изначальному и всеначальному Слову, сотворившему мир.

Следовательно, язык являет собой воплощение и выражение чистого творчества как такового.

И по сей день мы творим – всякий раз, когда произносим слова. Мы создаем свои тексты и плетем ткань своей судьбы.

Фразу на счет сплетения словес и плетения судьбы следует понимать буквально. Это не метафора. Дабы убедиться в правомерности сказанного, сверимся со словарем.

Понятие **текст** происходит от латинского **Texo** (которое, в свою очередь, восходит к протоязыковым индоевропейским семантемам: **t’euk** – вести, **teks** – изготовлять, **teik** – предначертание) – 1). Ткать, 2). Строить, сооружать, изготовлять, 3). Составлять, слагать, сочинять, 4). Вплетать, переплетать, сочетать. Из приведенного глагола образуется ряд значений:

**Textus** – 1). Сплетение, 2). Строение, структура, 3). Ткань, 4). Связь, связное изложение.

**Textor** – ткач.

**Textrinum** – 1). Ткацкая мастерская, 2). Ткацкое искусство, ткачество.

**Textum** – 1). Ткань, 2). Связь, соединение, строение, 3). Слог, стиль.

Таким образом выясняется, что любой из нас вполне оправданно может сказать про себя: «Я – текстор, жизнь моя – текстум, душа моя – текстринум».

Впрочем, настоящая тема достаточно обстоятельно изложена в «Психоактивном словаре» (Э. Цветков. Психоактивный словарь или книга о тайном влиянии известных слов, М., 2001)., поэтому мы можем сразу перейти к практическому изложению технологии, позволяющей эффективно расшифровывать профетические, то есть ядерные, изначальные коды повседневных и широко употребляемых нами понятий.

**Исследовательская программа.**

В своих штудиях я исходил из основного положения равно как современной лингвистики, так и эзотерической Традиции, согласно которому все современные языки произошли от единого, общечеловеческого, архаического прото-языка.

Это значит, что во всех ныне действующих языковых семействах присутствуют некие универсальные корни с исходным значением. Подобные логограммы не подвержены влиянию времени и перемен. Они константны и стабильны и являют собой некий семантический остов, sacrum – крестец языка. Их актуальность вовсе не утрачена и поныне пребывает в активной действенности, присутствуя в любом сегодняшнем слове, сказанном или начертанном.

Таким образом, сами, не ведая о том, мы сплошь и рядом изъясняемся загадками и постоянно обмениваемся шифрованными посланиями.

Наша речь – психоактивная субстанция.

Если же познать ее подспудный, глубинный пласт, выявить ее сакральные коды и произвести их дешифровку, то многие затемнения нашей реальности рассеются, как предутренние сумерки.

В качестве практической основы предполагаемой разработки использовались следующие подходы:

1. Метод словесных ассоциаций.

2. Гипнотическое погружение.

3. Трансперсональные психотехники.

Их объединяло то общее, что все они были нацелены на генерацию измененного состояния сознания, глубокую регрессию и прорыв в архаические пласты коллективного бессознательного.

Само собой разумеется, что участники данной исследовательской программы принадлежали к различным языковым средам.

Общая длительность проекта заняла 10 лет. Эксперимент начался в 1990 году и к 2000-му году были систематизированы и оформлены его обобщающие результаты в виде таблицы **«Матрица протоязыковых кодов».**

**Схема эксперимента**

1. Участник вводится в состояние глубокого изменения сознания с помощью вышеназванных методов.

2. По достижении участником трансового погружения на необходимую глубину испытуемому предлагалось выдать немедленный ассоциативный ответ на предлагаемый слог.

**Обработка данных**

При сопоставлении ответов оказалось, что ассоциативно выданные значения в 97 % случаев у всех испытуемых совпали.

Подобный результат позволил сделать вывод, согласно которому **человеческий индивид в структуре своей психики содержит некий фиксированный код – языковую праформу, виртуальную устойчивую конструкцию, возможно генетически закрепленную, и не зависящую от места проживания, времени проживания, социального статуса и национальности ее носителя.**

Что касается данных историко-этимологических исследований относительно протоязыковых корней, то результаты эксперимента полностью согласуются и с ними.

**Логограммы.**

Эзотерическая Традиция отмечает, что гласные – это женское начало, оплодотворяемое мужским началом – согласными. Их сочетание, соединение, соитие и образует ядро языка – **слог** - значение, воплощенное в форме.

Праязыковое значение и есть **логограмма**.

**Пользование матрицей.**

Матрица представлена в форме таблицы, состоящей из 5-ти вертикальных колонок и 20-ти рядов, расположенных горизонтально. Каждый столбец озаглавлен гласной, каждый ряд – согласной. Получается координационная сетка.

Для того, чтобы найти тот или иной слог, достаточно определить место пересечения ряда и столбца соответствующих букв.

Каждое сочетание согласной и гласной располагается в определенном поле – отдельной ячейке, содержащей логограмму.

Логограммы приводятся в русской транслитерации.

Относительно некоторых гласных, а также буквы **Й** в виду их фонетической тождественности, следует при пользовании таблицей учесть, что

**Ы**, **Й** соответстует **И**.

**Э** – **Е**.

**Ю** – **У**.

**Я** – **А**.

Твердый и мягкий знаки не учитываются и не исползуются.

**Расшифровка слов.**

Каждое слово в представляемой системе мыслится не как набор букв, а как комбинация логограмм, сочетание фоносемантически самодостаточных единиц – слогов.

Для того, чтобы выявить шифр интересующего нас слова, необходимо провести простую операцию, в ходе которой мы сочетаем все согласные, присутствующие в данном слове со всеми гласными, содержащимися в нем.

*Пример*. Меня интересует то закодированное послание, которое таится в слове «Свобода». Как понятие, оно размыто, туманно, спекулятивно и настраивает на долгие умствования по его поводу. Дабы избежать последних и определить сакральный костяк выбранной категории, я могу воспользоваться только что описанной инструкцией.

СВОБОДА.

1. Я выделяю все согласные, присутствующие в данном слове: С, В, Б, Д.

2. Выделяю все гласные (повторяющиеся буквы дублировать необязательно): О, А.

3. Каждую согласную по очереди сочетаю с каждой гласной и получаю слоги:

СО – СА – ВО – ВА – БО –БА – ДО – ДА.

4. Справляясь с таблицей, нахожу соответствующие логограммы:

СО: СОК – Сила.

СА: САК – Священный.

ВО: ВОК – Голос.

ВА: ВАСТО – Пустота.

БО: БОДХАТИ – Пробуждение.

БА: БАР – Сотворение.

ДО: ДОЛГО – Серп.

ДА: ДАХ: - Дань

**Текстринация и Вербата.**

Следующий этап во взаимодействии с матрицей – **текстринация –** составление связанного текста на основе выявленных логограмм. (Данное слово произвожу от латинского Textrinum – ткацкое искусство, в более расширенном понимании – искусство сплетения текста из имеющихся семантических нитей).

Переводчикам хорошо известно такое понятие как «подстрочник». Подстрочник представляет собой буквальный дословный перевод – кальку иноязычного текста. На предыдущем этапе мы получили именно такой подстрочник – механически переданный набор значений. В нем еще нет логико-смысловых связок. Перед нами хоть и драгоценная, но пока – руда.

Текстринация представляет собой процесс обработки этой руды.

**Вербата –** формула, полученная в результате текстринации.

В нашем случае в качестве подстрочника имеем следующий набор: Свобода – сила, священный, алтарь, голос, пустота, пробуждение, сотворение, серп, дань.

Тестринация, представляя собой процесс творческий, вместе с тем, предполагает применение определенного алгоритма, она не случается по некоему произволу. В представленном ряду мы обнаруживаем значения, которые, будучи прочитаны буквально, ничего кроме недоумения в наши действия не привнесут. Ясно, что понимать их следует символически. Из таковых здесь – понятие «серп».

Это означает, что, прежде всего, нам надлежит раскрыть выявленные иносказательные значения, что может, в свою очередь, быть проделано двояким способом – или, сообразуясь с той же матрицей, или, используя символическую интерпретацию. Впрочем, принципиальной разницы нет, ибо каким бы путем мы не пошли, к результату придем одному и тому же.

*Серп* (Логографическое значение): СЕ – Быть, Семя, РЕ (РЕК) – Речь, ПЕ (ПЕК) – Неговорящий.

*Серп* (Символическое значение): Смертность. Смерть – жнец. Осеннее истощение силы солнца. Кастрация.

Совместив оба значения, получим их сходное звучание: Оскопление Бытия, отпадение от Слова, лишение речи, состояние кастрированности - унесенности – заброшенности. С чем остаемся, когда уносит семя бытия и слова?

*Вербата Свободы.*

Неговорящий неимущ,

Отсеченный от речи мертв.

Жизнь – пробуждение силы,

Восставшей через голос Логоса.

Сотворенная из Пустоты –

Священная дань Творению.

Опорные понятия сами обращают на себя внимание: Сотворение – Священнодействие – Слово. Иными словами, истинная свобода открывается там, где осуществляется связь с Божественной сущностью. Все остальное – разговоры о свободе.

Текстринация и составление вербаты несомненно требует известных навыков и определенного искусства. Однако это не повод для озадаченности, ибо одним можно овладеть, а другому – обучиться.

**Правило осевой логограммы**

*Правило ударного слога (осевой логограммы).* Ударный слог является предопределяющим и определяющим смысл слова.

Так в нашем примере «своБОда» мыслится как «Пробуждение» - ударный слог БО, логограмма Боддхати – «Пробуждение». В данном случае именно это качество представляет собой атом смысла.

**Логограмма понятия «Я».**

Поскольку «Я» производится из АЗ, то, находя указанный слог в таблице, определяем соответствующую логограмму – ЗАОТАР – Воин.

**Матрица как психоактивный инструмент духовного делания.**

*Логограмма*

Ту или иную логограмму можно использовать для медитативной практики. В виду того, что она представляет собой архетипический код, концентрация на ней позволяет проникнуть в сакральные, глубинные слои глобального информационного поля, сопричастного с космическими текстами и тем самым подключиться к познаниям инициатического уровня.

*Вербата*

Медитативный текст. Если какое-то время ее повторять, то ядерная, изначальная семантика текста усвоится органикой говорящего. Он обретет те свойства, которые передаются вербатой.

*Автоматическое* *письмо*.

При проведении данной процедуры на семинарах я делаю акцент на то, чтобы участники не ожидали того, что на них немедленно изольется откровение свыше или послание из глубин в виде чуть ли не стихов. Подобное ожидание всегда ведет к напряжению, а то в свою очередь, блокирует естество процесса. Достаточно просто довериться происходящему и позволить руке свободно скользить по листу. Наше Бессознательное хорошо ведает, что творит. Это наше понимание не ведает. Так что, какая бы невнятица на первый взгляд не получилась, на самом деле, мы имеем стройный и связный текст – только на незнакомом языке. Используя матрицу логограмм, мы легко расшифровываем написанное. При этом нелишним окажется выполнение следующих процедур: 1). Выделить все встречающиеся в тексте слоги и сортировать их. 2). Определить, какой слог встречается чаще остальных. 3). Использовать его в качестве объекта медитативного созерцания.

**Матрица протоязыковых кодов.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **А** | **Е** | **И** | **О** | **У** |
| **Б** | БАР  Сотворение | БЕУ  Рост | БИЛАМ  Дыра | БОДХАТИ  Пробуждение | БУДДХИ  Дух |
| **В** | ВАСТО  Пустота | ВЕТ - Ведущий  ВЕР - Слово | ВИР  Люди | ВОК  Голос | ВУ  Тьма |
| **Г** | ГАРГ  Угроза.  Страх | ГЕМО  Близнец | ГИ  Зима  Безмолвие | ГОЛГОЛ  Голос. Звук. | ГУЕР  Дикий |
| **Д** | ДАХ  Давание  (Дань) | ДЕ  Возлагать (на алтарь)  ДЕУС Одушевленный | ДИДАХ  Устанавливать | ДОЛГО  Серп | УДАР |
| **Ж** | ЖАТИ  Рождение | ЖЕНА  Женщина | ЖИВА  Жизнь | ЖО  Призывание | ЖУРНА  Старость |
| **З** | ЗАОТАР  Воин | ЗЕМЕ  Земля | ЗИРО  Жертва | ЗОБУ  Зуб | ЗУ  Кал |
| **К** | КАИ  Помощь | КЕР  Проводник | КИ  Движение | КОН  Предел.  Начало. | КУ  Владение |
| **Л** | ЛАУ  Добыча | ЛЕК  Целительство | ЛИК  Оставленный | ЛОПХО  Пауза, остановка | ЛУК  Свет |
| **М** | МАНУ  Человек  Предок | МЕН - Разум  МЕД - Середина | МИМЕТИ  Зачатие.  Созревание во чреве. | МОР  Смерть. | МУ - Семя.  МУК - Молитва. |
| **Н** | НАУ  Мертвый | НЕО  Новый. Жизненная сила. Небо. | НИ  Низкий | НОК  Ночь | НУ  Сейчас |
| **П** | ПАК  Мир | ПЕК  Неговорящий | ПИК  Тайнопись  (Пиктограмма) | ПОТ  Хозяин.  Муж. | ПУР  Чистый |
| **Р** | АРУ  Свобода АР  Огонь,  Мужчина | РЕК  Речь. Царь.  ЭРО  Свободный | РИ  Вещь.  Ограничение | ОРБО  Сирота-Неимущий  РОТО  Колесо | РУД  Руда |
| **С** | САК  Священный  АС  Алтарь | СЕ – Семя. Сеять  ЕС – Быть (есьмь) | СИ  связь | СОК  Сила | СУ –Дождь  СУР – Свет |
| **Т** | ТАП  Жертва | ТЕК  Закон  Предначертание | ТИУ  Божество.  Небо. | ТОХ  Брак  ТОМ  Дом | ТУС  Дурной.  Зло. |
| **Ф** | ФАНАС  Повелитель | ФЕРО  нести | ФИДО  Доверие | ФОНС  Источник | ФУМУС  Страсть |
| **Х** | АХ  Обновление | ХЕНК  Смерть. Участь. | ХИС  Повозка.  «Дышло». | ХО  Истина | ХУ  Связь |
| **Ц** | ЦАСАР  Царь | ЦЕЛУ  Цельность. | ЦИТРА  Сила | ЦО  Удар | ЦУ  Будущее |
| **Ч** | ЧАЙА  Тень | ЧЕТ  Соединение  (Чета) | ЧИСТ  Мышление | ЧО  Магия | ЧУ  Восприятие |
| **Ш** | ШАНТИ  Покой.  Тишина. | ШЕТЕ  Покой «мертвого» | ШИКВАН  Свобода разума | ШОК  Сияние | ШУКАХ  Ось, ость. |
| **Щ** | ЩАДИТИ  Милосердие | ЩЕКА  Суетность | ЩИТ  Отделение | ЩОУЖДЬ  Чужой | ЩУПАТИ  Давление |

## Психотехника: ДИСК

Источник: Э. Цветков. Психология пророчеств и моделирование судьбы

ДИСК – это «Диагностический индикатор семантического кода».

Он представляет собой 13 утверждений, в отношении каждого из которых следует дать оценочный ответ по типу «Да» – «Нет». В случае ответа «Нет» предлагается представить свой альтернативный вариант ответа, хотя подобное предложение не является непременно необходимым. Формальный бланк индикатора представлен в следующем виде

*ДИСК (Диагностический Индикатор Семантического Кода)*

Утверждения:

1. Чтобы в жизни чего-то добиться, нужно много работать (Да, Нет)

2. Чтобы совершенствоваться, я должен стараться сегодня быть лучше, чем вчера (Да, Нет)

3. Кто умеет ждать, тот владеет ценным качеством (Да, Нет)

4. Для получения успешного результата нужно хорошо постараться (Да, Нет)

5. Даже если сразу что-то не получается, главное, не оставлять попыток (Да, Нет)

6. Условием счастья в семье является то, что муж и жена должны любить друг друга (Да, Нет)

7. Если я что-то пообещал, но потом пожалел об этом, я все равно, обязан выполнить свое обещание (Да, Нет)

8. Любить ближних – наш моральный долг (Да, Нет)

9. Нужно быть справедливым (Да, Нет)

10. Я – личность (Да, Нет)

11. Чтобы хорошо жить, нужно много трудиться (Да, Нет)

12. Хороший учитель должен, прежде всего, учить думать (Да, Нет)

13. Я стараюсь быть корректным (Да, Нет)

#### После завершении процедуры ответов показания ДИСКа сверьте с ключом, обращая внимание на выделенные курсивом и забранные в скобки слова

*ДИСК (Диагностический Индикатор Семантического Кода). Ключ.*

Утверждения

1. Чтобы в жизни чего-то (*добиться*), (*нужно*) много (*работать*)

2. Чтобы совершенствоваться, я (*должен*) (*стараться*) сегодня быть лучше, чем вчера

3. Кто умеет (*ждать*), тот владеет ценным качеством

4. Для получения успешного результата (*нужно*) хорошо (*постараться*)

5. Даже если сразу что-то не получается, главное, не оставлять (*попыток*)

6. Условием счастья в семье является то, что муж и жена (*должны*) любить друг друга

7. Если я что-то пообещал, но потом пожалел об этом, я все равно, (*обязан*) выполнить свое обещание

8. Любить ближних – наш (*моральный*) (*долг*)

9. (*Нужно*) быть (*справедливым*)

10. Я – (*личность*)

11. Чтобы хорошо жить, (*нужно*) много (*трудиться*)

12. Хороший учитель (*должен*), прежде всего, учить думать

13. Я (*стараюсь*) быть корректным

Выделенные курсивом и забранные в скобки слова – это слова с негативным кодом, или «враждебные» слова. Поэтому по каждому утверждению, фиксированному ответом «Да» подсчитывается общее количество выделенных и забранных в скобки слов, после чего все акцентированные слова суммируются, а результат делится на 2 (деление производится только из соображений удобства – чтобы мы могли представить результат в соответствии с десяти бальной шкалой). Цифра, полученная путем подобного вычисления, заносится в специальный граф (таблица № 1) с указанием «проблемной зоны».

*Таблица №1* Диагностический граф «Проблемной зоны»

|  |  |
| --- | --- |
| Диапазон проблемной зоны | Состояние проблемной зоны |
| 0-1 | Проблемная зона не выявлена |
| 2-4 | Инициальная зона. Существует скрытая готовность к получению жизненных проблем. |
| 5-7 | Пороговая зона. Высокая готовность к к получению жизненных проблем. |
| 8-10 | Аварийная зона. Витальное состояние пребывает в ситуации срыва эффективных механизмов компенсации. |

*ДИСК. Примеры креативных ответов.*

|  |  |
| --- | --- |
| Утверждения | Примеры креативных ответов |
| 1. Чтобы в жизни чего-то (добиться), (нужно) много (работать) | Жизнь не предполагает никаких добиваний. Я просто живу. |
| 2. Чтобы совершенствоваться, я (должен) (стараться) сегодня быть лучше, чем вчера | Чтобы совершенствоваться, мне следует быть осознанным |
| 3. Кто умеет (ждать), тот владеет ценным качеством | Я не жду и не не жду. Я просто есть. |
| 4. Для получения успешного результата (нужно) хорошо (постараться) | Либо я получаю результат, либо нет. Как можно стараться пить чай? |
| 5. Даже если мне что-то мешает, я все равно (пытаюсь) довести начатое до конца | Если мне что-то мешает, я, в первую очередь задаю вопрос – а не я ли сам себе мешаю? |
| 6. Условием счастья в семье является то, что муж и жена (должны) любить друг друга | Почему я должен любить? Или я уже люблю, или я еще не люблю. |
| 7. Если я что-то пообещал, но потом пожалел об этом, я все равно, (обязан) выполнить свое обещание | Я не обязан. Я просто выбираю выполнить свое обещание. |
| 8. Любить ближних – наш (моральный) (долг) | Я к этому стремлюсь по совести, а не по морали. |
| 9. (Нужно) быть (справедливым) | Хочу быть любящим. |
| 10. Я – (личность) | Я не есть то, что я о себе думаю |
| 11. Чтобы хорошо жить, (нужно) много (трудиться) | Чтобы чего-то достичь, следует создать намерение |
| 12. Хороший учитель (должен), прежде всего, учить думать | Хороший учитель учит думать. И этим все сказано. |
| 13. Я (стараюсь) быть корректным | Я стремлюсь быть корректным |

Чтобы осознать произошедшее, рассмотрим матрицу, содержащую в себе буквальное значение тех высказываний, с которыми мы неосознанно идентифицируемся, отвечая «Да», а также с обозначением скрытых суггестивных и программирующих влияний, оказываемых данными высказываниям.

## ДИСК. Матрица протоязыковых кодов и их суггестивных программ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Утверждения | **Буквальный перевод с указанием ядерных протокорней** | **Буквальная протоязыкавоя суггестивная программа** |
| 1. Чтобы в жизни чего-то (добиться), (нужно) много (работать) | Добиться < «добить себя».  Работа < Orbh < «рабство», «неволя», «беспомощный», «сирота». | «Чтобы в жизни добить себя, будь жалким сиротой» |
| 2. Чтобы совершенствоваться, я (должен) (стараться) сегодня быть лучше, чем вчера | Стараться – изнурять.  Должен < Dolg < «обязанный», «рана», «кара», «болезнь», «удар». | «Чтобы совершенствоваться, я уязвляюсь и изнуряюсь лучше, чем вчера» |
| 3. Кто умеет (ждать), тот владеет ценным качеством | Ждать < G(h)eidh < “быть жадным”, “заложник”. | «Кто умеет быть заложником и жадным, тот обладает ценным качеством» |
| 4. Для получения успешного результата (нужно) хорошо (постараться) | Нужно < «нужда», «жалкий», «убогий», «принуждение», «насилие». «Нет хуже стужи да нужи». | «Для получения успешного результата насилуй и истощайся» |
| 5. Даже если сразу что-то не получается, главное, не оставлять (попыток) | Пытать < «допрашивать обвиняемого», «ударять», «резать» (ампутация), «вонзать». | «Даже если что-то не получается, главное, ампутировать себя» |
| 6. Условием счастья в семье является то, что муж и жена (должны) любить друг друга | Должен < Dolg < «обязанный», «рана», «кара», «болезнь», «удар». | «Условие счастья в семье: муж и жена ранят друг друга» |
| 7. Если я что-то пообещал, но потом пожалел об этом, я все равно, (обязан) выполнить свое обещание | Обязан < Oz < «узда», «обуза», «колдовство», «язва», «гадание» | «Если я что-то поообещал… я все равно, уязвлю и наколдую» |
| 8. Любить ближних – наш (моральный) (долг) | Мораль < Mor < «яма», «могила», «мрак», «смерть». | «Любить ближних – наша смертная кара» |
| 9. (Нужно) быть (справедливым) | Справедливость < Pьrati < «давить», «жать». | «Насилуй и жми» |
| 10. Я – (личность) | Личность < Lice < «маска», «идол». | «Я – идол» |
| 11. Чтобы хорошо жить, (нужно) много (трудиться) | Труд < Ter(Tr) < «забота», «страдание», «скорбь», «болезнь», «тревога», «удручение»» «труп». | «Чтобы хорошо жить, нуждайся и болей» |
| 12. Хороший учитель (должен), прежде всего, учить думать | Должен < Dolg < «обязанный», «рана», «кара», «болезнь», «удар». | «Хороший учитель, прежде всего, ранит, уязвляет и карает ученика» |
| 13. Я (стараюсь) быть корректным | Стараться < (S)ter < «истощаться», «дряхлеть», «стареть», «цепенеть». | «Я истощаюсь, дряхлею и цепенею, чтобы быть корректным» |

**Алгоритм преобразования враждебных слов в дружественные**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Враждебные слова | **Дружественные слова-аналоги** | **Примеры позитивного переименования** |
| Работа | Служба | Вместо «Я иду на работу» – «Я иду на службу» |
| Стараться | Намереваться | Вместо «Я постараюсь это сделать хорошо» – «Я намереваюсь это сделать хорошо». |
| Ждать | Видеть | Вместо «Я жду, что ты ко мне вернешься» – «Я вижу, что ты ко мне вернешься» |
| Попытка | Намерение | Вместо «Я не оставлю своих попыток» – «Я не оставлю своих намерений» |
| Обязан | Надлежит | Вместо «Я обязан прийти вовремя» – «Мне надлежит прийти вовремя» |
| Добиться | Достичь | Вместо «Если я захочу, я много в жизни смогу добиться» – «Если я захочу, я многоо смогу в жизни достичь» |
| Мораль | Мировоззрение | Вместо «Я – человек моральный» – «Я – человек с определенным мировоззрением» |
| Труд | Дело. Делание. | Вместо «Мой труд может быть полезен обществу» – «Мое делание может быть полезно обществу» |
| Справедливость | Совесть | Вместо «Я поступаю справедливо» - «Я поступаю по совести» |
| Личность | Индивидуум | Вместо «Я – личность творческая» – «Я – индивидуум творческий» |
| Идея | Мысль | Вместо «Моя идея такова…» – «Моя мысль такова…» |
| Нужно | Хочу | Вместо «Мне нужно поесть» – «Я хочу есть» |
| Должен | Следует. Надлежит. Хочу. | Вместо «Я должен уважать старших» – «Я хочу уважать старших». Или – "Мне надлежит (следует) уважать старших. |

В течение нескольких недель подобной практики переименования вы обнаружите основательные и позитивные, а самое главное, устойчивые сдвиги в своей жизни.

В добавление к приведенной методике можно рекомендовать как можно интенсивнее внедрять в свою повседневную речь дружественные слова и исключать слова негативные.

Источник: Э. Цветков. Психология пророчеств и моделирование судьбы

Техники Имагинатора

Источник: Э. Цветков. Имагинатор

**Камень**

Итак, я решился. Пройдя проселочной дорогой, незаметно сдвигающей пространство в сторону оврага, я попал в небольшую ложбину, дно которой было усеяно камнями.

Я подобрал несколько из них, каждый из которых свободно и удобно помещался в кулаке.

Дома я их старательно отмыл и уже ближе к ночи начал действовать. Один камень мне понравился больше всего. И для работы я выбрал именно его. Я принялся внимательно изучать его, всматриваясь в каждую извилину, ощупывая каждый выступ и даже попробовал на вкус. Я пытался, что называется "приручить" камень, ощутить его жизнь, внутреннюю вибрацию.

Как учил меня Имагинатор, я концентрировался на мысли, что имею дело с материалом, в котором спрессована изначальная сила. Я не только смотрел, но и всматривался в него, постоянно вспоминая: "Смотри, вглядывайся, будь терпелив, и он, в конце концов, откроется тебе".

Однако у меня ничего не получалось. Иногда даже возникало ощущение напрасной траты времени. То вдруг выплескивалось раздражение и подозрение, уж не дурачу ли я сам себя.

Камень оставался отчужденным, посторонним предметом, и я не чувствовал с ним никакой связи, никакого взаимодействия.

Микрокосм, сконцентрировавший "Энергию Вселенной", оставался холодным неподвижным куском породы. То ли от эмоционального напряжения, то ли от сознавания своей неудачи, в эту ночь я даже спал отвратительно, раза два просыпался, что для меня совсем нехарактерно.

Перед сном я, следуя данным мне наставлениям, положил камень у изголовья, рядом с подушкой - с тем расчетом, чтобы по пробуждении мой взгляд в первую очередь встретился с ним.

Уже на утро я проснулся с тяжелой головой и ощущением, будто проработал несколько часов. Про камень я совершенно забыл и пол дня прослонялся без дел.

Только после обеда я наткнулся на него и заставил себя продолжить свое "постижение", при этом, преодолевая уже возникшее сопротивление, о котором, впрочем, был предупрежден: "То у тебя зачешется нос, то захочется чаю или в туалет, то вдруг начнут одолевать мухи или скрипеть дверь, или возникнет настроение, что твои действия напрасны, или в какой-то момент, именно тот самый момент, когда тебе показалось, что у тебя что-то начинает получаться, под самым твоим окном залает собака. Все это - твое внутреннее сопротивление. Это важно знать. Зная о том, что это сопротивление, тебе легче будет избавиться от него. Это не сопротивление камня. Это - твое сопротивление".

Я стойко преодолевал свое сопротивление, самоотверженно боролся с наваливающейся периодически сонливостью и отяжелевшими глазами сверлил одну точку, высиживая около часа в полной неподвижности. Затем это занятие просто на просто утомило меня, я встал и закурил сигарету. Голову слегка затуманило, и в теле появилась легкость. Я расслабился и, откинувшись на спинку кресла, с наслаждением потянулся, думая о приятном послеобеденном отдыхе. Взгляд мой рассеянно скользил по комнате, не задерживаясь на предметах. Как вдруг что-то словно подтолкнуло меня изнутри, и я взглянул на камень. И с моим восприятием произошло нечто странное. То ли это была иллюзия, то ли во мне действительно открылось "видение", но я обнаружил, что, не меняя формы, камень преобразился. Уже не булыжник, случайно подобранной на дороге, но таинственный собеседник находился рядом со мной. Во всяком случае, возникло *ощущение присутствия*, и это ощущение постепенно усиливалось. Сонливость внезапно исчезла, голова стала чистой и ясной, а зрение - четким и острым. Я ощутил легкое и приятное возбуждение. Я не видел, не чувствовал, но *знал*, что таинственне энергетические нити излучаются камнем и передаются мне. Теперь уже две сущности устремились навстречу друг другу и встретились в *точке прорыва*. Камень ожил, запульсировал и изменил пространство моего восприятия, которое, благодаря этому, открылось миру, как открывается солнцу утренняя земля. Мое расширенное сознание обнаружило способность улавливать тончайшие соответствия в том, что окружало меня. Камень безмолвно заговорил. Теперь я мог использовать заключенную в нем силу. Я мог спрашивать и получать ответы. Изначальная реликтовая энергия, излучаемая этим спрессованным комочком материи, передавалась мне. Волна экстатического восторга захлестнула меня, однако, чтобы не потопить себя самого в этой опьяненности, я, следуя указаниям Старика, отрешился от своих чувств, как бы созерцая их со стороны. Дело в том, что подобная деятельность, которая соприкасается с миром мистических отношений, требует от того, кто ее осуществляет, известного хладнокровия, иначе возможны непредвиденные обстоятельства, способные причинить вред. Поэтому, слегка поплескавшись в своей экзальтации, я переключился на другую работу и быстро восстановил эмоциональное равновесие.

Имагинатор объяснял, что с помощью определенных приемов можно установить контакт со своим подсознанием, которое в отличие от рационального разума со всеми его ограничителями, открыто миру и недоступным для нашего понимания, измерениям. В данном случае камень является своеобразным ключом, приоткрывающим дверь в ту запредельную область, где нет понятия времени и потому нет разделения на прошлое, настоящее и будущее, где известно все, что произойдет с человеком, так как это уже произошло. Традиционно эта область носит название Бессознательного или Подсознания. Имагинатор называет ее *Внесознанием.*

После того, как я ощутил взаимосвязь с камнем, я мог использовать его в качестве своеобразного мостика, по которому можно, минуя цензуру, пробраться во внесознание.

Для этого я перед сном некоторое время созерцаю камень, формирую его внутренний образ, включая его в *поле воображения*, после чего засыпаю. Однако, в самый последний момент - тонкий перешеечек, отделяющий явь от сна, я отпускаю этот образ и мысленно формулирую: "Вхожу". Камню же надлежит находиться в таком месте, чтобы сразу по пробуждении я мог увидеть его. В тот момент, как только мой взгляд упадет на камень, мне следует обратить внимание на все мысли, ощущения, ассоциации, которые только придут в голову, ни в коем случае ничего не критикуя и не оценивая. Именно через это хаотическое обилие наш психический аппарат, расположенный на границе сознания и внесознания, освобождается от блокирующих систем. Подобный процесс может длиться несколько дней или даже недель, но в конечном итоге обязательно наступит утро, когда я, взглянув на камень, смогу понять и ощутить нечто новое. При этом не возникнет ни мыслей, ни чувств. Это состояние определяется как *прорыв в Бытие*. Оно не имеет описания, но узнается, когда наступает.

Пережив этот опыт, я несколько дней ходил с ощущением *внутреннего знания*. Окружающий мир пронзительно казался знакомым, и я не мыслил себя вне его. Я ощущал тончайшие нюансы тех ситуаций, которые закручивались вокруг меня и мог предугадать исход любой из них. Я не был способен говорить и думать о своем Эго, осознавать и переживать его, ибо оно исчезло, растворилось. Меня наполняло значение смысла "Я есть То".

Сейчас подобные состояния принято называть трансперсональными переживаниями, при которых наше сжатое Я вырывается из своей капсулы и заполняет пространство. Личность сбрасывает личину, и быт обретает статус Бытия.

"Определи свое *Изначальное*, и ты поймешь, что ты *есть*, и - *кто* ты есть". – Имагинатор порою изъяснялся загадочно и туманно, и иногда мне казалось, что делает он это специально - то ли для создания ореола таинственности, то ли из склонности мистифицировать. Но если ты обладаешь пережитым трансперсональным опытом, то начинаешь догадываться о значении непонятных слов. Ты даже не осознаешь свое понимание. Ты не задумываешься *над этим* подобно тому, как трава не задумывается над тем, почему и как она растет.

Есть еще один вариант работы с камнем, о котором мне рассказал Имагинатор - он не требует мобилизации мистических энергий в организме и используется в более утилитарных целях, задействуя, однако, все те же ресурсы и возможности внесознания.

К примеру, если я хочу узнать ответ на актуальный для меня вопрос, то я четко формулирую свою проблему, глядя на камень, после чего погружаюсь или в транс или в сон. По пробуждении я беру камень в руку, ощупываю его, смотрю на него и в символической форме получаю информацию. Если же нужный мне ответ не возник, то в течение дня я продолжаю носить камень с собой. О нем можно забыть, но он постоянно рядом. В это время в какой-то момент может возникнуть состояние внезапного озарения, "нисходящего" знания. В данном случае камень является своеобразным проводником между сознанием и внесознанием.

Если я постоянно взаимодействую с камнем, то мне будет достаточно одного молниеносного взгляда на него, чтобы пережить этот момент. Хотя и не следует превращать свою жизнь в одно сплошное озарение, иначе это будет не жизнь, а одно сплошное озарение.

Откажись от мысли, что все делится на живое и мертвое. *Мертвого нет, есть Замершее.* Ведь общаясь с камнем, ты совершил ничто иное, как аниматрансформацию. Расширь пределы. В каждой вещи таится сила. Каждая вещь пронизана Бытием. Все существующее проявляет участие в том процессе, в том глобальном потоке мышления, которому мы дали имя - Жизнь. Будь это лес, или солнечный луч, или камень, или дверь, или заросли камыша у болота - все наполнено существованием и исполнено существования. Каждая вещь имеет свой трепет. Вот у тебя стопка бумаги лежит на столе. Она есть, она существует, и существование ее не менее таинственно, чем твое. Ты уже знаешь принцип: смотри на бумагу до тех пор, пока она не перестанет быть бумагой. И тогда любой, самый жалкий клочок поведает тебе больше, чем все философии, самая невзрачная вещица в твоей комнате откроет тебе сокровенное.

Вслушивайся в мир, наблюдай за тем, как он наполняется звуками. Ведь как приятно, скажем, лежа в постели, таинственной осенней ночью слушать звуки дождя и шуршание запутавшегося в листьях ветра и медленно растворяться в мыслях, что таким образом мир что-то нашептывает тебе. Не слушай, но вслушивайся. Не смотри, но всматривайся. И делай это с осознаванием того, что мир раскрывается перед тобой. Тогда ты сможешь не только смотреть, но и видеть. А когда научишься видеть, сможешь не только видеть, но и прозревать. Откройся миру, и мир откроется тебе. Твое сознание будет везде - и в кусочке старой газеты, и в обрывке афиши, и в придорожном цветке. Когда твое сознание заполнит каждый уголок пространства, твое внесознание станет доступным тебе. Тогда мир войдет в тебя.

Я не люблю такое понятие как упражнение, поэтому я просто расскажу случай из своей жизни, а ты, если угодно, можешь сделать из него какое-нибудь упражнение. Но помни заповедь - начинай с себя.

Однажды в лесу меня сильно поранил кабан. Могло быть и хуже, потому что взбесившийся зверь крушил с последовательной яростью все, что попадало ему на пути. К сожалению, среди всего прочего на его пути попался и я. Рассвирепевший хряк, успев меня задеть, уже готовился окончательно растерзать мое бренное тело, но каким-то непостижимым образом мне удалось забраться на дерево, причем это произошло настолько неожиданно, что ни я, ни боров не сообразили сразу, что произошло. Кабан понял первым и начал копать. Я ничего не мог придумать лучшего, чем удирать по воздуху. И я действительно удирал по воздуху, перебираясь с ветки на ветку - заросли были настолько густыми и плотными, что деревья цеплялись друг друга ветвями. В конце концов, я оказался в безопасном месте, но уже наползал вечер. Мое не совсем обычное бегство и раны дали о себе знать. Я почувствовал, что теряю силы. Причем темнело с каждой минутой, и с каждой минутой я становился все слабее и слабее. Кружилась голова, тошнило, по всему телу пошла ломота и вдобавок я догадался, что заблудился. Перспектива заночевать в лесу в моем состоянии меня явно не прельщала, но ничего иного не оставалось делать, и я принялся раздумывать, как устроить свой ночлег. Поискав вокруг, я невдалеке от себя заметил дерево с очень широкой и густой кроной. Взобравшись кое-как метра на три от земли, я устроился относительно неплохо, лег на спину, раскинул руки и не провалился даже, а рухнул в сон. Когда я открыл глаза, стояла глубокая и черная ночь. А вокруг все двигалось, шелестело, шуршало, ползало, будто лес превратился в одно гигантское мохнатое насекомое. Но это жутковатое ощущение быстро прошло, вытесненное более сильным чувством озноба. Я продрог до костей. Хотел, было, пошевелиться, но одна из веток подо мною прогнулась, и моя охота рисковать быстро пропала. И тут меня охватила такая тоска, такое одиночество и такая жалость к себе, что я тихо заплакал. Прямо над моим лицом нависала листва. И мне показалось, что ее шелест тоже напоминает плач. И вдруг случилось удивительное. На какой-то миг дерево, приютившее меня, показалось мне люлькой, сам же я ощутил себя младенцем в ней. Я такой маленький, совсем крохотный, а дерево такое большое и сильное. И тут моя колыбель постепенно стала расширяться, расти. Теперь меня уже нянчил весь лес. Я буквально ощущал в себе его мощную лучащуюся любовь. По телу, как горячая вода по трубам - прошу извинение за городское сравнение, но это тебе ближе, полилось тепло. Я даже зажмурился и блаженно ощущал приятное покачивание, успокаивающее и убаюкивающее. А колыбель моя продолжала расти - Земля, Вселенная... И вот я уже на руках у самого Бога, который тихо склонился надо мной. Несмотря на мои тогдашние сорок лет, я был грудным дитятей на руках у Бога. И полностью согретый и успокоенный, я мягко заснул, а проснулся уже солнечным утром, почти здоровый, во всяком случае, восстановивший силы. Я сразу узнал местность. Интереснее всего, что я находился в километре примерно от собственного дома. На следующий день я снова уже бродил по лесу.

После этого случая я несколько раз пробовал искусственно вызвать то внезапное и необычайное состояние, но каждый раз что-то мешало. Но я заметил следующее - если я заболевал, оно приходило само. Приходило и убаюкивало, после чего я довольно быстро выздоравливал. Если у меня возникали какие-то неприятности, то и тут я впадал в это состояние, и в скором времени все эти неприятности отваливались от меня, как засохшая листва. Что это? Как ты это назовешь?

# Психотехника имагинации: «Как же мне научиться вспоминать будущее»?

- Как же мне научиться вспоминать будущее?

- Во-первых, признай и осознай, что любая твоя фантазия – это уже своего рода припоминание, иногда явное, иногда выраженное символически. Наши мечты – метки будущего.

Напомню: будущее – не то, что будет, а то, что сбудется. И оно уже есть.

Просто ты воспитан в недоверии к своей памяти и, таким образом, она, оставаясь невостребованной, утекает вспять, оставляя тебя наедине со своими грезами о прошлом.

Однако ты заново можешь приучить себя к мысли о том, что интуиция твоя, которая есть ничто иное, как память, по-прежнему твой проводник.

Откажись от привычки осуществлять настоящее, исходя из опыта прошлого. Этим самым ты освободишься от одной из самых разрушительных иллюзий.

Сегодня происходит Х не потому, что вчера произошло У, а потому, что завтра произойдет Z.

Эта формула выражает то, что с будущим мы связаны в гораздо большей мере, чем с прошлым, с которым мы, вообще-то, и вовсе не связаны.

Вернее так – не связаны от природы, по естественному ходу вещей, нативному потоку бытия, току событий. Но сами связываем себя с ним. Связываем с тем, что ускользает. И потому ускользаем сами, связанные и повязанные, повергаемые и низвергаемые в пыль. Окутанные путами, теряют путь. Опутанные закутками зыбких миражей, лишаются мира.

Если стремиться к большей точности, то формула прозвучит следующим образом:

«Сегодня произошло Х

не потому, что вчера произошло У,

а потому, что завтра произошло Z».

Начни постепенно приучать себя к реальной грамматике, используя конструкцию «*это произошло завтра*». Завтра ничего не произойдет. Завтра уже произошло. Или так: нечто произойдет потому, что это нечто уже произошло.

**Психотехника имагинации: «Посмотри на свое сегодня из своего вчера»**

- Есть еще способ, который поможет тебе оживить память будущего. Прибегая к нему, ты за короткий срок возвратишь себе то, что утерял.

Предположим, ты полностью прожил сегодняшний день и потому к вечеру уже знаешь все его события.

Теперь тебе предлагается мысленно переместиться в день вчерашний. Воспроизводи его так ярко, как только можешь – будто все это ты переживаешь непосредственно сейчас.

И по достижении подобного состояния обратись к тому дню, который ты только что прожил, с той лишь разницей, что теперь ты его вспоминаешь, мысленно находясь в своем вчера.

Применяя подобную практику, ты постепенно сформируешь рефлекс памяти будущего. И в один прекрасный вечер ты, вдруг, вспомнишь не о том, что с тобою произошло сегодняшним утром, а о том, что случилось утром завтрашним.

Так однажды ты вспомнишь всю свою жизнь, до самого момента ее перехода в иные миры, включая и последний. И тебя ждет сюрприз.

**Психотехника: Перемещение к Центру I**

1

Расположись, не стесняя себя.

Дыши свободно.

Дыхание легкое и непрерывное, не разделенное паузами. Вдох и выдох перетекают свободно друг в друга. Поток не имеет препятствий.

Сомкни веки.

Начни всматриваться в то, что тебе открывается.

Помни, что, когда ты смыкаешь веки, то не закрываешь глаза. Они все равно остаются открытыми – глаза невозможно закрыть – просто они обращаются внутрь.

Что ты видишь внутри себя? – Созерцай.

Но не принуждай себя к брожению образов – воображению.

Просто наблюдай за их игрой – появлением, перемещениями, исчезновением.

Созерцай и не вовлекайся.

Даже, если тебе покажется, что ты ничего не видишь, это не так. Пусть это будет только тьма – тем не менее ты и ее видишь.

Твое созерцание и есть твое погружение.

Созерцай и погружайся.

Погружайся и постигай.

2.

Созерцай. Погружайся. Постигай -

до тех пор,

пока не услышишь внутренний звук.

Он с постепенным нарастанием явится тебе –

Гул из глубины –

Гул глубин.

3.

Впусти его в себя.

Он наполнит тело.

Когда гул глубины

Наполнит все тело,

Оно потеряет вес.

Тело оставит вес

И станет звуком.

4.

В тот же момент нечто подхватит тебя невесомого

И понесет.

Возможно при этом, что ты испытаешь испуг,

Но не прогоняй его и не борись.

Будешь его прогонять, он сам нагонит тебя и накроет.

В борьбе не заметишь, как обратишься в то,

Против чего воюешь.

У наслажденья и страха природа одна.

5.

У наслажденья и страха природа одна.

Насладившись испугом,

Следуй за тем, что уносит тебя.

И радость твоя возрастет.

Нет ни границ, ни пределов.

Везде – середина.

Как только себя ощутишь в середине,

Значит ты сердца достиг.

Сердце и есть Середина.

6.

Ты поднимаешь веки –

Взгляд перемещается вовне.

Замечаешь, будто пространство слегка сдвинулось.

Едва приметная тень сквозь него пронеслась.

Мир на миг замер – момент, когда твое внутреннее перешло во внешнее.

Нет границ. Повсюду – Середина.

Теперь ты можешь идти – Путь свободен».

**Психотехника: Перемещение к Центру II**

«1.

Веки сомкнуты.

Взгляд обращен внутрь.

Вдох и выдох едины –

поток не имеет препятствий.

2.

Мягко и беззвучно подумай

о том, что тебя окружает:

первое окружение – тело,

следующее окружение – стены комнаты, где ты сейчас расположен,

следующее окружение – дом, в котором находится комната, в которой расположено твое тело,

следующее окружение – улица, на которой находится дом, в котором находится комната, в которой сейчас расположено твое тело,

следующее окружение – место, в котором расположена улица, на которой расположен дом, в котором расположена комната, в которой сейчас расположено твое тело,

следующее окружение – страна, в которой расположено место, в котором расположена улица, на которой расположен дом, в котором расположена комната, в которой расположено сейчас твое тело,

следующее окружение – материк, на котором расположена страна, в которой расположено место, в котором расположена улица, на которой расположен дом, в котором расположена комната, в которой расположено сейчас твое тело,

следующее окружение – планета, на которой расположен материк, на котором расположена страна, в которой расположено место, в котором расположена улица, на которой расположен дом, в котором расположена комната, в которой сейчас расположено твое тело,

следующее окружение – солнечная система, в которой расположена планета, на которой расположен материк, на котором расположена страна, в которой расположено место, в котором расположена улица, на которой расположен дом, в котором расположена комната, в которой сейчас расположено твое тело,

следующее окружение – галактика, в которой расположена солнечная система, в которой расположена планета, на которой расположен материк, на котором расположена страна, в которой расположено место, в котором расположена улица, на которой расположен дом, в котором расположена комната, в которой сейчас расположено твое тело,

следующее окружение – метагалактика, в которой расположена галактика, в которой расположена солнечная система, в которой расположена планета, на которой расположен материк, на котором расположена страна, в которой расположено место, в котором расположена улица, на которой расположен дом, в котором расположена комната, в которой сейчас расположено твое тело,

следующее окружение – вселенная, в которой расположена метагалактика, в которой расположена галактика, в которой расположена солнечная система, в которой расположена планета, на которой расположен материк, на котором расположена страна, в которой расположено место, в котором расположена улица, на которой расположен дом, в котором расположена комната, в которой сейчас расположено твое тело,

3.

Созерцай внутреннее небо

и осознавай все эти кружения окружений,

что окутываю тебя, пока

4.

тебе не явится отчетливое и яркое переживание того, что ты пребываешь в центре.

Мягко и беззвучно скажи себе: «Я есть Центр».

Только ничего не сочиняй – не внушай и не настраивайся.

Следует логически то, что ты оказался в центре.

Просто напомни себе «Я в центре».

5.

Теперь вспомни урок механики –

с какой бы скоростью колесо не вращалось,

его центр всегда пребывает в неподвижности.

Центр всегда пребывает в неподвижности.

И постольку, поскольку ты в центре,

ты утвердился в точке неподвижности.

Это твоя незыблемая опора.

Всякое движение зыбко и переменчиво.

Опора незыблема и неизменна.

6.

Ты достиг точки покоя, своего центра неподвижности.

Покой сильней любого беспокойства.

Потому, что любое беспокойство исчезает в покое.

Всякое движение растворяется в неподвижности.

Каждое делание поглощается неделанием.

7.

Вокруг тебя бешено вращается колесо,

«чертово колесо» суеты, возни, толкотни, гвалта, гама, трений, прений, сомнений, мнений, смятений, смущений, мук, смут, мути, омутов, мучений, разлук, забот, попечений…

там нет встречи – только свидания…

с лотков продают пирожки…

газеты торгуют собой…

на каждого продавца свой вор…

на каждого вора свой покупатель…

крутится, крутится, крутится бешеное колесо.

прожженные жены кидают мужей…

замшелые мужья покидают жен…

танца там нет – лишь пляски…

ярмарочный балаганчик мира –

ликующих марионеток…

кружится колесо, колесующее души…

8.

Но ты в тишине.

твоя тишина – твой дом.

Суета не коснется тебя.

Беспокойство не потревожит тебя.

Будучи в центре, ты неуязвим.

Теперь, подняв веки,

сохрани себя в точке неподвижности.

И ты сможешь наблюдать за колесом,

не вовлекаясь в его круговерть».

### Психотехника Терцины, или Удар Кистью

"Нас подводит наша вера в прошлое.

С непререкаемой уверенностью мы полагаем, что случившееся некогда, произошло на самом деле.

Так ли это?

Если вдуматься добросовестно, то можно сообразить, что это вовсе не очевидно.

Наше отношение к прошлому принято называть воспоминаниями.

Однако имеет ли к тому отношение наша память, еще не факт.

И действительно: почему мы не рассказываем себе или другим все подряд из того, что по нашему мнению, «было», но обращаемся к неким фрагментам, эпизодам и их своим вниманием выделяем?

Потому что мы их выбираем.

Мы выбираем свое прошлое!

И тем самым сочиняем свое настоящее.

Следовательно, то, что мы называем воспоминанием, представляет собой не более чем фантазии.

Мы не вспоминаем, а фантазируем – в то время как думаем, что вспоминаем.

Чтобы выбраться из этой ловушки, применим прием – «техника терцины, или удар кистью».

Суть его заключается в следующем.

Выбираем эпизод из так называемого нашего «прошлого». (Теперь то мы понимаем, что его на самом деле не было, что мы его только придумали и приняли за правду).

Затем выражаем его короткой фразой, обозначая себя в третьем лице.

Например, я «помню», как меня некогда выпорол отец. Данную ситуацию я подсознательно воспринял как травмирующую мою психику и позволил ей записаться в качестве смутного страха перед «властью грозного авторитета». Тем самым, в жизнь мою просочилась отравляющая капля неуверенности.

Я записываю фразу следующим образом:

*«Мальчику всыпал отец ремешком».*

Это – тезис. И, хотя он описывает мой вымысел, его наличие для меня реально. Для того чтобы его уравновесить, мне следует придумать антитезис.

*«Мальчика папа отнюдь не лупил».*

В данной истории мы имеем дело с «небитым», не потревоженным ребенком, не несущим на себе бремя детской психотравмы.

Постольку поскольку фраза записана, и утверждение произнесено, то и указанная ситуация становится фактом.

Теперь, когда мы столкнулись с присутствием двух формально противоречивых высказываний, правило диалектики побуждает нас найти синтез.

Таковой представляет собой совершенно неожиданный тематический зигзаг, не обязательно связанный с предыдущими предложениями – некий парадоксальный прорыв к новому измерению смыслов. В сущности, он и есть Удар Кистью. Мощным обобщающим мазком автор (все мы – авторы, ибо все мы сочиняем свои жизни) утверждает новую текст-реальность.

*«Мальчику ангел поднес земляники стакан».*

Итак, перед нами три версии судьбы.

Первая – официальная – соответствует первому тезису: *«Мальчику всыпал отец ремешком»*. Перед нами раскрывается драма мужчины, быть может, внешне сильного, уверенного, благополучного, но такого, который, став взрослым, все-таки продолжает в себе носить битого, беспомощного мальчика.

Вторая – преобразованная – второй тезис, он же антитезис. *«Мальчика папа отнюдь не лупил»*. Мальчик и мужчина вполне друг с другом уживаются. Между ними нет разногласий и конфликтов. Мужчина может на самом деле считать себя сильным и уверенным, ибо ему ничто не мешает быть и таким, и таковым.

Третья – завершающая – третий тезис – синтез. *«Мальчику ангел поднес земляники стакан»*. Это – самая пленительная история. Мало быть небитым. Важно еще быть любимым. Мальчик на всю жизнь запомнит ангела, преподнесшего ему стакан земляники, даже если никогда и не будет его вспоминать. Мужчина, носящий внутри себя мальчика, который дружен с ангелом, поистине счастлив.

Внешний ум (*внем*) - тот, который рассуждает - может запротестовать – как же так, ведь два последних высказывания ложные, они не соответствуют действительности!

Но внутренний ум (*внум*) – тот, который управляет - знает, что никакому высказыванию вовсе нет никакой нужды в том, чтобы соответствовать действительности, так как оно само по себе и есть действительность.

Потому для внума с точки зрения правды все три высказывания истинны. А реальным – то есть действенным – то есть действительно воздействующим становится третье, ибо именно оно занимает сильную позицию – за счет того, что является в данном ряду синтезом, итогом, окончательным выводом, вердиктом, обжалованию не подлежащим. -

Имагинатор с минуту о чем-то раздумчиво помолчал и невозмутимо продолжил. -

Очевидно, что каждая человеческая индивидуальность (в нашей системе – автор) в своей жизни проживает целых 3 (три) жизни.

Одна – фактическая, биографическая, официальная.

Вторая – психическая, виртуальная, составленная из фантазий, мечтаний, ментальных картинок – имагинативная.

Третья – скрытая, потаенная, недоступная обыденному восприятию самого автора – спиритуальная – энигматическая.

В течение всей нашей жизни мы проживаем все три жизни. Но идентифицируемся только с одной – официальной.

Следовательно, в нашем витальном запасе имеется три судьбы. (Случайно ли то, что и в творчестве коллективного бессознательного мы встречаемся с тремя персонажами, ответственными за управление судьбами героев – три Парки древнегреческого пантеона, три Норы в скандинавской мифологии?).

Но, как правило, большинство из нас осознанно проживает всего лишь одну судьбу.

Представим себе следующую, почти что сказочную, картинку, метафорически моделирующую сказанное.

Живет себе некий человечек. На самом деле: его – трое – в одном. Но он думает, что он один. Можно интерпретировать и так: он один, но параллельно обитает в трех жизнях. Хотя мыслит себя только в одной – официальной.

В одной жизни он есть изысканные яства из золотой посуды.

В другой хлебает лаптем прокисшие щи.

В третьей вообще голодает.

В какой из этих жизней он окажется?

В той, в которой сам себя актуализирует, с какой себя идентифицирует, в какой сам себя как автор утвердит.

Это не значит, что две другие жизни перестанут существовать. Они останутся – но в форме, не доступной насущному переживанию. Что-то наподобие кислорода, который мы поглощаем, но при этом не замечаем.

Техника Терцины (трехстишия) позволяет выявить индивидуальную жизненность во всех трех ее модусах (или планах бытия, ракурсах, инвариантах, судьбах), высветить ее объемную многомерность на фоне привычно-привитой плоскостной действительности, прозреть и узреть хитросплетение ее корней».

«Все три представленных варианта можно рассмотреть как двоякую систему, в которой один вариант явственно присутствует (официальная версия), а два других являются потенциальными.

Выбор остается за автором.

Исследуем жизнь нашего человечка, живущего в трех версиях.

№1. Перед нами гостеприимный, жизнерадостный гурман, радушный хозяин, весельчак, чей богатый дом изобилует яствами и смехом.

№2. Он угрюмый голодарь, мрачный анахорет, помоечный бродяга.

№3. Он брюзжащий обыватель, злобный неудачник, завистливо влачащий полуголодное существование.

И все это – одновременно!

Просто мы (вместе с ним) знакомы с его официальной версией, которая в любой момент может стать потенциальной, а место официальной судьбы займет любой из оставшихся вариантов.

Теперь мы легко можем объяснить феномен внезапных перемен, столь кардинально меняющих жизнь человека. Он просто трансгрессировал – «перепрыгнул» в иной вариант, и таким образом одна из потенциальных версий его судьбы сделалась официальной. Вот и все. Действительно, все очень просто.

Закон Терцины универсален и представляет собой не метафизическую фантазию, очередную вариацию на тему рока, но вполне реальную диалектику бытия.

Причем речь здесь идет не о смене состояний, но об их одновременном сосуществовании.

Союз «или» – вежливая учтивость школьной грамматики. Синтаксис жизни – связка «И».

*Мальчику всыпал отец ремешкои*

*Мальчика папа отнюдь не лупил*

*Мальчику ангел вручил земляники стакан».*

**Квантовые психотехники**

Источник: Э. Цветков. Гений Жизнетворчества

Суть подхода: данный метод, основываясь на классических работах физика Дэвида Бома и нейрофизиолога Карла Прибрама, реализует принцип стирания границ между наблюдателем и наблюдаемым, что приводит к переживанию единства индивида и мироздания. Такое переживание, в свою очередь, просветляет ум и наполняет душу непрекращающейся радостью, что определяется одним емким словом – счастье.

Предлагающиеся ниже психотехники, представляют собой медитативные тексты – "вербаты", ориентирующие на сдвиг вектора восприятия и растворение фикции под названием "граница".

**Вербата "Герой на перепутье"**

Моя жизнь перестает быть предсказуемой.

Четкость привычных контуров нарушилась.

Уютно-размеренная повседневность внезапно

вывернулась наизнанку.

И происходящее очень сильно похоже на хаос.

Поначалу меня это сильно испугало и встревожило.

Но теперь я осознаю, что это не хаос, а парадокс.

Логическая траектория рутинного хода вещей

взломалась, рассыпалась,

но мир не исчез – он просто стал иным,

обнаружив одно из фундаментальных свойств реальности –

способность к волшебным превращениям.

И именно в этот момент жизнь

сделалась похожей на сказку –

в которой моя ситуация становится

подобной положению витязя на распутье.

Но ведь именно на распутье –

то есть в точке бифуркации

герой получает доступ к возможности

обладать ключом к тайне жизни,

он становится потенциальным владельцем

философского камня –

надо только не полениться:

нагнуться и взять его в руки.

С этого момента, и только с этого

момента я могу по-настоящему

приступить к управлению.

Поскольку мы по-настоящему начинаем

управлять, когда сталкиваемся

с проблемой или сопротивлением

своим действиям,

а до сих пор мы лишь рассуждаем

и даем указания.

Мы не обучаем и не обучаемся

до тех пор, пока

не столкнемся с проблемой

или сопротивлением,

но всего лишь снабжаем

или снабжаемся информацией.

И по здравому размышлению я

прихожу к выводу, суть которого

очевидна:

если в мире что-то разрушается,

то разрушается только старое,

которое само хочет быть разрушенным.

подобно яблоку из сказки,

попросившему, чтобы его съели –

оно созрело для того, чтобы

быть съеденным.

Моя прежняя жизнь созрела

для того, чтобы быть разрушенной

и, теми самым, дать возможность

новому бытию сквозь череду

алхимических преображений

войти в меня.

Герой на перепутье обретает способность

двигаться дальше.

Это называется выбором.

Герой движется –

и Сказка продолжается.

**Вербата "Я мозг, который сотворяет"**

Я смотрю в окно.

Что я там вижу?

Лес? Поле? Деревья? Дома? Горизонт? Людей?

……………………………………………………?

Чтобы там ни было –

я вижу мир.

Но: что значит – вижу?

Вижу – следовательно, рисую.

Вижу – следовательно, создаю.

Я смотрю в окно.

Что я *там* рисую?

Чтобы там ни было –

все это создал я,

все это я нарисовал.

Я – мозг, который смотрит в окно

и творит пейзажи.

Я – мозг,

который сейчас смотрит на эти строчки

и заново сотворяет их.

Вербата "Жизнь – река"…

Жизнь – река.

Река – непрерывный поток, в котором

нет границ.

И река не тонет в реке.

Поток не разделим,

поскольку в нем нет границ.

Однако наличие всеобщности

совсем не исключает индивидуальности.

Так в реке непрестанно рождаются

водовороты и вихри,

каждый из них уникален.

Я – один из этих вихрей:

и, таким образом, я способен осознать свою отдельность.

Но быть отдельным – не значит, быть отделенным,

поскольку я же – и река.

В реке жизни невозможно потонуть,

потому что река не тонет в реке.

Отдельное – вовсе не значит отделенное

Поэтому у нас есть все основания говорить о творческом взаимодействии порядков во вселенной, где все вещи являются аспектами одной голодинамики, и

разделение вселенной на живые и неживые объекты не имеет смысла,

ибо одушевленная и неодушевленная материя неразрывно связаны друг с другом

И таким образом, в определенном смысле:

наблюдатель и есть само наблюдаемое

Это значит, что вы и то, на что вы сейчас смотрите, не просто сделаны из одной сущности, но вы и есть одна и та же сущность!

**Вербата "Жизнь, я твой!"**

Жизнь, я твой, каждой клеткой я твой, разливаясь в тебе, я тобой становлюсь.

Расслабляясь, качаюсь на волнах ветра, и музыка ветра уносит меня к облакам, где нежусь, купаюсь в солнечных брызгах.

Я - в лесах, я - в каждой травинке, сливаюсь с водой, и тело мое обжигает студеная чувственная вода.

Я с дождем, я в дожде.

На крутых перевалах я - лист придорожный, обветренный и запыленный.

На крутых перевалах сквозь серые камни прорастаю упорной травой, утверждая величие Жизни.

Жизнь, я твой, каждой клеткой я твой.

Жизнь, я твой, потому я бессмертен, я вечен.

Я вечен, бессмертен, и смерть - лишь прыжок в Бесконечность,

которая - в каждом из нас, и в траве, и в деревьях,

энергия жизни меняет лишь формы свои.

Пусть "я" мое растворится, но оно не умрет, не исчезнет.

И моего Бытия опыт, рожденный в движенье, кинул меня в объятья Жизни.

И я утверждаю: я вечен, я неисчерпаем.

Жизнь, я твой, каждой клеткой я твой.

Я проникаю сквозь внешние знаки событий, я слышу мелос Бытия, я слышу музыку зданья Мира.

Я - Жизнь...

**Вербата "Что происходит, когда ничего не происходит"?**

Что происходит сейчас?

Что происходит, когда кажется, что ничего не происходит?

Зачастую, когда кажется, что ничего не происходит,

как раз и происходит нечто важное и существенное.

Что сейчас происходит за моей спиной? –

когда я сижу в комнате и читаю эти строки?

Меня научили тому восприятию,

которое сделалось таким привычным и обыкновенным,

и поэтому я отвечаю по инерции:

за моей спиной - … (стена, шкаф, часы, книжные полки…)…

Но действительно ли это так?

Действительно ли автоматизм моей

привычки улавливает мир таким,

каким он является на самом деле?

Какая самонадеянность!

Ведь я воспринимаю мир

не таким, каким он *является*,

а таким, каким он *проявляется*.

Что совсем не одно и тоже.

И если я быстро,

очень быстро,

настолько быстро,

насколько это возможно,

максимально стремительно,

практически стремглав,

со скоростью моментальной фотовспышки

обернусь назад –

то смогу заметить:

то, что казалось неподвижным –

движется и двигается, и передвигается;

и то, что *казалось*

прямолинейным,

вдруг, *оказалось*

изогнутым и текучим.

Мир замер

только – будучи замороженным моим восприятием.

Но, если я готов *увидеть* и *удивиться,*

я обнаружу то, что меня по-настоящему изумит.

Мир – это предмет изумления.

Я больше не одинок –

никогда и ни при каких обстоятельствах –

ведь центрированный Мир играет со мной.

Психотехника оживления объекта

Посмотрите на любой, так называемый, "неживой" объект. На любой, который окажется в поле вашего зрения (ручка, блокнот, шкаф, камень, стена…).

Смотрите на него, не отрывая взгляда. Ко времени не привязывайтесь.

Всматривайтесь в него. "Ощупывайте" его взглядом.

Просто смотрите на него и ничего не придумывайте.

Смотрите и размышляйте о словах:

"Нет границ.

Нет принципиальной разницы между живым и "неживым", поскольку

все сотворено из единого материала: и глаз, и предмет, и воздух, "разделяющий" глаз и предмет".

Что вы при этом:

чувствуете

ощущаете

переживаете?

Ничего не придумывайте, не фантазируйте, а только лишь отдавайте себе отчет в том, что вы чувствуете, ощущаете, переживаете.

Если вам кажется, что у вас нет никаких чувств, не спешите с утверждением, будто вы ничего не чувствуете.

Отсутствие чувства – это такое же чувство: чувство отсутствия чувства. Именно в такие минуты внутри нас происходят существенные перемены.

И смущаться не стоит: мы не чувствуем, как движется кровь по нашим сосудам, но она движется. Точно также движутся и наши чувства. Точно также движется и река – даже, когда она уходит под землю, и мы перестаем ее видеть физическим зрением.

Если вам кажется, что у вас нет никаких ощущений, не спешите с утверждением, будто вы ничего не ощущаете.

Отсутствие ощущения – это такое же ощущение: ощущение отсутствия ощущения. Именно в такие минуты внутри нас происходят существенные перемены.

И смущаться не стоит: мы не ощущаем, как движется кровь по нашим сосудам, но она движется. Точно также движутся и наши ощущения. Точно также движется и река – даже, когда она уходит под землю, и мы перестаем ее видеть физическим зрением.

Если вам кажется, что у вас нет никаких переживаний, не спешите с утверждением, будто вы ничего не переживаете.

Отсутствие переживания – это такое же переживание: переживание отсутствия переживания. Именно в такие минуты внутри нас происходят существенные перемены.

Теперь, подобно актеру, вживающемуся в роль, "вживитесь" в созерцаемый вами предмет. Для того, чтобы проделать это эффективно, нет нужды изучать весь арсенал театральных приемов перевоплощения, но достаточно вспомнить одну из аксиом физики (и, в общем-то – *мета*физики) – наблюдатель и есть само наблюдаемое. И осознайте, что при этом наблюдаемый вами предмет:

чувствует

ощущает

переживает.

Данный праксис откроет в вас способность постигать языки Мира.

**Часть 2**

**Классические психотехники психотерапии и психологииТехники пренатальной психологии**

Источник: Э. Цветков. Корпус избранных психотехник

Суть подхода: на нашу жизнь, судьбу, психическое развитие оказывает самое непосредственное влияние то, как мы провели свою пренатальную (дородовую) эпоху. Однако мы не помним ни переживаний, ни событий этого периода. Таким образом, основополагающим принципом психотехник пренатальной психологии является инициация таких переживаний, при которых мы оказываемся способны вспомнить весь это "допороговый" материал. Вспоминая и воспроизводя свои внутриутробные впечатления, мы их заново переживаем, как бы отыгрываем и, таким образом, освобождаемся от их негативного влияния.

Ниже представлена матрица, в концентрированном виде описывающая внутриутробное развитие человека.

**Матрица: Пренатальная эпоха**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Стадия зиготы** | **Стадия эмбриона** | **Стадия плода** |
| **1-2 недели** | **3 – 8 недель** | **9 – 38 недель** |
| * Гамета (23) + Гамета (23) = Зигота (46) * Зигота – генетическая индивидуальность. * 7-й день – "… управляя своей судьбой, подчиняет себе среду… внедряется в губчатую выстилку… и подавляет менструальный цикл своей матери… создает для себя плаценту… сам устанавливает день своего рождения". (У. Лайли). * 12-14 дни – зигота имплантируется в стенку матки * 18-й день – бьется сердце * 21-й день – сердце перекачивает кровь * 40-й день – мозговые волны. "Жидкий мозг" – нейропептиды. | * Эмбрион – это зигота, полностью внедрившаяся в стенку матки. * Он покоится в амнионе (мешковидной оболочке – "космической капсуле"), заполненным околоплодной жидкостью. * Связан с матерью: пуповиной ("жизненная коммуникация") и плацентой "корневище") – все это развивается из его первичной клетки. * 8 неделя: сформированы все органы и системы. * 9 неделя: глотает и скашивает глаза, сжимает пальцы. | * 11-12 недели: дышит жидкостью, а кислород подается через пуповину. * 14 неделя: слышит, плачет. * 16 неделя: 11,25 см – шевеление * 23 неделя: сны. * 26 неделя – "активные принейты": * вытягивание и вращение головы * вращает плечи * вращает поясничным отделом * вращает ногами * 22 – 28 недель: **возраст жизнеспособности –** стадия развития плода, на к-рой ребенок способен жить вне утробы матери |

Чтобы начать процесс припоминания, используйте следующую психотехнику.

**Психотехника: Фразы и слова, активирующие пренатальную память:**

"Моя голова упирается в стену"

"Я никак не могу прорваться"

"Я очень тесно зажат"

"Я не вижу света"

"Никак не могу начать"

"Не могу найти выход"

"Не знаю, куда нужно повернуть"

"Ничего не могу сделать правильно"

"Больше не могу этого вынести"

"Давящие волны"

"Слишком яркий свет!"

"Они надевают перчатки!"

Слова: раздавленный, зажатый, растянутый, схваченный, выпавший, вытолкнутый, темно, пульсации, всплеск энергии, река, волна во время прилива, выталкивание, сжатие, потеря пространства.

Произносите каждую фразу (слово) в течение многих десятков раз. При этом попробуйте создать ситуацию, по смыслу соответствующую произносимой фразе (слову). Например, при произнесении фразы "Моя голова упирается в стену" упритесь головой в стену (но не переусердствуйте).

Внимательно отслеживайте образы, переживания, ощущения, которые у вас начнут появляться в ходе данного процесса. Не анализируйте их, а только проживайте, переживайте, отдавайтесь им. И, когда ваши переживания достигнут пика интенсивности, произойдет "психологический взрыв". Вы его почувствуете как озарение, прозрение, прорыв, облегчение, освобождение, исцеление.

#### Психотехника: Гимнастика "Активный принейт" –

активирует память 26-й недели – периода, в котором закладывается программа нашей жизнеспособности.

1. Вытягивание и вращение головы

2. Вращение плечами

3. Вращение поясничным отделом

4. Вращение ногами

## Психотехники судьбоанализа

Источник: Э. Цветков. Корпус избранных психотехник. А также – Психология пророчестви моделирование судьбы

Суть подхода: на нашу жизнь, судьбу, психическое развитие оказывает самое непосредственное влияние оказывают наши предки.

Основополагающий психотехнический принцип: разотождествление с жизненными программами наших предков.

Основательное развитие тема судьбы получила в работах психоаналитика фрейдовского направления Николя Абрахама. В своих исследованиях, касающихся механизмов передачи таинственных влияний внутри рода, он выделил такие понятия как "призрак" и "склеп".

Абрахам выдвинул гипотезу – а что если этот *умерший предок* существует *реально* и на самом деле оказывает самое непосредственное воздействие на человека? Такого предка Абрахам называет "призраком".

"Призрак, - пишет Абрахам, - это работа в бессознательном с тайной другого, в наличии которой нельзя признаться". И этот неведомый призрак способен передаваться от бессознательного ("невысказанного") родителя к бессознательному ребенка.

Соответственно, "склеп" собою представляет сокрытую часть нашей личности, в которой и размещается "призрак".

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| "МОЙ ПРЕДОК"  ("ПРИЗРАК") |  | "Я"  ("МОЙ СКЛЕП") |
| "Обстоятельства моей смерти довольно странные…"  "Я умер не своей смертью…."  "Я умер, но меня плохо похоронили…"  "Я пережил позор…"  "Я перенес постыдную болезнь…"  "Я подвергся несправедливости судьбы…"  "Я проявлял супружескую неверность, но это тайна…"  "Я отбывал срок в тюрьме…"  "Я подвергался преследованиям…"  "Я лечился в психиатрической больнице…" | "Со мною что-то не так…"  "Я страдаю…"  "Меня преследуют неудачи, долги…"  "Я часто испытываю чувство холода и озноба…"  "Мои намерения срываются…"  "Мои планы расстраиваются…"  "У меня хронические головные боли…"  "С моим ребенком происходит что-то странное…" |
| Трансгенерационная передача тайны через 1- 2 поколения путем механизма интроекции, инкорпорации и установление имажинальной (интуитивной) связи между предком и потомком |
|  |

## Исходя из данной концепции, можно достаточно четко объяснить и случаи так называемого одержимого поведения. Сюда можно отнести все случаи, которые заставляют человека страдать и проявляют характер навязчивого повторения – либо мыслей, либо чувств, либо состояний, либо ситуаций, либо поведения…

Здесь же формируются и, так называемые, *парадоксы любви*.

**Парадокс любви**

Парадокс любви не есть сама любовь. Кратко его можно охарактеризовать убеждением: "любить – значит, разделить свою судьбу с любимым". Данное убеждение может быть предметом сознательного верования, либо корениться в глубинах бессознательных установок, но, как бы там ни было, оно выражает казус инфантильной привязанности, к самой любви имеющей самое опосредованное отношение.

*И здесь важно осознать: любить вовсе не означает – разделить судьбу любимого.*

Парадокс любви приводит к возникновению стойкого чувства вины, настолько укорененного и мучительного, что личность, одержимая подобным чувством, запускает программу самоуничтожения, диапазон которой довольно обширен – от явного суицидального намерения до его завуалированных форм, таких как пьянство, наркомания, заражение спидом, травматизм.

Второе, не менее драматическое проявление парадокса любви заключается в том, что называется "неврозом невезения".

Достаточно показательным и типологическим является следующий пример. Способный, честолюбивый, энергичный молодой человек, сполна наделенный качествами для того, чтобы сделать блестящую карьеру на деловом поприще, достигает определенных успехов, но вместо того, чтобы развить их и достичь новой высоты в своем профессиональном росте, вдруг, сталкивается с неожиданными и непреодолимыми трудностями. Сначала его подводит партнер, и результаты его достижений оказываются под угрозой. Он проявляет упорство и находит пути из тупиковой ситуации, восстанавливая свое положение. Однако период благоденствия длится недолго, и его постигает новая неудача – он сам теряет важные документы. Всю свою жизненную энергию он направляет на то, чтобы выправить покосившуюся ситуацию. Но при этом само его существование уже превращается в мучительную череду взлетов и падений, ставшую для него истинным самоистязанием. Он добивается высокого статуса, новые партнеры ему верны, он больше не теряет документы, но совершенно внезапно для себя и окружающих он срывается в длительный запой, до сего момента не обнаруживая склонности к алкогольной зависимости. Его позиции и авторитет снова оказываются подорванными. В конце концов, он находит силы, чтобы прекратить злокачественное пьянство, но вскоре от него уходит жена.

Судьбоаналитическое рассмотрение его перипетий обнаружило одну четкую и явно прослеживаемую закономерность – все неприятности, обрушиваемые на него, настигали его именно тогда, когда он добивался какого-то успеха.

Поначалу, как и большинство людей, не желающих брать ответственность за свою жизнь, этот молодой человек стал искать виновных в своих крушениях и даже паранойяльно подозревать, будто кто-то наводит на него "порчу" или "сглаз", но подобное верование, деструктивное, по сути, только усугубило его тягостное душевное состояние, "магические услуги", за которыми он пару раз обратился, лишь погрузили его в психотическую реальность банальных суеверий.

Между тем, его исцелило простое осознание, которое он пережил как вспышку прозрения. Оказывается, он был настолько идентифицирован со своим отцом, что полагал, будто он не имеет права быть лучше него. Собственный успех он бессознательно воспринимал как предательство по отношению к отцу и потому всякий раз, как только приближался к планке, которой тот соответствовал (в свое время его отец занимал должность начальника цеха одного завода), то, повинуясь своему внутреннему убеждению, продиктованному чувством вины, инициировал события, которые не позволяли ему через эту виртуальную планку перейти. Он вспомнил свою детскую фразу, впоследствии не раз повторяемую: "Я хочу быть таким, как папа". Но "*быть таким, как*" негласно запрещает "*быть лучше, чем*".

В данной ситуации, равно, как и в предыдущем примере, только в несколько иной оранжировке, сработал парадокс любви. Только здесь мы обнаруживаем еще одну любопытную деталь, связанную с тем, как на судьбу человека оказывает влияние не только его скрытые убеждения, но и слова, которые он произносит.

Использование психотехник судьбоанализа начинается с изучения матрицы "Моя семья".

**Матрица "Моя семья"**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прадедушка | Прабабушка | Прадедушка | Прабабушка | Прадедушка | Прабабушка | Прадедушка | Прабабушка |
| **Дедушка:**  Имя  Возраст  Дата рождения  Род занятий  Черты характера  Факторы из списка: | | **Бабушка:**  Имя  Возраст  Дата рождения  Род занятий  Черты характера  Факторы из списка: | | **Дедушка:**  Имя  Возраст  Дата рождения  Род занятий  Черты характера  Факторы из списка: | | **Бабушка:**  Имя  Возраст  Дата рождения  Род занятий  Черты характера  Факторы из списка: | |
| **Дяти и тети:**  Имя. Возраст. Дата рождения. Род занятий. Черты характера. Факторы из списка. | | | | **Дяти и тети:**  Имя. Возраст. Дата рождения. Род занятий. Черты характера. Факторы из списка | | | |
|  | | | |  | | | |
| **Отец:**  Имя  Возраст  Дата рождения  Род занятий  Черты характера  Факторы из списка: | | | | **Мать:**  Имя  Возраст  Дата рождения  Род занятий  черты характера  Факторы из списка: | | | |
| **Я:**  Имя Возраст Дата рождения Род занятий  Факторы из списка: | | | | | | | |

**Социальные факторы:**

1. Арест
2. Пропавший без вести
3. Гонение, ссылка
4. Жертва насилия
5. Плен, депортация, массовое бегство
6. Позор
7. Тюремное заключение
8. Судимость
9. Проблема с жильем
10. Незаконнорожденность
11. Эмиграция, иммиграция
12. Война
13. Перемена имени

**Личные травматические факторы в семье:**

14. Насильственная смерть

15. Несчастный случай

16. Ранение

17. Трагическая смерть

18. Смерть ребенка

19. Изнасиловние

20. Внезапная смерть

21. Рождение совпало во времени со смертью родственника

**Факторы семейной жизни:**

22. Смешанный брак

23. Прелюбодеяние

24. Кровосмешение

25. Тайны

26. Разлучение

27. Разорение

28. Наследство

**Факторы семейной жизни:**

29. Мачеха

30. Отчим

31. Усыновление

32. Удержание родителями при себе взрослых детей ("Я столько жертвовал(а) собой ради тебя…)

33. Бездетность

34. Раздельная жизнь родителей

35. Вдовство

36. Безбрачие

37. Поздний брак

38. Обособленная жизнь

39. Повторные браки

40. Третирующий

41. Третируемый (или побитый)

42. Родитель-одиночка

43. Супружеские конфликты

44. Развод

45. Аборт

46. Выкидыш

47. Мертворожденный ребенок

48. Оставленность ребенка (отвержение, отказ)

49. Лишение родительских прав

50. Приют

51. Исправительная школа

**Медицинские факторы:**

52. Инвалидность

53. Изнурительные болезни

54. Суицид

55. Рак

56. Алкоголизм (наркомания)

57. Депрессия

58. Туберкулез

59. Частые госпитализации

60. Частые травмы

Теперь сопоставьте события, имевшие место в жизни предков с событиями своей жизни. Они необязательно могут повторяться буквально, но могут синхронизироваться символически, когда та или иная ситуация из жизни вашего родственника перекликается с вашим переживанием.

Например: дедушка был репрессирован. Это вовсе не значит, что и его внук (внучка) отправится по этапу. Но он (она) может всю жизнь испытывать мучительное переживание внутренней психологической репрессии (подавления) и чувствовать себя "узником обстоятельств".

**Психотехника: Обращение к предку**

Затем: обратитесь мысленно к своему предку с такими словами:

"(Имя предка и обозначение его статуса в его Родовом Древе)!

Я знаю, что сейчас ты меня

слышишь, чувствуешь, ощущаешь.

(Имя предка и обозначение его статуса в его Родовом Древе)!

Я тебя люблю,

и я очень тебе благодарен за то, что ты причастен к моему появлению.

Я чту тебя и помню тебя.

Я очень тебя уважаю за то, что ты жил и живешь сейчас во мне.

Но любить – не значит, повторить судьбу или разделить судьбу того, кого любишь.

Я знаю, что ты согласен с этим,

и я знаю, что ты меня благославляешь на то, чтобы я обрел свою судьбу,

свой жизненный путь.

И я выбираю собственную стезю, помня тебя и, благодаря тебя".

Такое обращение вызывает чрезвычайно интенсивные реакции, ведущие к катарсису и мощному прорыву на новый уровень осознания – себя как носителя своей индивидуальной судьбы. Но и не только. Предок, к которому вы обратитесь с подобным монологом, изливающимся из самой сокровенной глубины вашего сердца, станет вашим настоящим помощником и другом.

**Техники прикладного психоанализа**

Источник: Э. Цветков. Тайные пружины человеческой психики (источник переработан и изменен)

Суть подхода: Таинственные, неуловимые силы определяют наше поведение. Эти силы принадлежат миру Бессознательного - изначальному, но бесконечному, недоступному, но постижимому. Один психоаналитический афоризм выражает это положение в лаконичной и отточенной форме - формуле:

СОЗНАНИЕ РАЗМЫШЛЯЕТ, БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ УПРАВЛЯЕТ

**Что такое Бессознательное**

Бессознательное - это пространство наших:

- Снов

- Фантазий

- Импульсов

- Побуждений

- Влечений

- Запретных желаний

- Инстинктов

- Оговорок

Бессознательное - это то, что мы думаем на самом деле, но не подозреваем об этом.

Человеческое поведение детерминировано и не признает никаких случайностей, хотя на первый взгляд нам в глаза бросается совершенно обратное - наша обыденная жизнь переполнена вроде бы случайностями - случайно встретил, случайно не встретил, случайно забыл, случайно оговорился и т. д.

НО:

СЛУЧАЙНОСТЕЙ НЕТ.

ЕСТЬ СТРОГАЯ ПРЕДОПРЕДЕЛЕННОСТЬ И ЗАКОНОМЕРНОСТЬ.

ЗА КАЖДОЙ СЛУЧАЙНОСТЬЮ В ПОВЕДЕНИИ ИЩИТЕ СКРЫТЫЙ МОТИВ

Фрейд в своей работе "Психопатология обыденной жизни" приводит несколько примеров, где внешне невинные банальности оказались фатальными.

Пример 1

Счастливая семья. Медовый месяц. Молодая жена случайно теряет обручальное кольцо. Она огорчена, но вскоре кольцо находится - под столиком в спальне. Вроде бы можно такому пустяку не придавать значения, но дотошный Фрейд придал и предсказал, что брак окажется неудачным. Через некоторое время брак расстроился.

Пример 2

В разговоре с пациенткой Фрейд обратил внимание, что та, постоянно расхваливая достоинства своей супружеской жизни, то и дело снимала и надевала на палец свое обручальное кольцо. Нетрудно догадаться, какое предположение Фрейд высказал и на сей раз. Как и в предыдущем случае, оно оказалось пророческим.

В чем же здесь дело?

На уровне сознательном, то есть уровне общепринятом и допустимом, обе ситуации можно считать благополучными, но Бессознательное как в первом, так и во втором случае сопротивляется браку. Если Сознание уговаривает: "Все замечательно, все прекрасно", то Бессознательное стоит на своем: "Это не так".

Бессознательное о своих намерениях сигнализирует именно посредством подобных символических знаков, которые воспринимаются или как невинные мелочи, или как досадные случайности. Соответственно:

ЛЮБЫЕ ДЕЙСТВИЯ, КОТОРЫЕ МЫ СОВЕРШАЕМ МОЖНО РАССМАТРИВАТЬ КАК КОДЫ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО

Возвратимся к примерам.

*Действие (Код)*: Женщина теряет кольцо.

*Значение*: Кольцо - символ супружеского союза, верности, любви, преданности.

*Интерпретация (Декодирование)*: Женщина теряет символ супружеского союза, верности, любви, преданности.

Вопрос: Почему?

Ответ Бессознательного: "Потому, что в данном случае я не принимаю этого и отвергаю данного мужчину. Я могло бы сказать об этом и прямо, но цензура не пропускает. Как мне еще заявить о своих притязаниях? Приходится прибегать к эзопову языку".

Стратегия: Поиск социально приемлемого варианта и осуществление действия через него.

Как видим, несмотря на все свои монопольные позиции, цензура оказывается ослабленной. Она заботится о том, чтобы Бессознательное не прорывалось в Сознание. Ну что ж, раз так - оно и не прорывается. Но в таком случае оно просачивается и начинает говорить с нами, не напрямую, а действительно эзоповым языком. Оно в любом случае заявляет о себе, только используя окольные маневры. Этими обходными путями и являются как раз те "мелочи", которым мы не придаем значения.

Поэтому приучите себя обращать внимание, прежде всего, на несущественные внешне, малозаметные детали в поведении людей и мысленно задавайте себе вопрос: "Что за этим скрывается?". Не бойтесь в первое время перегибать палку и стать похожим на двух персонажей из анекдота, где встречаются два психоаналитика, и один из них думает: "А что, если я скажу ему не "Здравствуйте, коллега", а "Доброе утро". Интересно, как он отреагирует?", и говорит: "Доброе утро". "Что вы имеете в виду?" - тут же последовал ответ другого психоаналитика.

Со временем ваше восприятие натренируется и поведение будет естественным.

Пусть этот принцип - принцип детерминированности - войдет в ваше подсознание. Постоянно используя его, вы начнете видеть то, чего не видят другие.

Начните как можно скорее, прямо сейчас.

Вспомните случаи из своей жизни, когда вы:

- опаздывали на какую-нибудь встречу или свидание

- забывали о своих обещаниях, ссылаясь на суету, текучку или просто свою забывчивость и рассеянность

- говорили "да", а делали "нет", и наоборот

- теряли чьи-то подарки

- присваивали "случайно" чью-нибудь безделушку.

А теперь воспроизведите в своей памяти те же самые явления, только происшедшие не с вами, а с теми людьми, с которыми вы общались или общаетесь.

Если человек:

- опаздывает - значит, он бессознательно не слишком стремится к встрече,

- забывает - значит, он бессознательно не желает помнить.

Кстати, о забывании и забывчивости.

Когда сознание получает какую-то не очень приятную или не очень значимую информацию, оно стремится освободиться от нее. И это логично. Ведь когда вы сталкиваетесь с теми или иными проблемами, вы не прыгаете от восторга, а думаете, как бы избавиться от них, вытолкнуть их из своей жизни.

Наше сознание, получив порцию проблемной информации, *вытесняет* ее из себя – в область Бессознательного. Подобный процесс так и получил соответствующее название - *Вытеснение*, а информационный материал, который подвергся подобному остракизму, есть *вытесненный в Бессознательное*.

ТАКИМ ОБРАЗОМ, МЫ НЕ ЗАБЫВАЕМ, А ВЫТЕСНЯЕМ

Если я забыл подписать важные для вас бумаги, то рассеянность, суета и обстоятельства тут ни при чем. Просто я вытеснил это событие в силу моего подсознательного нежелания делать то, что я должен сделать.

У вас назначена деловая встреча, предположим, на три часа дня. Ваш партнер опаздывает на несколько минут или в это время, если вы встречаетесь на его территории, он занят чем-то другим, сделайте соответствующие выводы. Вы уже знаете, что это может обозначать.

**Перенос (Трансфер)**

Наш мозг способен создавать и удерживать некие информационные матрицы, состоящие из наборов воспоминаний о тех людях, которые в прошлом оказали на нас то или иное влияние.

Эти внутренние воспоминания называются *объективными представлениями*, и восприятие любого нового человека сообразуется с этими объективными представлениями.

Мы бессознательно оцениваем людей, используя тот опыт памяти, в котором заложены представления о наиболее значимых фигурах, которые когда-то оказали на нас определенное воздействие.

Новый человек изучается посредством мыслей и чувств, которые раньше были направлены на друга, родного человека или врага.

Таким образом, получается, что наше настоящее представляет собой проекцию наших более ранних реакций, но этот механизм лежит за пределами сознания.

И этот механизм формирует то, что определяется как *трансфер*. С его помощью мы "переносим" свое отношение, которое проявляли когда-то к важным для нас личностям, на новый объект. Этим новым объектом может стать психотерапевт, начальник, подчиненный, деловой партнер, приятель, муж, жена, любовница.

Перенос может быть:

- положительным (позитивный трансфер)

- отрицательным (негативный трансфер)

Попробуйте некоторое время рассматривать ситуации, занимая психоаналитическую позицию, и многие скрытые вещи станут для вас очевидными. Мало того, знание динамики переноса позволит вам улавливать и более тонкие нюансы в межличностных взаимоотношениях. По одной только кажущейся незначительной детали вы можете определить психологию вашего партнера и его отношение к вам, чтобы использовать это для усиления эффективности своего воздействия.

**Признаки положительного переноса**

- Прямое выражение заинтересованности

- Преобладание "открытых" жестов (когда руки и ноги не скрещиваются и партнер часто демонстрирует свои открытые ладони)

- Партнер внимательно слушает вас и невольно копирует ваши жесты

- Ваш партнер вовремя или раньше условленного времени приходит на встречу

- Ваш партнер вовремя платит вам деньги

- Ваш партнер оказывает или пытается оказывать вам знаки личного внимания

- Ваш партнер делает вам подарки

- Ваш партнер склонен рассказывать о себе, о тех или иных моментах своей личной жизни, делится своими впечатлениями.

**Признаки отрицательного переноса**

- Партнер опаздывает на встречу

- Партнер не вовремя, с запаздыванием платит деньги

- Партнер не выполняет или не вовремя выполняет свои обещания

- Выражает сомнения относительно продуктивности контакта с вами

- Предпочитает "закрытые" жесты, часто уводит в сторону взгляд

- Может не явиться на встречу, мотивируя свое поведение "непредвиденными обстоятельствами"

- Мало рассказывает о себе, не склонен делиться с вами личными воспоминаниями и впечатлениями.

Употребляемое здесь слово Партнер является универсальным понятием и в зависимости от ситуации общения может подразумевать вашего:

- Делового партнера

-- Пациента

-- Приятеля

- Интимного партнера

- Начальника

- Подчиненного

Вспомните, когда ваш партнер:

- Опаздывал

- Не являлся вовсе

- Заставлял вас ждать

- Забывал о своих обещаниях или о ваших просьбах

- Не платил вовремя деньги.

Какие интерпретации вы можете предложить по поводу данных событий?

Этот вопрос касается и следующих ситуаций:

- Ваш партнер вовремя (или раньше) является на свидание

- Платит деньги в назначенный срок

- Аккуратно выполнял ваши просьбы или охотно шел навстречу вашим пожеланиям

- Делал вам подарки

- Оставлял свой домашний телефон.

Теперь попробуйте восстановить в своей памяти эти же самые действия, только принадлежащие не другому человеку, а лично вам.

Если в ситуации общения вы занимаете формально доминирующую позицию (например, вы являетесь руководителем или психотерапевтом), то ваши подсознательные намерения, направленные на человека, с которым вы взаимодействуете, образуют то, что принято называть *контрпереносом*, который, естественно, также может быть как положительным, так и отрицательным.

Умение определять свой контрперенос так же важно, как и умение определять перенос вашего партнера. Это значительно облегчит процесс вашего общения и даст вам дополнительную психологическую силу.

А для того, чтобы вы достаточно уверенно и свободно чувствовали себя в любой ситуации, усвойте следующий алгоритм метапринципов:

1. Во время делового общения занимайте внутреннюю позицию психоаналитика-наблюдателя. Вживитесь в эту роль. Играйте ее.

2. На своего партнера смотрите как на потенциального пациента (этим самым вы нисколько не унизите и не принизите его, ведь точно также и священник воспринимает свою паству, что нисколько не ущемляет достоинства людей). Это означает, что вы:

- проявляете по отношению к нему полную корректность

- тщательно отслеживаете его поведение, основываясь на знаниях динамики переноса и контрпереноса

- сохраняете внешний нейтралитет

- постоянно анализируете признаки, характерные для того или иного вида трансфера.

3. Анализируйте тончайшие нюансы своих ощущений, что может вам помочь разобраться не только в своем состоянии, но и в состоянии вашего партнера. Эта тенденция может со временем у вас выработать способность к "СВЧ" - сверхчувственному восприятию - явлению, о котором, как о психической телепатии, немало писали психоаналитики. Это означает, что по своим ощущениям вы можете догадаться о скрытых намерениях вашего партнера.

**Способы усиления трансферных реакций**

Если вы хотите активизировать поведенческие реакции со стороны вашего партнера, вам следует:

- Сохранять внешнюю пассивность и нейтральность - в этом случае вы становитесь как бы "экраном проекций" для другого человека.

- Проявлять заинтересованность личной жизнью партнера, неназойливо интервьюируя его о его прошлом опыте, детских воспоминаниях, значимых эмоциональных отношениях.

- Построить свое поведение таким образом, чтобы ваш партнер невольно сравнивал вас с кем-либо, кто раньше оказал на него определенное влияние - для этого вы можете даже иногда спрашивать его о том, не напоминаете ли вы ему какого-то другого человека.

- Стремиться больше слушать и меньше говорить - один из важнейших принципов, так как он позволяет в максимальной степени проявиться эффекту "экрана проекций".

**Сопротивление и защиты**

Довольно часто мы сталкиваемся в жизни с таким явлением, как сопротивление - собственное и чужое. Оно представляет собой бессознательную силу, препятствующую тем или иным действиям, ведущим к изменениям или личности, или ситуации, которые могут оживить те или иные неприятные ощущения.

Мы неохотно вспоминаем неприятные события в нашей жизни или напрочь о них забываем - срабатывает процесс вытеснения, что также обусловлено сопротивлением.

Попробуйте провести простой эксперимент.

Вспомните время или событие, которые были психологически болезненными - может быть, смерть близкого друга или родственника, или глубокое унижение, или ситуацию, когда вас побили или застигли на месте преступления.

Отметьте, прежде всего, отсутствие интереса к тому, чтобы ясно вспомнить это событие, сопротивление против того, чтобы говорить о нем. Возможно, у вас появится сомнение в необходимости проделывания подобного упражнения или вы внезапно вспомните о неотложных делах.

Все ваши "посторонние" мысли и сомнения интерпретируйте как сопротивление. Чтобы преодолеть сопротивление, зачастую достаточно осознать его.

Осознав свое сопротивление; продолжите работу воспоминаний. Кроме почти материального ощущения сопротивления, вы добьетесь того, что освободитесь от значительной части своих внутренних конфликтов и внутреннего напряжения.

Нетрудно заметить, что сопротивление, как и вытеснение, выполняет определенную защитную функцию. Однако подобные функции не исчерпываются лишь этими двумя механизмами и насчитывают в своем арсенале гораздо больше приемов, к которым прибегает наша психика. Эти приемы получили название Эго-защит. У всех у них одна универсальная цель, уже указанная выше,- препятствие оживлению неприятных чувств и снижение тревожности.

Сюда относится целый ряд, который включает:

- Отрицание

- Реактивное образование (формирование реакции)

- Обратное чувство

- Подавление

- Рационализация

- Идентификация с агрессором

- Аскетизм

- Изоляция аффекта

- Регрессия

- Расщепление

- Проекция

- Интроекция

- Всемогущество

- Девальвация

- Примитивная идеализация

- Прожективная идентификация

- Перемещение

- Сублимация

ОТРИЦАНИЕ - это попытка игнорировать реальное событие, которое беспокоит личность. В качестве примера может послужить политический лидер, оставивший свой пост, но продолжающий вести себя по-прежнему - будто он выдающийся государственный деятель. Способность неправильно вспоминать события - также форма отрицания.

РЕАКТИВНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ - это подмена поведения или чувства прямо противоположным действительному желанию. Человек может проявлять излишнюю чистоплотность в качестве защиты от желания быть все время грязным. Главная черта реактивного образования - преувеличение и экстравагантность. Реактивные образования можно видеть в любом преувеличенном поведении.

ОБРАТНОЕ ЧУВСТВО - это изменение направленности импульса - например, упреки в свой адрес вместо того, чтобы выразить разочарование кем-то другим.

ПОДАВЛЕНИЕ - сущность этой защиты состоит в удалении чего-то из сознания и удержания на расстоянии от сознания. Следствием подавления могут быть истерические симптомы, астма, артрит, язва, вялость, фригидность, страхи, импотенция.

РАЦИОНАЛИЗАЦИЯ - это нахождение приемлемых причин или оснований для неприемлемых мыслей или действий. Рационализация скрывает наши мотивы и делает наши действия морально приемлемыми.

"Я делаю это исключительно для твоего добра" - (Я хочу сделать это тебе. Я не хочу, чтобы это было сделано мне. Я даже хочу, чтобы ты немного пострадал).

"Мне кажется, что я люблю тебя" - (Меня привлекает твое тело: я хочу, чтобы ты расслабилась и почувствовала притяжение ко мне).

ИДЕНТИФИКАЦИЯ С АГРЕССОРОМ - проявляется в имитации того, что может оказывать отрицательное давление. Если кто-то маскирует свой страх перед каким-то авторитетом, он может усвоить его манеру в гипертрофированном или карикатурном виде.

АСКЕТИЗМ - чаще всего используется для контроля над интенсивностью сексуальных влечений. Как правило, он демонстрируется с видом полного превосходства.

ИЗОЛЯЦИЯ АФФЕКТА - это отделение вызывающей тревожности части ситуации от остальной душевной сферы. Ее нормальным прототипом является логическое мышление.

РЕГРЕССИЯ - возвращение на более ранний уровень развития или к способу выражения, который более прост и более свойственен детям. Каждый взрослый человек, даже хорошо приспособленный, время от времени прибегает к этой защите, чтобы "спустить пар". Люди курят, напиваются, переедают, выходят из себя, кусают ногти, ковыряют в носу, читают рассказы о таинственном, ходят в кино, портят вещи, мастурбируют, жуют резинку, ведут машину быстро и рискованно, спят днем, дерутся, мечтают, восстают против авторитетов и подчиняются им, прихорашиваются перед зеркалом, играют в азартные игры, ищут "козла отпущения".

РАСЩЕПЛЕНИЕ - представляет собой разделение положительных образов человека от негативных. В какой-то момент партнер может получить довольно высокую оценку, а сразу же после этого может наступить значительное снижение оценки и наоборот. Подобный субъект может заявить о том, что все его друзья и союзники предали его и превратились во врагов, а в следующее мгновение сделать обратное заявление.

ДЕВАЛЬВАЦИЯ - умаление партнера, сведение его значения к минимуму вплоть до презрительного отношения.

ПРИМИТИВНАЯ ИДЕАЛИЗАЦИЯ- обратная реакция, проявляющаяся в преувеличении силы и престижа другого человека.

ВСЕМОГУЩЕСТВО - преувеличение собственной власти и силы.

ПРОЖЕКТИВНАЯ ИДЕНТИФИКАЦИЯ - представляет собой проекцию на другого человека с последующей попыткой взять над ним контроль. Например, кто-то может проецировать свою враждебность по отношению к другому человеку и со страхом затем ожидать нападения на себя с его стороны.

ПРОЕКЦИЯ - это приписывание другому человеку, животному или объекту качеств, чувств или намерений, которые исходят от самого приписывающего.

"Все мужчины и женщины хотят одного и того же"

- (Я много думаю о сексе).

"Никогда нельзя верить никому"

- (Я не чураюсь иной раз обмануть кого-нибудь).

ИНТРОЕКЦИЯ - это стремление присваивать убеждения и установки других людей без критики и делать их своими собственными. Такой субъект очень часто говорит не от себя, а от лица коллектива, микросоциума и т.д. Вместо местоимения "Я" он, как правило, использует местоимение "МЫ".

ПЕРЕМЕЩЕНИЕ - это смена объекта чувств, их перенос с того объекта, который послужил источником отрицательных эмоций на другой объект - более безопасный.

Например, подчиненный, который разгневан на своего начальника, придя домой, начинает изливать свой гнев на членов семьи.

Если кто-то начинает рассказывать партнеру о любви, ненависти, гневе, раздражении по отношению к другим людям, это часто может интерпретироваться как выражение своих чувств именно к данному партнеру.

СУБЛИМАЦИЯ - представляет собой так называемую "зрелую" или "успешную" защиту. Она представляет собой процесс, посредством которого энергия, первоначально направленная на агрессивные цели, перенаправляется к другим целям - интеллектуальным, художественным, культурным, проявляясь в форме творческого самовыражения.

Внимательно изучите эти защиты, начиная с самого себя. Определите, какие из них характерны для вас и какие присущи окружающим. Осознав свои непродуктивные защиты, вы можете избавиться от них и направить высвобожденную вследствие этого энергию на более конструктивные цели, усилив свою сублимацию.

Стремитесь применять только что полученную информацию в своем общении - она дает вам дополнительный ключ доступа к подсознанию партнера и делает ваше восприятие людей более глубоким и тонким.

Психоаналитический метод позволит вам "просвечивать" самые темные душевные слои тех людей, с которыми вы вовлечены во взаимодействие, и - благодаря своему "психическому рентгену" - вы сможете более эффективно контролировать ситуацию в свою пользу, обладая несомненным преимуществом.

**Психотехники визуального наблюдения –**

**Язык жестов**

Источник: Э. Цветков. Тайные пружины человеческой психики (источник переработан и изменен)

Каждое движение можно расшифровать и свободно прочитать тайное послание нашего собеседника, которое он может самым тщательным образом от нас скрывать.

Даже если мы тщательно продумаем самую изощренную ложь, наши непроизвольные жесты выдадут нас.

В то же время, зная значение каждого жеста и сознательно используя его, мы можем сигнализировать подсознанию партнера о наших намерениях и тем самым оказывать на него скрытое воздействие, что позволит нам иметь лишний козырь для овладения ситуацией.

Ниже приводится словарь жестов, по которому вы способны освоить базовые навыки "психологического рентгена".

***Руки***

Открытые ладони - честность, откровенность.

Ладонь, повернутая вверх, - просящий жест. С такой позицией легче добиться выполнения просьбы, так как она не демонстрирует давления со стороны того, кто просит.

Ладонь, повернутая вниз (смотрит в пол), - властность. Со стороны того, кто использует подобную позицию, ощущается психологическое давление.

*Рукопожатия:*

Ладонь, повернутая вверх (ладонь снизу - под ладонью партнера), - готовность подчиниться, бессознательный сигнал тому, чье доминирование признается.

Ладонь, повернутая вниз (ладонь сверху - на ладони партнера), - стремление к доминированию, попытка взять под контроль ситуацию.

Ладонь ребром вниз (вертикальное положение) - позиция равенства.

*Способ нейтрализации доминирующей позиции:* Если ваша ладонь оказалась внизу, сделайте шаг на встречу и приблизьтесь к партнеру. Когда вы приблизитесь, ваше положение ладоней, естественно, изменится и автоматически перейдет в вертикальное положение.

Рукопожатие "перчатка" (две ладони обхватывают одну ладонь собеседника) - стремление показать свою искренность, дружелюбие, доверительность.

Руки, перекрещенные на груди,- попытка спрятаться, отгородиться от ситуации. Негативная реакция.

Скрещенные на груди руки со сжатыми в кулаки ладонями - усиленный жест скрещенных рук. Враждебное отношение. Возможность психической атаки.

Скрещенные руки с пальцами, плотно обжимающими предплечья (обхватывание рук), - негативно-подавленное отношение к ситуации.

Скрещенные руки с позицией больших пальцев, вертикально направленных вверх,- чувство защиты (перекрещенные руки), уверенность (демонстрация больших пальцев).

Одна рука перехватывает другую руку - вертикально идущую вдоль тела - в области предплечья, локтя или плеча: более легкая форма перекрещенных рук.

Руки свободно опущены, но одна как бы пожимает другую - попытка сохранить эмоциональное спокойствие. Одной рукой человек делает жест, будто поправляет пуговицу на рукаве другой руки, браслет часов, манжету - скрытая нервозность.

Человек двумя руками держит букет цветов, сумочку (женщины), чашку с чаем и т. п.- попытка скрыть внутреннее напряжение, нервозность.

Переплетенные пальцы, сцепленные руки - негативное отношение.

Пирамида (ладони направлены друг к другу, кончики пальцев смыкаются) - уверенность, уверенное отношение к чему-либо.

Руки за спиной:

Одна обхватывает другую в области ладони - самоуверенность, властность, чувство превосходства.

Одна рука обхватывает запястье другой - попытка самоконтроля.

Одна рука перехватывает верхнюю зону предплечья другой руки - попытка самоконтроля, но выраженная сильнее, чем в предыдущем случае.

Роль большого пальца - демонстрация агрессивности, силы, напора, чувства превосходства.

Руки в карманах, большие пальцы снаружи - уверенность, самомнение, атакующий жест. У женщин агрессия, доминирующий характер.

Большие пальцы, торчащие из задних карманов, - доминирующий характер.

***Руки и лицо***

Почесывание подбородка - размышление и оценка.

Захватывание носа в щепоть чуть пониже переносицы в сочетании с закрытыми глазами - сосредоточение.

Рука у щеки - щека опирается на сложенные в кулак пальцы, а указательный палец выпрямлен по направлению к виску - размышление, задумчивость.

Указательный палец касается носа, остальные прикрывают рот - подозрительность, скрытность, недоверие.

Касание или потирание носа - лживость со стороны того, кто это делает.

Указательный палец касается щеки, а остальные располагаются под подбородком - критическая оценка.

Рука поглаживает шею - недовольство, отрицание, гнев. Защитный жест.

Потирание уха - нетерпение, желание перебить. Нервозность.

Лицо чуть склонено вбок и опирается на ладонь или кулак - "телефонная поза" - внутренний монолог. Скука.

***Ноги***

Носок ноги - показатель заинтересованности - своим направлением указывает на того, в ком человек заинтересован или находит привлекательным.

Широко расставленные ноги:

1. В позиции стоя: агрессия, в том числе и сексуальная. Уверенность. Готовность к действиям. Активность.

2. В позиции сидя: уверенность. Внутренняя расслабленность. Демонстрация сексуальности.

Перекрещивание ног (жест нога за ногу) - защита, тенденция к замкнутости.

В целом жест интерпретируется в зависимости от контекста ситуации. К примеру, во время длительной лекции слушатель в зале может использовать подобную позицию для удобства.

Перекрещенные ноги и перекрещенные руки - неодобрение, неприятие, усиленная защита.

Американская позиция "четверка" (лодыжка одной ноги лежит на колене другой ноги) - активность, уверенность, самоуверенность.

Перекрещенные ноги и сплетенные пальца на коленях - самососредоточение, замкнутость (вспомните известный портрет Достоевского).

Перекрещенные лодыжки - защита, напряжение, негативное отношение, нервозность, страх.

***Голова***

Голова держится прямо или чуть приподнята - нейтральная позиция.

Голова чуть приподнята, веки немного прикрыты или уголки глаз прищурены, взгляд направлен вниз - высокомерие, пренебрежение, превосходство.

Голова немного наклонена в сторону - проявление интереса.

Голова чуть опущена, взгляд исподлобья - неодобрительное отношение к ситуации, настороженность.

Руки за голову в сочетании с позицией ног в виде "четверки" - стремление демонстрировать владение ситуацией, самоуверенность, чувство превосходства.

***Зрачки***

Расширенные - волнение, удовольствие, проявление интереса, в том числе сексуального.

Суженные - негативная реакция, неприятие.

*Взгляд:*

Направлен в центр лба и не опускается ниже глаз собеседника - деловой взгляд.

Распределяется между глазами и ртом - светский взгляд.

Скользит от глаз вниз по телу и обратно - интимный взгляд.

Взгляд искоса:

- в сочетании с улыбкой - заинтересованность,

- в сочетании с опущенными бровями - враждебность.

Часто моргание - признак защиты, растерянности.

***Тело***

Посадка на стул верхом - демонстрация превосходства или агрессии.

Одна нога приподнята и на что-то опирается, тело чуть согнуто и подано вперед - жест собственника, победителя.

Руки упираются в поясницу, ноги широко расставлены - демонстрация агрессии и сексуальной агрессии.

ПАРНЫЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Тела двух собеседников располагаются друг напротив друга, взгляды их направлены друг на друга - проявление взаимного интереса, желание быть только вдвоем.

Двое собеседников стоят под некоторым углом по отношению друг к другу, как бы образуя некоторое пространство, куда беспрепятственно может войти третий - позиция, допускающая участие еще одного или нескольких собеседников.

Включение в разговор и исключение партнера из разговора:

*Включение*: в случае присоединения третьего партнера к закрытой позиции находящиеся в ней собеседники разворачивают свои тела под углом по отношению друг к другу и к нему, невербально приглашая последнего присоединиться к разговору.

*Исключение*: в случае попытки присоединения третьего партнера к закрытой позиции, находящиеся в ней собеседники поворачивают только головы по отношению к нему. Но направление тел остается прежним.

Что свидетельствует о том, что третий партнер нежелателен в данной беседе.

СЕКСУАЛЬНЫЕ ЖЕСТЫ

Мужские сексуальные жесты

- Рука поправляет галстук, воротник или дотрагивается до горла или касается волос.

- Большие пальцы заткнуты за ремень.

- Носок ноги повернут в сторону той женщины, которая вызывает сексуальный интерес.

- Интимный взгляд.

- Руки на бедрах.

- Ноги широко расставлены независимо от того, сидит мужчина или стоит.

Женские сексуальные жесты

- Вскидывание головы.

- Приглаживание или касание волос (волосы являются довольно ярким сексуальным символом).

- Обнажение запястий.

- Раздвинутые ноги (стоя или сидя).

- Слегка приоткрытый рот и влажные губы.

- Интимный взгляд.

- Перекрещенные ноги.

Жесты – мощное средство влияния.

Жесты, являясь проекцией бессознательных движений, способны оказывать такое же бессознательное воздействие.

Поэтому если вы хотите выразить то или иное свое стремление, вы можете для этого использовать жест, но уже вполне осознанно. Ваш партнер его воспримет должным образом и соответственно прореагирует.

**Гипнотехники**

Источник: Э. Цветков. Тайные пружины человеческой психики (источник переработан и изменен)

Гипноз, по определению Джона Гриндера представляет собой способ интенсификации реакций. Кроме того, по определению этого же автора:

"Гипноз очень естественный процесс, и слово «гипноз» всего лишь описывает средства, которыми вы систематически переводите кого-нибудь (в том числе, и себя) в измененное состояние сознания.

Гипноз сам по себе – это просто использование себя самого в качестве механизма обратной связи.

Гипноз – это не процесс, в котором вы управляете людьми. Это процесс, в котором вы даете им возможность управлять собой, доставляя им обычно отсутствующую у них обратную связь.

Представлять же себе гипноз в виде состязания – значит, попросту терять время.

Если вы будете представлять гипноз как состояние, в котором вы управляете другим человеком, или что-нибудь внушаете ему, то вы проиграете. Вы ограничите этим число людей, на которых вы воздействуете эффективно. Вы проиграете также и в вашей личной жизни, потому что начнете беспокоиться о том, кто управляет вами.

Гипноз – это биологически обратная связь.

И гипноз не должен быть трудным и неестественным. Если вам приходится делать над собой усилие и пытаться – это значит, что вы пользуетесь недостаточно изощренной техникой. Чем меньше вы делаете для достижения желаемого результата, тем лучше вы знаете свое дело.

Никогда не следует противостоять усилиям партнера. Всего лишь воспринимайте усилия с его стороны и используйте их, изменяя их траекторию так, чтобы усилие продолжалось в любом желательном для вас направлении.

Метастратегия для создания в себе уверенности и убедительности – вам следует помнить, что можете потерпеть неудачу лишь в одном случае – если ограничите себя во времени.

О развитии навыков гипнотизера можно говорить в том случае, если вы можете ввести человека в транс в ходе разговора, где даже и не упоминается слово «гипноз».

Когда вы занимаетесь гипнозом, вашей задачей становится наблюдательность. Вы просто замечаете, на что человек реагирует естественно и строите подсознательную цепь обратной связи, тем самым, оживляя имеющиеся реакции. Это и есть транс.

Транс можно представить себе как усиление реакций и переживаний. Транс – состояние с внутренним фокусом внимания. Постепенно увеличивая число предложений, направленных внутрь, вы подстраиваетесь и ведете человека, погружая его внимание на большую глубину.

Вы спрашиваете: «Где вы родились»? – и тем самым, невольно вызываете у собеседника возрастную регрессию. Конечно же, он войдет при этом в состояние транса и на какое-то время станет независимым от нынешней картины времени и пространства.

Поэтому гипноз можно рассматривать и как процесс усиления переживаний.

Главное правило гипнотического наведения – наблюдать за физиологическими признаками, сопровождающими наступление измененных состояний и через обратную связь усиливать эти признаки.

Когда ваш сенсорный опыт достаточно натренирован, вы улавливаете тот момент, при котором внимание человека направлено внутрь, и вы можете ввести в него любую программу. Когда человек направил внимание внутрь, он отреагирует на ваши слова так, как вы этого хотите, поскольку вы обходите его сознание, и он не в состоянии отслеживать эти ощущения и защищаться от них.

Всякий раз, когда сознательная обработка информации перегружается, вы можете передать установку прямо в подсознание, и собеседник будет на нее реагировать. Простейший способ перегрузить внимание – заставить его сосредоточиться на сложном внутреннем переживании.

Наблюдайте, как люди реагируют и давайте им то, что им подходит.

Когда вы говорите человеку, что он чувствует себя «спокойно», «расслабленно», «уютно», это может вызвать у него ощущение внутренней разорванности, если он чувствует себя иначе.

Смысл любого сообщения – не только в гипнозе, но и в обыденной жизни – не в том, что оно, по вашему мнению, означает. Смысл его в той реакции, которую оно вызывает.

Тот, кто моделирует, всего лишь, составляет описание.

Хорошие гипнотизеры выбирают такие явления, которые, как известно, все равно произойдут.

В любой момент нам потенциально доступно бесконечное множество переживаний, основанных на сенсорных впечатлениях. Искусство гипноза состоит в том, какую именно часть таких переживаний следует выбирать, какие из них следует описать. Особенно полезно выбрать то, что не осознается человеком до тех пор, пока вы ему об этом не скажете.

Стресс, чувство подавленности и напряженности тоже можно рассматривать как своеобразный индикатор, активизирующийся, когда ваше поведение не соответствует поставленной задаче.

Но помните – в мире нет ничего, что не могло бы быть полезным в каком-нибудь смысле".

**Ритм**

Если вы хотите эффективно общаться, научитесь быть *синхронистичным* и научитесь *присоединяться*.

Быть синхронистичным - значит быть резонансным партнеру, быть вовлеченным, созвучным ему, быть соучастником той общности, которое называется общением.

Синхронистичность вызывает симпатию и доверие подсознания того, с кем вы общаетесь, а мы уже знаем, что именно оно управляет всеми нашими душевными процессами.

Для того чтобы образовать синхронистичную позицию, следует соответствующим образом присоединиться – создать *раппорт,* то есть непрерывное поддержание обратной связи.

*Присоединение* – это ритмическое приспособление своего поведения к способу поведения другого.

Эволюционно "подстройка" (синхронизация, присоединение, резонирование) представляет собой мощный механизм выживания в процессе естественного отбора. В мире животных во время брачной игры имеет больше шансов на успех прежде всего тот самец, который лучше подстраивается к самке. Во время массовой миграции птиц можно обнаружить, насколько синхронизирован их полет.

Начиная присоединяться, придерживайтесь определенного алгоритма.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Я эффективно общаюсь** | **=** | **Я эффективно присоединяюсь**  **(синхронизируюсь)** |

**Алгоритм присоединения**

1. Стремитесь занимать такие же позы, в которых находится ваш партнер.

2. Изучите ритм его движений, жестов. Действуйте в точно таком же ритме, повторяйте те же движения и жесты.

3. Исследуйте речевые особенности собеседника:

- Громкость голоса

- Темп

- Интонации

Используйте в своей речи такие же:

- Громкость

- Темп

- Интонации

*Примечание к 1.*

Не занимайтесь явным копированием, иначе это может дать обратную реакцию - партнер подумает, что вы его передразниваете, и вы потеряете с ним контакт.

- *Придерживайтесь общей тенденции*: если, к примеру, он сидит в закрытой позиции, займите тоже закрытую позицию, но в другой форме. Видя, что он сидит с перекрещенными на груди руками, вам не обязательно делать точно такой же жест, вам достаточно соединить лишь пальцы.

- *Лучше всего "отзеркаливайте" мелкие движения*: рук, мимики и т. п. Мелкие движения менее осознанны и таким образом ваш партнер не заметит вашей имитации.

*Примечание к 2.*

Придерживайтесь духа, но не буквы. Синхронизируя ритм, не старайтесь быть тенью. Если у вашего партнера зачесался нос, не следует тут же теребить свой. Легкого и непроизвольного касания пальцем своего лица, как будто вы поправляете волосы, будет вполне достаточно.

*Примечание к 3.*

Что касается речи, то здесь соблюдайте те же принципы, что и в предыдущих случаях. Выискивайте особенности и тонкие нюансы, но не передразнивайте детали.

Данный алгоритм подстройки определим как алгоритм подстройки первого порядка, так как существуют более тонкие, а потому более действенные методы присоединения. Но сначала освойте этот способ. Думайте о нем и осознавайте его, если хотите, в виде схемы:

Подстройка:

1. Позы

2. Жесты

3. Речь

Перед тем, как освоить следующие технические приемы подстраивания, нам необходимо познакомиться еще с одним важным понятием - таким, как репрезентативные системы.

**Сенсорный канал**

Сенсорный канал (модальность) - это система, посредством которой субъектом воспринимается и утилизируется информация, поступающая из внешнего мира.

В зависимости от доминирования того или иного способа поступления и переработки информации репрезантативные системы могут быть представлены в трех основных категориях:

Визуальная (восприятие посредством зрительных образов)

Аудиальная (восприятие посредством слуховых впечатлений)

Кинестетическая(восприятие посредством ощущений).

Каждый индивидуум, обладая всеми тремя модальностями, предпочитает с максимальной нагрузкой использовать все-таки одну. Эта наиболее предпочитаемая система называется основной.

**Определение основного сенсорного канала**

Для того, чтобы определить основную репрезентативную систему, используйте вербальные ключи доступа, то есть те слова, которыми пользуется ваш партнер. Отслеживая его речь, постарайтесь уловить, какие существительные, глаголы, прилагательные он чаще всего использует, какие характеристики восприятия передают его обозначения.

Для визуальной системы наиболее адекватными словами и словосочетаниями окажутся такие, как:

видеть

видение

рассматривать

с моей точки зрения

под углом зрения

в фокусе

ярко

смутно

смутно вижу суть вопроса

перспективы

никаких перспектив

Если перед вами аудиалист, то, скорее всего, в его речи вы найдете следующий примерно набор:

слышать

звучать

я вас слушаю

я прислушиваюсь

шумный

громко

мелодично

тихо

Человек с основной кинестетической модальностью в разговоре с вами чаще будет употреблять описания сенсорных переживаний:

чувствую

ощущаю

схватываю

схватываю суть проблемы

зажатый

скованно

свободно

удобно

остро

остро ощущать

Итак, *основной сенсорный канал* - это такая система, которой человек пользуется наиболее часто.

**Ведущий сенсорный канал**

Кроме основного, существует *ведущий сенсорный канал*. Он отражает деятельность мозга в данный момент, в ситуации "здесь и теперь". Для его определения используются невербальные (несловесные) ключи доступа, которые представляют собой наблюдение за движениями глаз.

Дело в том, что в разговоре человек постоянно делает движения глазными яблоками. Вы сами не раз замечали, что в общении взгляд собеседника постоянно перемещается и никогда не остается неподвижным. Такие перемещения получили название *паттерн* (от англ. pattern - сетка).

Подобные движения отражают информационные взаимодействия, происходящие в нейронных системах мозга.

В зависимости от вектора направления эти паттерны можно упорядочить в определенную структуру, представленную на следующей схеме.

ДВИЖЕНИЕ ГЛАЗ

Вертикально вверх (как бы под лоб)

В левый верхний угол

В правый верхний угол

По горизонтали - вправо и влево

В левый нижний угол

В правый нижний угол

Глаза смотрят вперед (расфокусированный взгляд).

Эти движения позиции очень важны, так как именно в них проявляется ведущая система представлений. В следующей таблице вы обнаружите характерные соответствия:

Движения глаз Ведущая репрезентативная система

Вертикально вверх Визуальная (вспоминание образа)

В левый верхний угол Визуальная (вспоминание образа)

В правый верхний угол Визуальная (конструирование образа)

Расфокусированные глаза Визуальная (образ)

По горизонтали Аудиальная (внутреннее слушание)

В левый нижний угол Аудиальная (внутреннее слушание)

В правый нижний угол Кинетическая (фиксация ощущений)

Для того чтобы потренироваться в определении невербальных ключей доступа, задайте людям, которых вы хорошо знаете, несколько вопросов, обращенных в прошлое.

Например:

- Помнишь ли ты, когда в последний раз был на море?

- Можешь ли ты вспомнить:

- дверь своей спальни?

- первого учителя

- первую влюбленность

- первую зарплату или гонорар

При этом наблюдайте за глазами партнера и отмечайте про себя движения его глазных яблок.

Если перед тем, как ответить на ваш вопрос, он обратил свой взгляд вверх или вверх и влево, это значит, что он увидел внутреннюю картину.

Если вы заметили, что глаза его движутся по горизонтали или в левый нижний угол, то он вначале услышал внутренне то, о чем идет речь.

Если взгляд оказался скошенным вправо и вниз, то он прежде всего, постарался вызвать в своей памяти ощущение.

Теперь, располагая информацией о репрезентативных системах как о значимых информационных каналах, вы можете узнать еще одну причину столь часто встречающегося малоэффективного общения.

Нередко люди, включенные в процесс общения, нарушают синхронистичность тем, что буквально разговаривают на разных языках. Это происходит из-за того, что они не учитывают индивидуальные системы представлений.

Пример. Руководитель, принадлежащий к визуальному типу, предлагает подчиненному с кинестетической ориентацией:

"Давайте *рассмотрим* данную проблему. Как вы ее *видите"*?

Но он тем самым ставит последнего в тупик, так как тот предпочитает не "видеть", а "*чувствовать*".

Если вы - начальник и хотите активировать у своего подчиненного максимум возможностей, используйте его основную и ведущую репрезентативные системы.

В данном случае лучше спросить: "Как вы *подойдете* к данной проблеме"? В следующую минуту вы получите такой поток продуктивной информации, что будете сами немало удивлены.

Теперь мы подошли к алгоритму подстройки второго порядка, где вы:

1. Определяете основную репрезентативную систему партнера.

2. Определяете ведущую систему партнера.

3. Используете языковые средства, характерные для его основной репрезентации.

4. Повторяете за ним движения глаз.

Пример. П - ваш партнер, Я - вы (вы - визуалист).

П. Я чувствую, что сегодня наш разговор может оказаться не очень продуктивным. (Делает глаза вниз вправо.)

Я. Тем не менее, мы можем попробовать преодолеть некоторую скованность и более свободно подойти к проблеме. (Глаза вниз влево - как бы отзеркаливая паттерны партнера.)

П. Вы полагаете, кто-то из нас зажат?

Я. Во всяком случае, нам ничто не мешает уцепиться за лишнюю возможность попробовать поискать.

П. Что ж, давайте попробуем. (Глаза вниз вправо.)

Я. Давайте. (Глаза вниз влево.)

Данный пример показывает, как, используя подстройку, мы можем построить синхронистичность и выправить ситуацию, которая начиналась как неблагоприятная.

Этот же пример, но без присоединения, может закончиться неудачно.

П - ваш партнер, Я - вы (вы - визуалист).

П. Я чувствую, что сегодня наш разговор может оказаться не очень продуктивным. (Глаза вниз вправо.)

Я. Я не вижу никаких препятствий! (Глаза вверх вправо.) Мне кажется, что мы могли бы договориться.

П. Полагаю, что сегодня было бы не очень удобно обсуждать это.

Я. Но ведь это очень перспективное дело. (Глаза вверх вправо.)

П. Не знаю, не знаю. (Глаза вниз вправо.)

Разница между первым и вторым диалогом (они взяты из реальной жизни) оказывает прямое влияние на разницу в результатах.

Если мы обратим внимание на дыхание партнера - его ритм, глубину, частоту и начнем дышать точно так же, как это делает он, то присоединение окажется полным. И все это мы можем обобщить в алгоритме присоединения.

АЛГОРИТМ ПРИСОЕДИНЕНИЯ

1. Позы

2. Жесты

3. Речь

4. Основная репрезентативная система

5. Ведущая репрезентативная система

6. Вербальные ключи доступа

7. Невербальные ключи доступа

8. Дыхание

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Я присоединяюсь**  **(синхронизируюсь)** | **=** | Я мягко, легко, неназойливо  имитирую:  позы, жесты, дыхание и общую ритмику партнера.  Я также использую слова его основной репрезентативной системы (визуальные, аудиальные или кинестетические).  И я повторяю движения его глазных яблок. |

**Как определить, насколько эффективно присоединение к партнеру**

Присоединение произошло, если:

1. Вы меняете позу, и ваш партнер, невольно подстраиваясь к вам, занимает такую же.

2. Ваш партнер начинает имитировать ваши жесты и речь.

Если вы убедились в том, что два этих параметра сработали, то можете сделать вывод, что вы интересны, к вам испытывают внутреннюю симпатию и вы имеет шанс на успех в данном общении.

Свое оптимальное положение вы можете усилить с помощью такого приема как ведение.

**Ведение**

Ведение представляет собой такой способ взаимодействия, когда ваш собеседник, не осознавая того, склонен принимать вашу сторону без какой-либо критики или сопротивления.

Когда вы проверяете, насколько эффективным оказывается ваше присоединение и при этом убеждаетесь, что оно эффективно, то вы уже "ведете" своего партнера.

Если ваш партнер неосознанно имитирует ("отзеркаливает") ваши позы, жесты, особенности речи, то этим самым он бессознательно подчеркивает свое согласие с вашим поведением.

А, соглашаясь с вашим поведением, он всегда согласится с вашими мыслями, словами, предложениями и установками.

Именно в этот момент вы можете быть наиболее эффективны в своем общении.

Если перед вами деловой партнер, с которым вы раньше испытывали проблемы, то в данной ситуации уверенно рассчитывайте на разрешение этих проблем.

Трудный пациент с большей готовностью воспримет и усвоит внушение, которое раньше не оказывало никакого воздействия.

Строптивая жена или муж охотно согласятся с теми вашими идеями, которые несколько минут назад вызвали бы только раздражение или откровенное сопротивление.

Подчиненный быстрее выполнит поручение, а начальник легче пойдет навстречу вашим пожеланиям.

Не прибегая к драматическим эффектам, вы загипнотизировали этих людей.

Чтобы вышеприведенная информация лучше усвоилась, можно запомнить простую графическую схему:

*Графическая схема гипнотического (суггестивного) процесса*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Я присоединяюсь**  **(синхронизируюсь)** | **=** | | Я мягко, легко, неназойливо  имитирую:  позы, жесты, дыхание и общую ритмику партнера.  Я также использую слова его основной репрезентативной системы (визуальные, аудиальные или кинестетические).  И я повторяю движения его глазных яблок. |
| **Затем:**  **я проверяю, насколько я эффективно и полно присоединился. Эта тактика называется еще *раппорт* или поддержание обратной связи.**  **Для этого я** | | | |
| **Меняю позы, жесты или ритмику поведения**  **и наблюдаю,**  **меняется ли в соответствии с моими изменениями**  **поведение собеседника.**  **Здесь я обнаруживаю два варианта** | | | |
| **ДА**  **Поведение собеседника меняется вслед за моими изменениями.**  **В этом случае**  **я приступаю к стратегии -**  **ВЕДЕНИЕ**  **Ведение – это произнесение предложений, слов, утверждений с целью их выполнения другим человеком, людьми (или мною самим). Иными словами, ведение – это и есть, собственно, суггестия (внушение)** | | **НЕТ**  **Поведение собеседника не меняется вслед за моими изменениями.**  **В этом случае**  **я продолжаю стратегию -**  **ПРИСОЕДИНЕНИЕ** | |

Теперь пойдем дальше и глубже, и узнаем, как закреплять внушение.

**"Якорь", или практика рефлекторного закрепления**

Якорь можно определить как способность одного из элементов переживания вызвать все переживание в целом.

У каждого из нас существует множество бессознательных якорей, управляющих нашими состояниями и эмоциями.

С другой стороны, его можно использовать как осознанный прием, способный оказать мощное психическое действие.

Практика создания якорей чрезвычайно проста, но требует известной тренировки.

Ее исполнение сводится к двум основным ходам:

Ход 1: Отследите состояние, которое вы можете определить как весьма благоприятное для себя (или своего собеседника).

Ход 2: В этот момент сделайте какой-нибудь запоминающийся жест, или мягко коснитесь запястья, или произведите некое простое, но выразительное действие – то есть подайте определенный сигнал, символически выделяющий данный момент на фоне остальных.

В подсознании – вашем собственном или вашего собеседника – эти два события приравняются друг к другу по принципу формирования условного рефлекса.

Поэтому в любой другой раз, как только вы захотите активировать желаемое позитивное состояние, вам достаточно будет воспроизвести Ход 2.

Данным приемом можно также усиливать эффективность суггестивной формулы – в том случае, если вы зафиксировали эту формулу якорем.

Теперь обратимся к самим формулам, которые создаются по законам специфической речи – так называемой, гипнотической, или суггестивной.

**Особенности суггестивной (гипнотической) речи**

**ПЕРЕХОДЫ**

Переход определяется как система вербальных (словесных) средств, представляющая собой способ переведения человека из его данного состояния в состояние транса (повышенной восприимчивости) - начиная с описания данного состояния (назовем его *Утверждением* *Присоединения* и обозначим как Х) и кончая описанием того состояния, в которое вы хотите его, или себя перевести (назовем его *Утверждением* *Ведения* и обозначим как У).

Этот процесс осуществляется с помощью переходных слов: "если", "когда", "если... то", "и", "поскольку" и т. п.

Использование союзов и союзных слов придают речи оттенок закругленности и гибкости, что достаточно быстро способствует вхождению в гипнотическое состояние.

Подобный факт объясняется тем, что, когда вы не делаете резких пауз между предложениями, сознание не успевает контролировать информацию и снижает свои критические функции.

Таким образом, вам не придется тратить время на лишние убеждения и аргументы. Ваша речь сама по себе будет оказывать гипнотическое воздействие.

*Пример из психотерапевтической практики.*

Во время гипнотического сеанса можно использовать следующие формулы внушения:

"Вы сидите в кресле. Вы смотрите на меня. Внимательно слушайте мой голос. Только мой голос. Он действует на вас успокаивающе. Вы расслабляетесь. Вы расслаблены. У вас появляется сонливость".

Эти формулы срабатывают в некоторых случая, но гораздо эффективнее оказывается другой текст, который вызывает необходимый результат независимо от степени гипнабельности субъекта.

"Вы сидите в кресле, и вы слышите меня, и вы смотрите на меня, и вы можете ощутить, что начинаете расслабляться".

Применение переходных слов позволило нам провести психотерапевтическую процедуру более свободно и с наименьшим сопротивлением клиента.

Аналогичный прием оказывается действенным и в условиях делового общения.

Вариант 1 – Непродуктивный.

"Мы здесь собрались для решения важной проблемы. Каждый из нас должен проявить предельную активность и внимание. Будьте серьезны. Настройтесь на деловой лад. Нам необходимо интенсивно проработать содержание нашей задачи".

Вариант 2 – Продуктивный.

"Итак, мы здесь собрались для решения важной проблемы, которая позволит каждому из нас проявить предельную активность и внимание. И если вы будете серьезными и настроитесь на деловой лад, то, я думаю, мы сможем интенсивно и эффективно проработать содержание нашей задачи".

Чтобы натренироваться в построении переходов, во время своих встреч в разговоре с людьми используйте союзы и союзные слова, одновременно наблюдая за их влиянием. Люди обязательно будут реагировать на ваши языковые средства в том ключе, который желателен для вас.

**ПОГЛОЩЕНИЕ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ**

**Формула: Х или Х, или Х, или Х, но У**

Х – утверждения, описывающие действия, которые ваш партнер может начать, прекратить, продолжить или изменить.

У – определенное утверждение о желаемом действии (утверждение ведения).

Пример.

1. Я не знаю, будете ли вы продолжать смотреть на пол, (Х)

2. или вы посмотрите на меня, (Х)

3. или, возможно, измените свою позу на более удобную, (Х)

4. или начнете дышать еще более расслабленно, (Х)

5. но я знаю, что ваше подсознание может начать погружение в транс, и это хорошо для вас. (У).

**УТВЕРЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОСТИ**

**Формула: Х + (-Х) и У**

Х – описание того, что партнер осознает в данный момент (утверждение присоединения).

(-Х) – описание переживания, противоположного тому, которое испытывает партнер в данный момент.

У – ведущее утверждение в этом случае: «И Ваше Подсознание может использовать оба этих переживания».

Пример.

- Что вы осознаете сейчас?

- Я осознаю, что я напряжен.

- Вы ощущаете напряжение. (Х).

Но Вы также способны ощущать спокойствие. (-Х).

И Ваше Подсознание может пользоваться обоими состояниями. (У).

**ДИССОЦИАЦИЯ**

Это очень сильное средство воздействия, которое позволит вам войти в контакт с глубинными частями психики – вашей собственной или вашего партнера и использовать их в качестве союзника для достижения вашей цели.

Для того, чтобы эффективно провести диссоциацию, осознавайте каждого человека, с которым вы общаетесь (в том числе и себя), как существо, состоящее из двух субличностей.

Одна субличность представляет собой подсознание и расположена к тесному взаимодействию с вами.

Вторая субличность отражает сознательный компонент, который может подвергать ситуацию сомнениям, анализу, которая в известной степени способна оказывать сопротивление.

Своим поведением дайте почувствовать партнеру, что вы воспринимаете его в этих двух качествах, и вы апеллируете, прежде всего, к первой - той, которая олицетворяет собой более творческую и спонтанную сторону личности. Стремитесь к тому, чтобы собеседник также осознавал в себе эти две части. В этом случае вы добьетесь от него более оживленных реакций.

Особенно полезен метод диссоциации в тех случаях, когда вы ощущаете сопротивление или некоторую озабоченность со стороны вашего партнера (или со своей собственной стороны).

Данный прием может быть представлен следующей моделью:

**«Ваше сознание» – Переход – Ваше подсознание».**

Примеры.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ваше сознание**  **(ваш внутренний критик)**  **(ваша критическая часть личности)** | **Переход** | **Ваше подсознание**  **(ваш внутренний союзник)**  **(ваша внутренняя творческая часть личности)** |
| 1. прислушивается к тому, что я говорю, | и | может постигать сказанное мной. |
| 2. возможно хочет узнать, что произойдет дальше, | в то время как | может начать активизировать процесс воспоминаний. |
| 3. может быть сосредоточено на той или иной мысли, | по мере того, как | может начать свое путешествие в мир собственных переживаний. |
| 4. может сомневаться, | но | тем временем приобрело позитивный опыт, который вы можете эффективно использовать. |
| 5. может настороженно наблюдать за происходящим, | между тем, как | в это время активизирует свой потенциал и мобилизует защитные силы организма. |
| 6. слишком старается, | в то время как | свободно и спонтанно создает те или иные образы, которые могут вам показаться не совсем обычными. |
| 7. озабочено тем, что происходит в данную минуту, | по мере того как | открывается глубинным знаниям и мудрости. |

Например, когда мне приходится работать со слишком напряженным клиентом, который проявляет выраженное сопротивление, я говорю:

"Ваше сознание, скорее всего, в данный момент напряжено и проявляет некоторый негативизм в оценках, но ваше подсознание, как наиболее творческая часть личности, с готовностью постигает предлагаемую информацию, что способствует внутреннему глубинному преображению вашей психики".

Через некоторое время я замечаю, что собеседник (так я называю того, кого врачи называют пациентом, а психологи и парикмахеры – клиентом) занимает менее жесткую позицию и вскоре расслабляется.

Пример из практики консультации.

Однажды меня пригласили в качестве консультанта в одну фирму, которая испытывала проблемы в связи с переговорами со своими партнерами. Для того чтобы вызвать эффективный результат, пришлось прибегнуть к методу диссоциации, что выражалось примерно следующим образом:

"Я вполне осознаю некоторую степень вашей настороженности и элементы сомнения, так как подобная реакция является вполне логичной в данных условиях, в то время как мне кажется, что на более глубоких уровнях мы бы могли обрести определенный взаимовыгодный интерес и поискать общие точки соприкосновения».

После этого переговоры пошли более свободно, раскованно и закончились вполне продуктивно.

Хочу еще раз напомнить, что, применяя диссоциацию, вовсе не обязательно выделять словами "Ваше сознание" и "Ваше подсознание". Здесь важнее соблюдать принцип, который вы применяете, демонстрируя свое понимание того, что ждет ответа именно от той части личности другого человека, которая способна начать с вами творческое взаимодействие.

**ИНКОРПОРАЦИЯ**

Никогда нельзя знать заранее, как подействует на собеседника то или иное ваше поведение. Что-нибудь, вдруг, может повлечь за собой непредвиденную реакцию, или переживание. Такая ситуация называется *абреакцией*.

Инкорпорация - включение в описание непредвиденных и неожиданных обстоятельств и абреакций, например, неожиданных реакций партнера или сильных посторонних раздражителей.

Если в ходе вашей беседы произошло что-то, чего вы не ожидали, не следует делать вид, что ничего не случилось. Подобное ваше поведение вызовет состояние внутренней разорванности у вашего собеседника, и он может потерять к вам доверие. Утилизируйте все неожиданные моменты и представляйте их в позитивном контексте.

Вы можете использовать так называемую *переработку содержания* – вы воспринимаете реакцию и обобщаете ее в более широком контексте, в котором и реакция, и само переживание становятся положительными. Вы воспринимаете поведение таким, каково оно есть, не вмешиваясь и не искажая его. Просто "вкладывайте" его в такие рамки, которые позволят использовать данное поведение конструктивно.

Если вы предполагаете, что ваш собеседник переживает нечто неприятное, то после присоединения вы говорите: "Как приятно, вспоминая неприятные переживания, ощущать удовлетворение оттого, что все это уже в прошлом и никогда более не повторится". Или – "Некоторые переживания очень неприятны… но осознание того, что такие неприятные переживания образуют основу… ваших возможностей в настоящем… делает очень приятным (с изменением интонации) воспоминание о том, как неприятны… были некоторые из ваших бывших переживаний".

Возможен и такой вариант: "Так называемые негативные переживания вашего прошлого часто образуют основу для широких возможностей в настоящем – если слышать, видеть и чувствовать эти переживания по-новому".

Действуя подобным образом, вы достигаете необходимого положительного раппорта с подсознанием человека, так как вы подтверждаете своими действиями одну из важнейших функций подсознания – защиту.

Поэтому не стоит бояться абреакций, ибо, как выяснилось, они дают возможность выйти на мощные положительные переживания.

И вообще, изменяя людей, каждый раз определяйте все, что можно воспринять как неудачу, наоборот, - как возможность роста.

**ТРЮИЗМ**

Трюизм представляет собой общее утверждение, иными словами - банальность. Такие заявления, как "Все люди способны испытывать ощущения" или "Зимой, как правило, бывает холодно", и являются трюизмами.

В практике коммуникаций трюизмы используются как средство перехода он конкретного явления к обобщению.

Очень важно в этой ситуации было перевести внимание от неожиданно вошедшего человека, который создавал реальную угрозу конфликта, к более общему положению о том, что "таковы все люди, ибо в каждом из нас жива человеческая природа" С трюизмом нельзя не согласиться - в этом его сила.

Для того, чтобы натренировать свое мышление в применении трюизмов и обобщений, периодически выполняйте упражнения следующего плана.

Выберите первый попавшийся вам предмет и постройте по отношению к нему уровни обобщения.

Например, стол.

Стол Предмет Вещество - Материя - Бытие.

А теперь двигайтесь по этим уровням обобщения в обратную сторону.

Стол - Письменный стол - Конкретный письменный стол...

Когда вы будете довольно свободно выстраивать подобные элементарные цепочки, вы столь же свободно и легко перейдете к более сложным понятиям. Пробуйте применять полученные навыки в ситуациях. К примеру, у вас сегодня запланировано совещание, а вы не подготовили доклад или отчет.

Как вы поступите в этом случае?

Один известный менеджер использовал инкорпорацию и трюизм. Он заявил своим партнерам:

"Жизнь меняется с каждой секундой (трюизм). Тот отчет, который я приготовил к сегодняшнему дню, завтра безнадежно устареет, а потому, мне кажется, нет смысла тратить на него столь драгоценное время, которое, как известно, деньги. Поэтому я хотел бы выслушать от вас те или иные соображения по поводу прибыли, если, разумеется, они окажутся конкретными. После чего мы соберемся через три дня, за которые я успею внести актуальные поправки в свой отчет".

**ВАРИАБЕЛЬНОСТЬ**

**Формула:**

**Общее утверждение (трюизм) – Х,**

**И вы Х + Х1 + Х2 + Х3, и У**

Пример.

1. Каждый человек способен испытывать ощущения,

2. и Вы можете испытывать ощущения в различных частях своего тела,

3. и Вы можете осознать свои ощущения в левой руке,

4. или же отдать себе отчет в ощущениях в области лба,

5. или же ощутить свои ноги,

6. но я знаю, что возникающие у Вас ощущения для Вас полезны».

**ВНУШЕНИЕ С ОТРИЦАНИЕМ**

**Формула: Не обязательно Х, чтобы У**

«Не обязательно слушать мой голос, чтобы…».

«Не обязательно настраиваться на смысл сообщения, чтобы…».

**ПОСТРОЕНИЕ ТОЖДЕСТВА**

**Формула: Чем больше (-Х), тем больше Х.**

(-Х) – сообщение с негативным значением.

Х – сообщение с позитивным значением.

Пример.

«Чем больше сопротивление сейчас, тем более выраженным окажется расслабление».

**ПЕРЕФОРМИРОВАНИЕ**

Переформирование - очень важный аспект продуктивной коммуникации, так как он позволяет в считанные секунды изменить оценку ситуации на прямо противоположную.

Сравните два высказывания:

1. "День - это лишь светлый промежуток между двумя темными ночами".

2. "Ночь - это лишь темный промежуток между двумя светлыми днями".

Какие примеры можете придумать вы?

Если, вдруг, от вас "уплыл" выгодный контракт и вы оценили это как нечто негативное, осознайте данную ситуацию как возможность, данную вам для того, чтобы вы могли накопить силы для осуществления более важных дел или лишний повод для того, чтобы в чем-то усовершенствовать себя.

**"ВЫБОР" БЕЗ ВЫБОРА**

**Формула:**

**1. Вы Х сейчас или после того, как У?**

Часто этот прием применяется по отношению к детям:

"Ты пойдешь спать прямо сейчас или когда уберешь игрушки?".

Во взрослом общении может представлять собой один из вариантов как жесткого, так и мягкого стиля - в зависимости от контекста и интонационного строя.

**2. Вы У в условиях Х, или в условиях Я?**

"Вы хотите обсудить проблему на своей или на моей территории?".

При этом вопрос формулируется таким образом, что не допускает отрицательного ответа. При этом в данном посыле утверждение ведения У внушается как однозначный вариант действия, не требующий обсуждения.

**ДОПУЩЕНИЕ**

Допущение представляет собой стратегический прием, близкий к предыдущему. Его можно описать формулой:

**Формула: Прежде чем У -Х. Где У – утверждение желаемого результата.**

"Прежде чем вы отправитесь в командировку, дайте себе возможность отдохнуть".

**ИЛЛЮЗИЯ ВЫБОРА**

Здесь, как и в предыдущих приемах, существует лишь иллюзия выбора, которая маскирует ваше намерение или установку.

**Формула: Вы можете У тем или иным способом, но я знаю, что У будет безупречно.**

"Вы можете выполнить это задание или самостоятельно, или взять помощников, но я знаю, что вы выполните его безупречно".

«Вы можете понять все, что с Вами произошло, или же Вам это будет понятно только частично. Вы можете отдавать себе отчет о том, что Вы узнали, или же оставаться в неведении. Или, возможно, вы ничего не поняли. На самом деле, это не важно, но важно то, что с Вами что-то произошло».

**АНАЛОГОВОЕ ОБОЗНАЧЕНИЕ**

Аналоговое обозначение - это невербальное подкрепление вербальных средств.

Оно может быть или жестом, которым вы хотите подчеркнуть особо значимую информацию, или изменением интонации.

В любом случае вы таким образом фиксируете внимание собеседника на наиболее значимом аспекте того, что вы рассказываете. Аналоговое обозначение способно стать якорем, если вы придадите ему функцию закрепления.

**ВОПРОСЫ - ЯРЛЫКИ**

Вопросы типа "Не правда ли?", "Не так ли?" делают вашу речь более убедительной и по сути своей мягкой и деликатной формой прикрывают утверждения, не допускающие возражений.

Обладая гипнотическим свойством, они оказывают на сознание такое воздействие, что последнее снижает бдительность критического восприятия.

Чтобы эффект был сильнее, в начале ставьте вопросы ярлыки рядом с трюизмами - высказываниями, с которыми нельзя не согласиться.

Постепенно, когда вы перейдете к предложениям, которые могут вызвать спорную реакцию, сознание (в силу своей инерционности) вашего собеседника согласится и с ними.

**ПРОЦЕССУАЛЬНЫЕ ИНСТРУКЦИИ**

Простейший способ утилизировать любое поведение заключается в том, чтобы дать человеку ряд свободных от конкретного содержания инструкций, суть которых сводится к следующим заявлениям: «научиться чему-либо», «измениться, стать другим» и т.п. Такие инструкции называются процессуальными.

Они имеют ряд важных преимуществ. Одно из преимуществ состоит в том, что вам нет нужды знать, о чем в точности вы будете говорить. Нет необходимости узнавать подробности личной жизни клиента – вполне приемлемый набор процессуальных инструкций, свободных от конкретного содержания, можно сформулировать и без этого.

Другое важное преимущество состоит в том, что процессуальные инструкции весьма активно привлекают внимание слушателя, потому что последний сам наполняет их тем содержанием, которое вы опускаете.

Третье преимущество – придерживаясь весьма общих выражений, вы никогда не ошибетесь.

Например, выражение «Так оно и должно быть» есть один из простейших способов усилить любую проявляющуюся реакцию. Это позволяет осуществить подстройку к любому переживанию и в результате, ее усилить.

**НОМИНАЛИЗАЦИЯ**

Это обобщенное обозначение, свободное от конкретного содержания. Представляет собой выражение, которое глагольную форму переводит в существительное. Например, можно сказать:

"Вы поймете..."

А можно выразиться:

"Вы обретете понимание".

Во втором случае вы имеете дело с номинализацией.

Номинализация выглядит осмысленно, но на самом деле ничего не значит. Однако если вы хотите, чтобы чье-то подсознание выполнило то или иное действие, используйте ее.

Еще раз сравните два высказывания, и вам станет ясен механизм воздействия номинализации. Когда вы произносите "Вы поймете...", ваш собеседник ждет от вас предложения, чего он, собственно, должен понять, и в таком случае вы вынуждены выложить конкретную информацию, с которой можно и не согласиться. Если же вы говорите: "Вы обретете понимание", то подсознание вашего собеседника наполняет эту фразу своим собственным контекстом, и он не требует от вас никаких дополнительных пояснений.

Вы только что познакомились с очень эффективными гипнотическими приемами, которые способны оказать сильное воздействие. Их ценность заключается в том, что они применяются в процессе обычной, естественной беседы, где о гипнозе нет ни одного слова. Они вмонтированы в ткань вашего поведения столь искусно и изящно, что остаются незамеченными. Начните их применять, и вы быстро убедитесь в их эффективности. Все эти техники созданы и разработаны крупнейшими коммуникаторами, и все их очарование заключается в том, что они работают.

**Обобщающая матрица - Гипнотические паттерны речи**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название приема** | **Пример** |
| Переходы "если", "когда", "если... то", "и", "поскольку" | И поскольку мы здесь и сейчас, то данный момент, независимо от его оценки, можно воспринять как значимый и такой, который бесследно не пройдет. |
| Поглощение неопределенности Х1 или Х2, или Х3, или Х4, но У | Я не знаю, будете ли вы продолжать смотреть на пол (Х), или вы посмотрите на меня (Х), или, возможно, измените свою позу на более удобную (Х), или начнете дышать еще более расслабленно (Х), но я знаю, что *вам становятся интересно* то, о чем я говорю (У). |
| Утверждение дополнительности Х + (У) и У | - Что вы осознаете сейчас? / - Я осознаю, что я напряжен. / - Вы ощущаете напряжение (Х).  Но Вы также способны *ощущать спокойствие*(У). И оба состояния для вас *полезны* (У). |
| Диссоциация Сознательно Х, но бессознательно У | Чем сильнее у вас сознательное недоверие, тем сильнее бессознательное *доверие*, и последнее гораздо важнее. |
| Инкорпорация Х – это основа для У | "Так называемые негативные переживания вашего прошлого часто образуют основу для *широких возможностей в настоящем* – если слышать, видеть и чувствовать эти переживания по-новому". |
| Трюизм Раз все Х, значит и вы (я) тоже Х | Поскольку все испытывают ощущения, стало быть, и *вы способны испытывать ощущения*. |
| Вариабельность Общее утверждение (трюизм) – Х,  И вы Х + Х1 + Х2 + Х3, но У | Х: Каждый человек способен испытывать ощущения, / и Вы (Х) можете испытывать ощущения в различных частях своего тела, / Х1: и Вы можете осознать свои ощущения в левой руке, / Х2: или же отдать себе отчет в ощущениях в области лба, / Х3: или же ощутить свои ноги, / У: но я знаю, что возникающие у Вас ощущения для Вас *полезны*. |
| Внушение с отрицанием  "Не обязательно Х, чтобы У" | Не обязательно мне верить, чтобы *постичь правду и пользу моих слов.* |
| Построение тождества  Чем больше (Х), тем больше У | Чем больше сопротивление сейчас, тем более выраженным окажется *эффект.* |
| Переформирование  Любое обстоятельство – это и минус, и плюс | "Некоторые переживания очень неприятны… но осознание того, что такие неприятные переживания образуют основу… ваших возможностей в настоящем… делает очень *приятным* (с изменением интонации) воспоминание о том, как неприятны… были некоторые из ваших бывших переживаний". |
| Выбор без выбора  1.Вы Х сейчас или после того, как У?  2.Вы У в условиях Х, или в условиях Z? | 1. Ты пойдешь спать прямо сейчас или когда *уберешь игрушки*?  2. Вы хотите *обсудить проблему* на своей или на моей территории? |
| Допущение  "Прежде чем У-Х" | Прежде чем ты *сделаешь эту работу*, хорошо отдохни. |
| Право выбора  Вы можете **У** тем или иным способом, но я знаю, что **У** будет безупречно.  Х или не Х, но У. | Вы можете *выполнить это задание* или самостоятельно, или взять помощников, но я знаю, что вы выполните его безупречно.  Вы можете понять все, что с Вами произошло, или же Вам это будет понятно только частично, или, возможно, вы ничего не поняли. На самом деле, это не важно, но важно то, что *с Вами что-то произошло*. |
| Аналоговое обозначение  Высказывание + жест (интонация) | Вы чувствуете, что говоримое мною – очень важно для вас (в этот момент я делаю выразительный жест, или щелчок, или хлопок, или понижаю/повышаю интонацию). |
| Вопросы-ярлыки  "Не так ли?", "Не правда ли?" | Все в этом мире меняется каждую секунду. Не так ли? Но в таком случае и *вы можете поменяться* в любую секунду, в том числе, и в текущую – прямо здесь и сейчас. |
| **Процессуальные инструкции**  Свободные от конкретного содержания инструкции | Вы можете *"измениться", "стать другим", "трансформироваться", "увидеть мир по другому", "начать думать по другому"…* |
| Номинализация  Перевод глагола в существительное | Вместо "вы поймете…" – "вы *обретете понимание*"  "Наступило время осознания смысла изменений" |
| Чтение мыслей  Индуцирует трансовое состояние | Вас, конечно, волнует ваше будущее… Вы, конечно, сейчас думаете о сказанном – вольно или невольно… |
| Причинно-следственное моделирование  Индуцирует трансовое состояние | Вот мы сейчас с вами разговариваем, а потом вы придете домой и примете правильное решение … Вот вы сейчас меня слушаете и начинаете задумываться – а ведь в этом есть своя правда… |
| Присоединение к авторитету  Усиливает влияние информации | Вот, я на днях разговаривал с Н, и он сказал… |
| Обобщения  Индуцирует трансовое состояние | Мы часто горворим… слышим… требуем… обещаем… видим… чувствуем… |

*Курсивом выделены удверждения ведения (внушения, суггестивные сигналы.*

Изучив представленную матрицу, замените в примерах местоимения "вы" и "ты" на "я" – и вы получите эффективную инструкцию для самопрограммирования.

К этой инструкции вы можете добавить еще две эффективных техники самоперепрограммирования.

**Психотехники гипнотического самоперепрограммирования**

**Психотехника: Ресурсный Круг**

Мысленно на полу нарисуйте три круга.

Один - в котором вы стоите - нейтральный.

Другой - слева от себя - негативный.

Третий - справа от себя - позитивный.

Сконцентрируйтесь на проблеме, от которой бы хотели избавиться.

Как только концентрация достигнет нужной степени, сделайте глубокий вдох, закройте глаза и на выдохе шагните в негативный круг, где вы попадаете в негативную ситуацию и переживаете крайне негативные эмоции, связанные с этой ситуацией. Переживайте и саму ситуацию, и сами эмоции. Как только переживания достигнут максимальной интенсивности, сделайте глубокие вдох - выдох, откройте глаза и выйдите из круга, сделав стряхивающее движение.

В нейтральном круге вы чувствуете себя спокойно. Постойте так некоторое время, отдохните. Вспомните ситуацию из своей жизни, когда вы чувствовали в себе силу, уверенность, внутреннюю собранность, активность и в то же время спокойствие (Мистическое Состояние).

Как только вы почувствуете, что такая ситуация открывается вам, шагните в позитивный круг, выполняя те же технические детали, что и на предыдущем этапе. Вы оказались внутри этой положительной ситуации. Переживите ее и переживите связанные с ней эмоции. Как только переживание достигнет максимальной интенсивности, выйдите из круга, но при этом не стряхивайте с себя эмоции, как в первом случае, а возьмите их с собой. Чтобы их удержать и закрепить, поставьте их на "якорь". Для этого коснитесь правой рукой запястья левой руки. При этом сработает рефлекторный механизм, который позволит вам воспроизвести данное эмоциональное состояние как только вы выполните этот жест.

Немного отдохните в нейтральном круге. Затем снова шагните в негативный круг и вновь окажитесь в отрицательной ситуации. Но при этом используйте тот эмоциональный потенциал, который вы извлекли из круга позитивного. Оживите "якорь", т.е. снова коснитесь правой рукой запястья левой, и вы сможете, находясь в отрицательной ситуации, актуализировать положительный опыт.

Выйдите из круга в нейтральный и закончите упражнение.

**Психотехника: Удаление отрицательного образа и создание положительного. Метод субмодального взмаха (терминология нлп).**

Удобно расположившись, закройте глаза. Представьте себе экран и на нем спроецируйте черно-белое изображение - или в виде большой фотографии, или в виде картины - это ваш автопортрет, собирательный образ всех ваших отрицательных качеств, болезненных состояний и т.д. Он является символом всего того, от чего бы вы хотели избавиться.

Некоторое время созерцайте его. Быть может, вы нарисуете дополнительные детали, которые могли бы завершить этот образ.

Затем в правом нижнем углу изображения спроецируйте совсем крохотную цветную картинку - тоже ваш портрет, но вобравший в себя все мыслимые вами положительные качества, например, здоровье, силу, волю. В можете убедиться, что создать второй образ значительно труднее, будто какое-то внутреннее сопротивление мешает это сделать. Не обращайте внимания на трудности и продолжайте работать. Если визуализация вам плохо удается, то просто думайте о том, что вы создаете картинку и "знайте", что она есть. Возможно, вы ее недостаточно четко видите из-за того, что у вас сильнее развит не зрительный, а другой вид воображения.

Как только почувствуете, что цветной образ создан, начните его мысленно увеличивать. С каждым вдохом он растет в размерах, покрывая собой черно-белое изображение. Как только размеры вашего положительного портрета почти достигнут краев отрицательного, сделайте сильный глубокий вдох и представьте себе, как выросшая картинка резко разрывает оставшиеся серые кромки и полностью занимает все пространство вашего мысленного экрана. В этот момент откройте глаза. Продолжайте с открытыми глазами ощущать этот новый портрет - на расстоянии примерно в метр от себя. Теперь представьте (или подумайте), что он начинает плавно двигаться навстречу вам. Расстояние все ближе и ближе... Вот он почти касается вас. И тогда вновь глубоко вздохните и поглотите этот портрет, втяните его внутрь. Осознайте, что он вошел в вас и теперь находится внутри вашего существа. Свободно выдохните и откройте глаза.

Это упражнение имеет и другой вариант, который, впрочем, незначительно отличается от данного. Разница заключается в том, что вы не втягиваете в себя портрет, а сами входите в него. Делаете шаг навстречу и сливаетесь с ним. В обеих вариантах суть одинакова - слияние с новым созданным образом.

**Креативные психотехники**

Источник: Э. Цветков. Гений Жизнетворчества

Суть подхода: нейрофизиология описывает работу мозга, который, в свою очередь, описывает реальность. Собственно говоря, восприятие реальности – это и есть ее описание.

**Психотехника: Овладение волнами мозга**

Мозг описывает, а, стало быть, и создает реальность в четырех категориях, или – формах, режимах, параметрах, моделях, состояниях – соответствующих его определенной волновой активности:

*Бета-волны* – Индуцируются мозгом, когда мы находимся в обыденном состоянии повседневного бодрствования. Они ассоциируются с линейно-логическим мышлением, решением проблем и концентрацией внимания, а также – с активным действием. Но в переизбытке они порождают возбуждение, раздражение и панику. Бета-активность соотносится с тем состоянием, которое обычно и называется явью, бодрствованием.

Созерцание нижеследующей картинки способно активизировать Бета-состояние:

*Альфа волны* – Расслабленное состояние и восприятие, открытое для фантазий, полета или свободного течения воображения. Мечты тихо плещутся бесшумными приливами-отливами. Умиротворение, покой. Соприкосновение с дыханием дремы, но еще не сон. Однако в переизбыточном изобилии порождают ситуацию, когда существует опасность утонуть в собственных грезах.

Созерцание нижеследующей картинки способно активизировать Альфа-состояние:

*Тета-волны* – Мы погружаемся еще глубже, за порог образов, навеянных Альфа-плещущимся океаном. Мы проникаем, переплываем через пространство, окутанное миражной дымкой потаенных, глубинных воспоминаний, эмоций, ощущений. Мы пересекаем грань. на которой возведена сторожевая вышка бдительного сознания. Это и есть тета-реальность – в ней обитают сны. Но и здесь можно быть *помнящим себя*.

Созерцание нижеследующей картинки способно активизировать Тета-состояние:

*Дельта-волны* – Радар восприятия, отрегулированный так, что улавливает тончайшие и сокровенные сигналы инобытия. Предчувствия, предощущения, предвидения, телепатический контакт. Интуиция. 6-е чувство. Проникновенность. Все это – ведомство дельта-реальности. Физиологически соотносится с самыми глубокими фазами сна – о которых нет воспоминаний. Но и здесь можно быть *помнящим себя.*

Созерцание нижеследующей картинки способно активизировать Дельта-состояние:

Итак: мы имеем четыре реальности. И мы можем соединить их в один узел восприятия. Когда это происходит, мир перестает быть раздробленным на отдельные локальные фрагменты. Местечковость восприятия уступает мистичности переживаний. Появляется чувство объемности и непрерывности происходящего. Жить становится интересно. Потому что появляется сама жизнь. Она приходит на смену озабоченности выживания.

А созерцание нижеследующей картинки:

способно стимулировать одновременную активизацию всех четырех состояний.

Следы снов присутствуют и в Бета-реальности. Их совсем нетрудно обнаружить.

**Психотехника: Следы снов**

Мне однажды приснился клубок змей.

Хорошо, что этот сон ко мне пришел, когда я перестал заниматься "разгадкой снов" – занятием, похожим на то, когда ты вместо того, чтобы ехать в соответствии с указателем, останавливаешься и принимаешься упорно рассуждать над тем, что это означает, и какой в нем заложен смысл, и какой символикой он наполнен. И дальше ты уже никуда не едешь.

Можно привести и другое сравнение. Ты заходишь в ресторан. Тебе подают меню. Ты его внимательно изучаешь. А затем начинаешь жевать. Вместо обеда. Вместо обеда ты поедаешь меню – когда занимаешься интерпретацией сновидений.

Сны – это указатели на дороге. Возле указателей не обязательно останавливаться, если это не знак STOP. Указатели повествуют о том, что будет дальше, если ты поедешь по этой дороге.

Мне всегда интересно, что будет там, куда я еду.

Мне однажды приснился клубок змей. Хорошо, что этот сон пришел ко мне, когда я перестал разглагольствовать о "пробуждении кундалини" или "фаллическом напряжении энергии", которые якобы символизируются образом змеи.

Вместо этого на следующий день я отправился в зоопарк, где сразу устремился на территорию террариума. Приблизившись ко входу, я приметил, как мелькнул в толпе смутно знакомый силуэт… Я окликнул. Силуэт совершил движение и раскрылся навстречу мне фасом. Я встретил того, кого безрезультатно искал несколько лет.

Я просто пошел по указателю. Без всякого "подъема кундалини" или "фаллической трансформации".

Еще один сон. Крылатый дракон несется на меня. А я стою на краю скалы. И чтобы увернуться от чудовища, падаю вниз. Но это не помогает. Монстр дышит в затылок. И, когда он накрывает меня своей пастью, я просыпаюсь.

Куда идти на сей раз? Если со змеями все более-менее ясно – они существуют в привычной реальности, будь то природа или зоопарк, то о драконах такого не скажешь.

И, вместе с тем: нет ничего такого во сне, чего нельзя было бы отыскать в привычной действительности.

Если напрячь немного элементарные логику и воображение, то на вопрос "где можно встретить дракона, кроме сновидения?", можно дать, по крайне мере, два вразумительных ответа – в "Детском Мире" или книжном магазине. Я побывал и там, и там.

Ни там, ни там "знаменательной встречи" не последовало, как в предыдущей ситуации.

Однако я следовал указателю. Когда идешь по указателю, не следует слишком раздумывать, куда и зачем идешь. Надо просто идти. В "Детском Мире" я купил игрушечного дракона, удивительно похожего на привидевшегося во сне, только значительно меньше. Принес его домой. Затем просто инсценировал сон. Стул стал подобием скалы. Я на краю стула, будто на выступе скалы. Я прыгаю со стула и одновременно подкидываю игрушечного дракона. В этот миг ко мне приходит образ-решение одной задачи, над которой я бился несколько месяцев. Образ высвечивает, как молния. Решение вспыхивает озарением.

Каждый сон я воспринимал как указатель, говорящий прямо и без иносказаний. Я стал получать образование через сны. И таким же способом я читаю книги. Я называю это *каскадным методом*. Беру книгу. Читаю, пока не натыкаюсь на какую-нибудь сноску или имя. После чего ищу другую книгу – которая ассоциируется с указанной сноской. Читаю ее. И так далее.

Каскад захватывает и увлекает. Он раскрывает мир веером. Скучать некогда. Жизнь становится приключением. Жизнь превращается в приключение

Мне кажется, я осознал причину человеческого томления: а) человек хочет чуда, б) человек жаждет приключения, в) человек боится скуки. При неудовлетворении данных пунктов возникает и общая неудовлетворенность – собой, другими, жизнью.

Пункт а) – это стойкий остаток детского мироощущения, когда все казалось чудесным и, соответственно, скучать не приходилось. Пункт а) органически порождал пункт б) – ребенок мог пережить яркое приключение, не покидая границ своей игровой площадки. Я помню, как в шесть лет забирался на шкаф и пролетающими легкими часами обитал на нем.

Размеры игровой площадки при этом не имели значения.

Скучающий ребенок – это пораженный, травмированный и депрессивный ребенок. Ему удалили орган чуда, как здоровый зуб.

Скучающий взрослый – это пораженный, травмированный и депрессивный взрослый. Он сам удаляет у себя орган чуда, который всегда вырастает на месте прежнего – удаленного. Удаляет и выплевывает. Он хорошо научился анестезировать собственную совесть. Проблема в том, что, когда "заморозка" отходит, душа начинает болеть.

Видимо, не следует замораживать душу.

Перефразируя слова классика, спокойно отметим: В ЖИЗНИ ВСЕГДА ЕСТЬ МЕСТО ЧУДУ.

**Психотехника: психогеометрия Фэн-Шуй**

Источник: Э. Цветков. Гений Жизнетворчества

Суть подхода: по закону синхронистических соответствий определенные направления пространства имеют определенное смысловое содержание. На данном принципе и строится "психогеометрия" Фэн Шуй.

###### Алгоритм психотехники

Оказавшись на пороге собственного жилища, исследуйте свое пространство, используя следующую последовательность:

**"То, что впереди меня"**.

Изучите данное поле пространства, отмечая, какие сообщения из него исходят, определяя последние в соответствии с алгоритмом:

* Цвет (или цвета)
* Форма (формы)
* Линии
* Предметы
* Освещенность
* Общее ощущение, которое вы начинаете испытывать, вовлекая себя в созерцание данного направления.

Затем изучите подобным же образом и остальные зоны, для удобства используя графический чертеж:

*Матрица 1. Топография*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| "Впереди и слева" | "То, что впереди меня" | "Впереди и справа" |
| "Слева от меня" | Центр | "Справа от меня" |
| "Сразу по левую руку от меня" | "Здесь я стою" – "Порог" "Север" | "Сразу по правую руку от меня" |

В каждую ячейку данной таблицы впишите результаты своих наблюдений.

А теперь мы обратимся к модели, отражающей синхронистические взаимосвязи пространства и смыслов нашей жизни.

*Матрица 2. Символическая топография*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| "Впереди и слева"  **Сила** Богатство | "То, что впереди меня"  **Будущее** Слава. Звание | "Впереди и справа"  **Супружество** Отношения с людьми |
| "Слева от меня" Отношения в обществе | **Центр** Средоточие сил | "Справа от меня" Потомство **Результаты моих трудов** |
| "Сразу по левую руку от меня"  **Мудрость** Знания | "Здесь я стою" – "Порог"  **Индивидуальность**  **Карьера** | "Сразу по правую руку от меня"  **Друзья**  **Поддержка. Помощники.** |

Сопоставьте матрицу "схемы" с композицией своего жилого пространства, или той его части (например, отдельной комнаты), которую вы хотите исследовать более детально.

Затем проанализируйте состояние всех восьми направлений: насколько они "запущены", "обветшали", "перегружены" или "пусты". Немного поразмыслив, вы придете к интересному выводу – ваши соответствующие жизненные области пребывают в таком же состоянии.

Теперь:

1). Проанализируйте ту часть вашего жилого пространства, которая расположена напротив входа (в дом, квартиру, комнату, гараж, то есть поле "мое будущее" и выявите там негативные знаки:

* вещи, имеющие отношение к прошлому
* старые фотографии
* пыль, плесень
* трещины
* коробки для хранения ненужных вещей
* захламленность, замусоренность
* пустое, безжизненное пространство
* увядшие, высохшие или искусственные растения, несущие в себе некросимволику (символику умирания)

2). Реорганизуйте эту часть, населив ее позитивными знаками:

* картины, символически отражающие вашу цель, мечту, намерение
* надписи со словами, выражающими вашу цель, мечту, намерение
* активный цвет – красный, желтый, зеленый
* треугольные или конические формы
* здоровые, развивающиеся растения
* ликвидируйте пыль, плесень
* освободите данное место от завала и захламленности

3). Таким образом, входя в свое жилое пространство, вы будете сразу встречаться взглядом не с закисающим, унылым куском помещения, а с тем местом, куда вам хочется смотреть и куда захочется идти. Ваш мозг получит новую программу. Изменится контекст вашей жизни – изменятся и события.

**Сектор входа – "Индивидуальность – Карьера"**. Индивидуальность – это сосредоточенность на моменте настоящего, на той обстановке, в которой непосредственно проявляет себя наше "я". И наше текущее состояние определяется тем, насколько комфортно, гармонично, органично мы себя в нем ощущаем. Точка "я" представляет собой ту опору, от которой начинается переход в будущее.

Мы открываем дверь, мы оказываемся на пороге нашего жилого пространства, наш взор автоматически сразу устремляется вперед, в "будущее", над которым мы только что поразмыслили. Но наш взор оказывается быстрее, проворнее, и мы не успеваем за ним, когда он уже оказывается в будущем, мы пока еще пребываем в настоящем, встречаясь лицом к лицу с ним в позиции индивидуальности.

Таким образом, индивидуальность соотносится с дверью – и дверью нашего восприятия, и входной дверью жилого пространства.

Поэтому поле, непосредственно примыкающее к двери, расскажет о том, насколько вы укреплены в настоящем, и, стало быть, насколько вы удовлетворены как личность, в какой мере ваши насущные потребности реализуются или же блокируются. На языке психологии данная альтернатива описывается терминами *аутентичность* – осознавание себя спонтанным, свободным, раскованным и *фрустрация* – зажатость, скованность, ощущение ограничений.

Негативные факторы поля "Точка Я":

* Неисправный дверной замок
* Любые дверные повреждения
* Скользкий пол
* Тусклое освещение
* Пустота
* Захламленность

Позитивные знаки поля "Точка Я":

* Исправная дверь
* Хорошее освещение
* Присутствие спокойного цвета, в классическом варианте – синего
* Аккуратный коврик перед входом
* Аккуратный пол

Нарушенная зона индивидуальности в жилище человека выдает его фрустрированность. Такие люди недовольны собой, и свое недовольство проецируют на окружающее или на окружающих. Они наполнены многозаботливостью, суетностью, подвержены вспышкам раздражения, сменяющимся периодами неуверенности и эмоциональной безучастности. И они в буквальном смысле не дружат с собой.

### Исследование левой территории площади

В системе психогеометрической матрицы мы увидим, что здесь располагаются поля – "мудрость", "отношения", "сила".

Мудрость – это способность видеть суть вещей и процессов на основе творческого сплава интуиции, обучения и знаний, полученных в результате обучения.

Наши отношения в обществе выражают нашу жизненную мудрость, нашу жизненную философию, на основе которой мы вычерчиваем свою индивидуальную социальную траекторию.

И, в конечном итоге, наша сила, прагматическим выражением которой является способность к поддержанию жизнеобеспечения, становится концентрированным фокусом нашего научения (мудрости) и наших отношений.

**Поле "Мудрость"** – сразу слева от входной двери – отражает взаимоотношения с учебой, стиль и особенности познавательных процессов, формирование базового жизненного опыта, создание моделей индивидуальной жизненной философии.

Негативные знаки:

* пустота
* хаос, загромождения
* телевизор
* фотографии прошлого
* запущенные растения

Позитивные знаки:

книги

* стереооборудование
* кресло для чтения
* желтые и коричневые цвета

**Поле "Отношения в обществе"** – слева – соотносится с социальным самопроявлением, способами и степенью эффективности установления связей с окружающими.

Негативные знаки:

* пустота
* ширма
* хлам
* дневники
* альбомы с вырезками

Позитивные знаки:

* награды за общественные заслуги
* телефон
* компьютер
* средства связи

**Поле "Сила и финансовые достижения"** – между полями "Будущее" и "Отношения в обществе" – отражает способность активно действовать, проявлять энергичность, инициативу, воздействовать на окружающую среду. В прагматическом аспекте данный сектор соотносится с темой денег и материального обеспечения. Активизация данного участка способна задействовать такое качество как целеустремленность.

Негативные знаки:

* незаконченные долгосрочные проекты
* загромождения, завалы
* неухоженная мебель
* пустота

Позитивные знаки:

* дипломы и награды
* здоровые растения
* зеленый цвет
* предметы хобби

### Исследование правой территории площади

Левое полушарие функционирует в режиме, отвечающем за:

опыт

прошлое

анализ

словесную и числовую передачу информации

В психогеометрической матрице справа от "точки Я" располагаются поля – "Помощники", "Потомки и творчество", "Семья".

**Поле "Помощники"** – находится сразу по правую руку от входа и синхронизируется с учителями, людьми, оказывающими содействие, покровителями. Недаром во все времена помощников и советников именовали не иначе как "правой рукой". Это место, которое символически соотносится не только с тем, кто может оказать нам покровительство, но и с Учителем метафизическим.

Негативные знаки поля "Помощники":

* завал
* пустота
* плохое освещение

Позитивные знаки:

* стул или кресло
* фотографии авторитетных фигур
* Белый, золотой, серебряный цвета
* металлические предметы
* округлые формы

**Поле "Потомки – Творчество"** следует за полем "Помощники" по правой стороне. Здесь возникает вопрос – отчего два понятия, которые на первый взгляд могут показаться не соотносящимися, поставлены рядом в одной связке? В действительности, между ними существует связь, и весьма символически обусловленная. Вспомним, что в астрологии традиционный пятый "дом детей" также определяется еще и как "дом творческого самовыражения". Смысл данного совмещения понятий легко раскрывается, когда мы осознаем, что наши дети представляют собой нашу "творческую продукцию", а творческие свершения в интеллектуальных областях или искусстве часто фигурируют в таких идиомах как "плоды трудов", "рождение произведения" и т.п. Многие писатели сравнивают процесс создания романа, который именуют не иначе как "моим детищем", с вынашиванием и разрешением от бремени.

Негативные факторы:

* хлам
* пустота
* свои собственные фотографии
* оборудование для физических упражнений

Позитивные факторы:

* фотографии детей – если вы хотите активировать именно тему детей
* рукописи, творческие проекты, собственные изделия – для активации темы "творчество"
* Белый, золотой, серебряный цвета
* металлические предметы
* округлые формы

**Поле "Супружество"** и в более широком понятии – **"Взаимоотношения"** располагаются на территории дальнего правого угла и отражает состояние наших контактов с другими людьми. Это одна из фундаментальных тем не только нашего существования, но и нашего бытия, чей смысл выходит далеко за пределы простого обывательского добрососедства или урегулирования внутрисемейных отношений. Аспект, связанный с *любовью к другому*, предполагает настоящий прорыв в самоосознании, фокусирующий личность на ее взаимоотношениях с Большим Миром вообще. Поэтому в расширительном толковании под семьей можно подразумевать не только проживание нескольких тел под одной крышей, но и переживание мистического единения с другими, мистической сопричастности той общности, с которой мы связаны великим множеством видимых и невидимых нитей.

Я знаю людей, которые, будучи холостыми по семейному статусу, являются гораздо более семейными, чем формально добропорядочные семьянины, страдающие от тайного одиночества.

Как бы там ни было, вы можете активизировать данный сектор в зависимости от ваших предпочтений, акцентирующихся на той или иной грани понятия "семья".

Негативные знаки:

* пустота
* завал
* ширма
* коробки со старыми бумагами
* изображения одиноких людей

Позитивные знаки:

* цветы, растения
* минимум два стула или кресла
* изображения нескольких людей
* коричневый, желтый, красный, розовый, терракотовый , оранжевый цвета
* квадратные формы

**Центр** – средоточие жизненных сил, регулятор энергетических потоков; фокус, соединяющий и распределяющий влияний всех направлений. Психологически он может восприниматься как поле стабильности и удовлетворения. Его метафизическая интерпретация – срединная точка Вселенной, Великое Основание. А в прагматическом прочтении он определяется как зона удачи.

Будучи потревоженным, дезорганизованным, пребывающем в хаосе, загроможденности, беспорядке, равно как и пустоте, центр перестает функционировать как эффективный регулятор процессов, и его нарушение повреждает деятельность всей системы жизнедеятельности в целом.

Позитивные знаки:

* выделенность центра
* яркое освещение
* яркий ковер
* произведения искусства

**Итоги**

Мы исследовали девять базовых полей жизнедеятельности и жизнетворчества – восемь направлений и центр. Теперь подведем краткие итоги:

1. Восемь направлений пространства символически и психофизиологически могут быть соотнесены с основными темамии жизнедеятельности – жизнетворчества. Подобный тематический параллелизм был обнаружен Карлом Юнгом и получил название – *синхрония*.

2. Процессы, осуществляющиеся в жизни, взаимодействуют между собой с использованием принципа обратной связи.

3. Обратная связь реализуется синхронистическим образом, наглядным выражением которого является психогеометрическая матрица.

4. Влияя на пространство, мы способны повлиять на состояние нашей жизнедеятельности и ее качество, на события и ситуации, что, в сущности, и является одним из механизмов жизнетворчества.

5. Главная стратегия психогеометрической коррекции состоит в том, чтобы нейтрализовать негативные знаки-послания и активировать позитивные.

6. К универсальным негативным посланиям относятся следующие:

* пустота
* хлам, завал, мусор
* нагромождение, беспорядок, хаос
* тусклое освещение
* неприятные запахи
* место, в котором ощущается сенсорный и эмоциональный дискомфорт
* несоответствие темы места с темой предметов, вещей, изображений, наполняющих его
* любое неудобство, оказывающее сковывающее или стесняющее действие в данном месте
* увядающие, увядшие, больные растения

7. Универсальные позитивные знаки:

* место удобное и доступ к нему удобен
* хорошее освещение
* нахождение в данном месте вызывает ощущение дискомфорта
* место уместно – это значит, что "населяющие" его объекты тематически соответствуют его символическому содержанию и наоборот (например, ящик с инструментами. расположенный в месте супружеских отношений оказывается неуместным. если вы не преследуете цель эти отношения "демонтировать")
* цветущие, здоровые растения
* предметы, "оживляющие", динамизирующие место – мобили, вентиляторы, подвижные объекты
* кристаллы – впрочем, если у вас нет желания в своем жилище создавать минералогическую коллекцию, то вы с успехом можете заменить кристаллы любыми хрустальными изделиями, например, люстрой или вазой, которые окажут точно такой же эффект
* соразмерность пропорций
* порядок

8. Из сказанного вовсе не вытекает, что искусство психогеометрической композиции сводится к банальной уборке квартиры. Периодическое выбрасывание старых, ненужных вещей и освобождение от мусора еще не гарантирует вам ни счастья, ни стремительных взлетов карьеры, ни финансового благополучия, ни семейного уюта. В лучшем случае вы приучите себя к опрятности и чистоплотности (что тоже, в общем-то немало). Мы встречаем достаточное количество неудачников, проживающих в идеально убранных квартирах. Хотя ухоженный неудачник уже и не такой уж неудачник, как это может показаться на первый взгляд. Поэтому, даже такой, вроде бы, неприхотливый и "приземленный " фактор как экологическое состояние собственного жилища способен оказаться вполне мощным и дееспособным стимулятором жизненных преображений. Не стоит впадать в высокомерные амбиции и, претендуя на некую исключительность, недооценивать "простые истины". Зачастую именно их игнорирование оборачивается для нас коварными ловушками и досадными недоразумениями. Мы попадаемся, в основном, на мелочах.

9. Поэтому если мы решились на что-то крупное, начинать, все же, следует с малого, потому что надо же с чего-то начинать. И, как правило, когда мы хотим реализовать некую идею, мы, прежде всего, составляем проект, план, позволяющий в перспективе увидеть путь, по которому следует процесс от замысла до его итогового воплощения.

Нашим стратегическим планом может оказаться план нашего собственного жилища. Спроецируем на него психогеометрическую матрицу и инициируем эпоху осознанных перемен.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| "Впереди и слева" | "То, что впереди меня" | "Впереди и справа" |
| "Слева от меня" | Центр | "Справа от меня" |
| "Сразу по левую руку от меня" | "Здесь я стою" – "Порог" | "Сразу по правую руку от меня" |

10. Здесь срабатывает метафизический закон:

**Когда мы вносим ясность в свою жизнь,**

сама наша жизнь проясняется.

**А ясная жизнь – это легкая жизнь.**

**Кто ясно мыслит, тот ясно существует.**

**Прояснение - это основа просветления.**

Синхронистические психотехники

(основы юнгианского тренинга)

Источник: Э. Цветков. Гений Жизнетворчества

Суть подхода: в жизни нет случайностей, но если вглядеться повнимательнее в ее композиции, то можно обнаружить значимые совпадения, которые Карл Юнг обозначил термином "Синхрония". Начав замечать и осознавать подобные явления, вы значительно расширите свои творческие возможности и сформируете дар ясновидения.

**Синхронистичность (синхронизм, синхрония) –** термин, описывающий явление, в котором события, происходящие в одно и тоже время, хотя и оказываются различными, но несут в себе одинаковое символическое (*архетипическое –* об архетипах речь пойдет дальше*)* значение.

И в подобной ситуации значение оказывается чем-то большим, чем просто значение – оно становится *значимостью*.

Иными словами, синхронию можно определить как значимое совпадение, насыщенное смыслом.

Юнг постулировал 4 основных положения синхронии, в которых она представляется как:

1. "Акаузальный (т.е. выходящий за пределы причинно-следственного формата) связующий принцип.
2. Явление, относящееся к событиям, связанным по смыслу, но не по причине.
3. Явление, относящееся к событиям, совпадающим во времени и пространстве, но которые можно рассматривать и как имеющие значение психологические связи.
4. Явление, связующее психический и материальный миры.

Обнаружив проявление данного принципа, Юнг сделал акцент на том, что синхронистический опыт возникает, прежде всего, там, где пересекаются два типа реальности: "внутренний" и "внешний":

*"Не только возможно, но даже весьма возможно, что психика и материя есть два разных аспекта одного и того же. Явления синхронии, как мне кажется, указывают именно в этом направлении, так как они показывают, что непсихическое ведет себя как психическое, и наоборот, без какой-либо причинной связи между ними".*

**Психотехника: Синхрологический праксис**

Праксис отслеживания синхронизмов является мощным средством, стимулирующим такие состояния, как: наблюдательность; мистическое чутье (так называемое, шестое чувство); прогностические способности; "чтение мыслей; глубокая и тонкая интуиция; обострение восприятия.

Значительным преимуществом данного метода является то, что он не требует каких-либо специальных условий, но вполне приемлем в пространстве повседневной жизнедеятельности. И, чтобы его мастерски освоить, достаточно осознать главный, основополагающий принцип, лежащий в его основе:

СИНХРОНИЗАЦИИ НЕ ЯВЛЯЮТСЯ ЛИШЬ В МОМЕНТЫ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНЫХ, ЭКСКЛЮЗИВНЫХ ЯВЛЕНИЙ.

НО ОНИ ПРИСУТСТВУЮТ ЕЖЕДНЕВНО, И ПРИ ЭТОМ ДАЖЕ НЕ ОДНИ, А ДО НЕСКОЛЬКИХ РАЗ, А ТО И ДЕСЯТКОВ РАЗ В ДЕНЬ.

Таким образом, для того, чтобы их уловить и "выловить", вовсе нет никакой нужды каким-то особым образом изменять свое сознание или искусственно "расширять границы восприятия". Достаточно быть просто внимательным и последовательно отслеживать взаимосвязи между впечатлениями и ситуациями. В этом нет ничего сложного, и подобная практика через короткое время становится чем-то вроде "психологического второго дыхания".

Предлагаемый праксис (как и все остальные праксисы программы "гений жизнетворчества") осуществляется в естественной спонтанности той ритмики вашего существования, в которую вы вписаны органичным способом. Не надо мудровать и что-то придумывать. Все, что здесь необходимо – это выделять время примерно с полчаса перед сном.

Далее – устраивайтесь, как желаете, не одолевая себя заботами о "правильной позе".

И начинайте вспоминать прожитый день – во всех его мельчайших подробностях: от момента пробуждения до момента, в котором вы пребываете, выполняя данный процесс. Так по обыкновению своему поступал Цицерон, тренируя память.

Но мы намерены получить и еще один результат – сформировать цепкое синхрологическое внимание.

Поэтому, кроме мысленного воспроизведения течения минувшего дня, сопоставляйте его события между собой, независимо от того, в какое время они произошли – не покажутся ли какие-то из них созвучными друг другу? Речь не идет о буквальном сходстве или абсолютно идентичном повторении, ибо дважды никуда невозможно войти. Важно другое: не объединяются ли они общим смыслом, не сходятся ли в каком-то одном значении?

В качестве же своеобразного "компаса синхронизмов" можно воспользоваться прилагаемой ниже матрицей:

Граф А. Событие – Событие/ Разное время того же дня

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Событие 1  Краткое описание | Время События 1 | Событие 2  Краткое описание | Время События 2 |
| Вариант 1 – Полное повторение явления | | | |
| Пример: утром по дороге в город я увидел машину | Примерно в 8.30 | Пример: вечером по дороге из города я увидел машину той же марки, того же цвета и с тем же номером, что и утром | Примерно в 21 |
| Вариант 2 – Частичное повторение явления | | | |
| Пример: утром по дороге в город я увидел машину | Примерно в 8.30 | Пример: вечером по дороге из города я увидел машину: той же марки, и с тем же номером, что и утром, хотя и не того же цвета | Примерно в 21 |

Граф В. Событие – Событие / Время одно

|  |  |
| --- | --- |
| Я | Окружающий мир: собеседник, книга, телевидение, природа… любой объект окружающего мира… |
| Совершил некое действие. Например: засмеялся | Кто-то в это же время засмеялся (герой фильма, передачи, книги и т.д.) |
| Что-то произнес | Кто-то произнес то же самое (герой фильма, передачи, книги и т.д.). Или: увидел надпись с аналогичной фразой на плакате. |
| Подумал | Увидел или услышал содержание моей мысли во внешней среде |
| Почувствовал | Увидел или услышал содержание моего чувства во внешней среде |
| Ощутил | Нечто схожее со своим ощущением обнаружил вовне |

Данный тип синхронизмов активно используется в художественной литературе в качестве так называемых параллелизмов – когда внутреннее состояние героя обнаруживает соответствие с состоянием окружающего его мира. Фраза наподобие "темные сумрачные облака висели над его головой, потревоженной мрачными раздумьями", является иллюстрацией параллелизма.

Жизнь пронизана параллелями. Причем такими. которые всегда сходятся и пересекаются.

Если же линии не сходятся и не пересекаются, то они – не параллельны. Такова геометрия бытия, и она отличается от аналогичной математической дисциплины, преподаваемой в школе.

Однако, чтобы уловить точку схождения жизненных параллелей. иногда требуется увидеть перспективу временного интервала, превышающего размер одного дня. В этом случае воспользуйтесь как рабочим инструментом следующим графом нашей матрицы:

Граф С. Событие (Состояние) / Интервал времени превышает размер одного дня

|  |  |
| --- | --- |
| Событие или состояние | Символическое повторение через какое-то время, большее чем день |
| •Событие (ситуация, действие)  •Сон (или фрагмент сна, или элемент сна: цвет, форма, действие, ощущение, чувство, переживание)  •Внутренний зрительный образ  •Мысль  •Чувство | Отметить, когда данное событие символически или буквально повторилось |

Существует еще один метод синхрологического праксиса. Я называю его – "*Дежавю*-*память*", или "*Память*-*уже*-*виденного*".

Здесь вы направляете внимание на любое событие (состояние), актуальное для вас в данный текущий момент настоящего и произносите утверждение:

"Это уже когда-то было", или его варианты:

"Я это уже когда-то и где-то видел"…

"Я это уже когда-то и где-то слышал"…

"Со мной подобное уже когда-то и где-то происходило"…

Не пытайтесь вспомнить, когда и где именно в точности *это* происходило. Дежавю-память сама вспыхнет как озарение, а потуги усилий только помешают развитию естественного хода вещей. Кроме того, определение точной даты события, подобного переживаемому вами *в сейчас*, ни к чему, кроме документальной регистрации, не приведет – в лучшем случае вы похвалите себя за сообразительность. А дальше что?

Суть заключается, как раз, в другом, а именно: в том, чтобы активизировать ощущение, переживание *феномена узнавания.* Только тогда с вами будут происходить интуитивные вспышки и расширение *ясного видения* жизненных панорам.

Просто произносите в медитативной задумчивости фразу "это уже когда-то было" или ее вышеприведенные вариации, и ваше состояние будет незаметно, но неукоснительно сдвигаться к цели.

И еще: не рассматривайте как синхронию самые очевидные в своей повторяемости, ситуации, вроде каждодневного чаепития. Само по себе шаблонное, рутинное действие синхронией не является (если, конечно. оно не насыщается сакральным смыслом).

**Значимые встречи**

К синхронистическим явлениям относятся и так называемые значимые встречи. Вот что о них говорил Юнг: *"Встреча двух личностей подобна контакту двух химических субстанций - если они войдут в контакт друг с другом – обет трансформируются".*

Выберите минуту-другую и задумайтесь о:

значимых встречах в вашей жизни

новой работе

событиях, побудивших к интеллектуальному, духовному, эмоциональному развитию

критических точках, переломах, зигзагах в вашей судьбе.

Воспроизведите в памяти эти события, переживания или состояния.

Погружайте в них свое внимание, фиксируя мельчайшие детали, выплывающие из недр воспоминаний – до той минуты, когда вы это проделываете они, вероятно, пребывали в зоне вашего забытья, куда были вытеснены. Теперь вы выводите их на свет. В как бы рассматриваете их через увеличительное стекло и наполняетесь чувством озарения – таким, которое вспыхивает, когда совершают открытие или ощущают в себе ритмическую пульсацию нарождающегося стиха.

При сосредоточенной и внимательной интроспекции вы обнаружите, что всем этим значимым эпизодам предшествовали свои знамения.

Можно даже сказать смелее: данные события произошли, случились только потому, что вы интуитивно (бессознательно или осознанно) откликнулись, отозвались на сопутствующие им знамения, пошли, устремились вслед за ними или – позволили им повести вас за собой. Возможно, тогда вы и не постигали до конца, что это были знамения, указатели. Возможно, вы их и не воспринимали таковыми, хотя и смотрели прямо на них. Но каким-то шестым чувством, утонченно потаенным предощущением вы, все-таки, узнавали в них предвосхищения зачинающихся волнующих приключений.

А теперь вдумайтесь в следующее положение:

ЗНАМЕНИЯ ВОЗНИКАЮТ ЕЖЕДНЕВНО!

ЭТО ЗНАЧИТ, ЧТО КАЖДЫЙ ДЕНЬ НАПОЛНЕН ВОЗМОЖНОСТЯМИ ПРИКЛЮЧЕНИЙ И ВОЛНУЮЩИХ СОБЫТИЙ.

Вы спросите: Отчего же тогда они происходят совсем не каждый день, а случаются, дай-то Бог, если раз в десятилетие, и то хорошо?

Ответ прост: Оттого, что вы боитесь. Боитесь их увидеть, почувствовать, присоединиться к ним, откликнуться на них, устремиться за ними, дать им устремить вас за собой. Однажды вы пережили некий потрясающий опыт. И сказали внутри себя – хватит! такое больше не может повториться. Но в данном умозаключении и спрятался подвох, затаилась ошибка.

Все повторяется. Неповторимость – это только свойство памяти забывать.

И когда говорят о том, что люди склонны помнить хорошее, а плохое забывают – совершают еще одну ошибку. Забывают, как раз, чаще хорошее – потому что не воспроизводят его.

Ведь память – это не то, что мы лелеем в картинках, а воспроизведение событий. Все то, что с нами происходит и есть память.

Суеверная осторожность мешает вам всякий раз открывать для себя новое.

И здесь нет никаких противоречий – между соотнесением понятий *новое* и *повторение*. Для этого достаточно вспомнить правило: новое – это хорошо забытое старое.

Но дело в другом: боязнь чрезмерного везения глубоко коренится в человеке.

Внутри каждого обосновался свой Поликрат – "крушитель успеха", который и блокирует возможность сознания видеть все феерическое разнообразие возможностей, представляемых ему Вселенной.

Поликрат был тираном Самоса и невероятно удачливым человеком. Вот, что о нем пишет древнегреческий историк Геродот:

*"Замечательная удачливость Поликрата не осталась без внимания Амасиса (его друга, царя египетского), которого встревожила такая удачливость. Амасис написал и отправил на Самос следующее письме: "Амасис так говорит Поликрату: мне приятно слышать о процветании друга и союзника, но твое невероятное процветание не доставляет мне радости, ибо, насколько я знаю, оно вызывает зависть богов. Я желаю себе и тем, кого люблю, чтобы в жизни удача чередовалась с неудачей, и не было постоянной удачи. Ибо я никогда не слышал о человеке, который был бы удачлив во всех делах и в конце бы не встретился с бедой и полностью не разорился. Поэтому прислушайся к моим словам и так относись к своей удаче. Подумай о тех сокровищах, которые ты больше всего ценишь и с которыми ты меньше всего хотел бы расстаться. Возьми это сокровище и выбрось, чтобы оно никогда не попадалось на глаза человеку. Если после удачи не наступит неудача, спасайся от беды, сделав еще раз так, как я посоветовал тебе"!*

Поликрат последовал совету и выбросил в море драгоценный перстень с изумрудом.

Однако несколько дней спустя некий рыбак выловил огромную рыбу. Он подумал, что ее не удастся ее продать – слишком большая она и необычная. Тогда он решил преподнести ее в дар царю Поликрату.

Рыбу разрезали. В ее брюхе лежал выброшенный изумрудный перстень.

Амасис настолько сильно испугался, что прекратил дружбу с Поликратом, опасаясь попасть в беду, которая непременно должна наступить после такого невероятного везения.

В разных ситуациях и вариациях данная история воспроизводится – насттолько четко и явно, что мы можем выделить ее в отдельный комплекс – *комплекс Поликрата*.

Страх перед собственным успехом является пережитком языческих времен, когда полагали, что большому везению человека могут позавидовать боги, за что ему и отомстят.

Психологический же механизм подобного убеждения представляет собой проекцию собственной зависти и связанным с ней подсознательным чувством вины.

Вы втайне тревожитесь, когда вам хорошо, поэтому сами и укорачиваете сроки своего благоденствия.

Вы беспрестанно выкидываете свой изумрудный перстень, боясь расплаты за собственное счастье. В конце концов, вы добиваетесь своего, и вас, как Поликрата. свергают с престола и распинают. Вас распинают собственные мысли, которые иногда оборачиваются к вам ситуациями со стороны окружающей среды.

Поэтому не стоит внушать себе разрушительную установку, согласно которой исключительное, эксклюзивное, праздничное в жизни происходит лишь в отдельные и весьма отдаленные друг от друга моменты. Все это является нам каждый день. Просто оно проходит мимо, когда мы не замечаем его знамения. Оно проходит, уходит и не происходит.

Не бывает счастья незаслуженного. И если оно у вас есть, значит, вы обладаете им на полных правах. Если же его нет – стало быть, вы сами отвергли его.

Быть несчастным – это добровольное преступление против себя. И это не риторика, а логика. Раз вы чувствуете себя виноватым, следовательно, вы, виновны.

Одним из тяжелейших состояний для человека является его вина, возникающая в результате гложущего переживания по поводу того, что "ведь мог, ноне смог", "делал, но не сделал" и т.п. Всякая незавершенность, всякие "не до" занозой вонзаются в эмоциональную сердцевину бытия личности, которое в результате этого становится надрывным, надорванным и обремененным чувством надсадной тяжести, пусть даже и маскирующейся за приступами искусственно стимулированного веселья, за отчаянными попытками жадно получать удовольствия и "жить, как все". Человек выхолащивается в робота, для которого аквтиное размышление и осознанное делание становятся врагами. Таким образом, он подвергается своеобразной бескровной "лоботомии" и, подчиняясь воле верховного существа биомассы, становится ее безликим придатком, обреченным на прижизненное рабство механического – либо злобно-агрессивного, либо вяло-пассивного существования в навязываемых ему условиях "крысиных гонок" за социальный успех и пайку регламентированного наслаждения.

Еще Гете говорил, что "в мире идиотов больше, чем людей".

В наше время идиотов, лоботомированных масскультурой, становится еще больше. Но, к счастью, и количество людей прибывает, по крайней мере, не уменьшается, или, во всяком случае, этой прослойке населения не грозит процесс отмирания с переходом в класс "идиотов".

С другой стороны, и гетевский "идиот" всегда имеет шанс сойти со своей безликой плоскости и прорваться в стереометрию человеческого статуса.

Одним из центральных вопросов базовой человеческой нужды является побуждение проведать о своем предназначении и реализовать его. Подобный мотив, что называется, продиктован свыше, и потому именно он, на самом деле, является основополагающим в ряду таких тем, как – жизнь, судьба, счастье.

Исполнить свое предназначение, или, что то же самое, реализовать собственный дар, и означает –прожить насыщенную жизнь, обрести свою судьбу и встретить свое счастье. Тогда-то и приходит истинный успех. В обратном же случае наступает разочарование, сопровождающееся ядовитой и разъедающей, как щелочь, виной – не исполнил, предал, поступился…

Однако тут же возникает вопрос: как же определить, найти, "рассчитать" свое предназначение?

Но тут же открывается и ответ: через сопричастность надличному самовосприятию, предполагаемому в первую очередь, отречение от собственного эго – своеобразного микрочипа, вживляемому в нас биомассой.

Надличное же самовосприятие формируется путем приучения себя видеть Реальность в архетипических перспективах.

В этом, кстати, кроется и секрет успеха в его мирском понимании. Те люди, которые оставили свой след в истории, независимо от области своей деятельности, в любом случае, задействовали вышеуказанный принцип: отрыв от эго и проявление себя в архетипической интенсивности. Эти два условия дают возможность подключения к Системе.

Главное правило заключается в том, что без поддержки Системы – некой "космической крыши", субъект просто не способен функционировать в качестве дееспособной единицы. Это, все равно, что одному, необученному и невооруженному, идти против отряда вышколенных и прошедших полную боевую подготовку, профессиональных бойцов – сомнут, разорвут, сотрут.

Неважно, если ли у вас друзья и покровители рядом – в соседской социальной горизонтали.

Куда важнее их наличие *там*, наверху. Именно в таком случае человек перестает быть одиноким, даже если в мире он и предстает, как фигура, идущая в одиночку.

Мы не одни – когда смотрим наверх.

Включив в свою жизнедеятельность синхрологическую практику, вы вскоре отчетливо начнете видеть мир как систему сходящихся и сцепленных сюжетных линий в повествовании сплетающихся историй, где каждый эпизод исполнен значения и наполнен закономерностью. Вы почувствуете свою включенность и вовлеченность в единый Промысел Бытия, и такое чувство открывает источник непрекращающеся радости, поскольку он сопровождается осознанием себя не как лишнего, отчужденного винтика в бездушно-холодном механизме гигантской машины, штампующий события, но – как равноправного участника творческого процесса живой Реальности, рождающей истории.

Таким образом, каждый фрагмент своего существования можно представить не как случайный набор инерционных действий, но как прописанный и определенный *архетипический* сюжет.

Продолжая стратегию наших праксисов, закономерно перейдем от темы синхронии к теме архетипов.

**Понятие об архетипах**

Аналитическая модель человеческой личности рассматривает существование последней как целостную сумму психодинамических констант, называемых архетипами.

Архетип ***–*** это универсальный прототип.

Он: внеличностен, доличностен, дологичен, довербален, добиографичен, не формируется жизненным опытом, хотя и управляет последним. Также не зависит от конкретного времени, этноса, морали, культуральных установок. Поэтому он вне-историчен, над-историчен.

*Первообраз – Протоэйдос (первичная идея) – Образец – Матрица – Схема – Чертеж - в соответствии с чем осуществляется строительство и воплощение последующих форм и представляет собой* Архетип*.*

Архетипы локализуются в коллективном бессознательном и оттуда проецируются на все сферы нашего опыта.

*Коллективное бессознательное* – структурный уровень человеческой психики, содержащий наследственные программы. По словам Юнга - "Коллективное бессознательное содержит все духовное наследие человеческой эволюции, рождаемое каждый раз заново в мозговой структуре отдельного человека".

Само понятие архетипа, введенное Юнгом в 1919 году, может быть воспринято более осознанно и четко, если рассмотреть его в нескольких позициях, сопряженных, например, с данными генетики, биологии и нейрологии.

Так, например, чтобы мы ни говорили об индивидуальном разнообразии человеческих существ, все мы имеем одинаковый мозг и телесную структуру, и, следовательно, мы как бы обобщены единой тенденцией функционировать сходным образом. Такие проявления Реальности как рождение, половое созревание, вступление в брак, смерть представляют сходный опыт для всех людей. Это модели, которые передаются по наследству и представляют собой конкретные, устойчивые схемы нашей бытийности. Поэтому мы можем говорить об архетипе как об унаследованной предрасположенности.

Подобная предрасположенность имеет свойство повторяться и воспроизводиться в течение миллионов лет, и тем самым, индуцировать структурный психический фон, организующийся в виде определенной схемы и образующий систему обратной связи между архетипом и опытом – повторяющийся опыт создает устойчивые структуры, которые, становясь структурами архетипичными, начинают оказывать влияние на опыт, обуславливая его моделирование в соответствии с уже сформировавшейся схемой.

В данной связи Юнг говорит об архетипе как о "системе готовности к действию".

Если проводить аналогию с животным миром, то у представителей последнего наблюдаются "механизмы разрядки", обусловленные внеличностным инстинктом.

Юнг изначально соотносил понятие архетипа и инстинкта в плане выполнения ими сходных функций, снимая разделение между "биологическим" и "психологическим". Ведь по сути своей инстинкт и представляет собой ВМР – Врожденный Механизм Разрядки. Однако, подобная схема вполне применима и к людям, особенно в детстве. Наше поведение как бы "высвобождается", сообразуясь с врожденной системой восприятия и реагирования. При этом ВМР связывается с генетически заданной предрасположенностью реагировать на основные стимулы, такие как - родители, смерть, противоположный пол и т.д., свидетельствуя о наличии некой универсальной поведенченской системы выживания и приспособления к окружению. В таком случае архетип становится конкретным нейрологическим центром, координирующим репертуар нашего поведения.

С другой стороны, Юнг, выстраивая свою теорию Унитарной Вселенной, ввел понятие *психоидного бессознательного -* первичной упорядочивающей структуры, недоступной сознанию, но, тем не менее, такой, которая обладает "знанием" относительно выживания и судьбы. В этом плане хорошо известно высказывание Юнга о том, что подобно тому, как углерод человеческого тела является просто углеродом, психе на самом глубоком уровне своего существования является просто бытием.

Не смотря на то, что архетипов существует столько же, сколько существует житейских ситуаций, мы можем выделить вслед за Юнгом основные, базовые, прототипические схемы, в соответствии с которыми разыгрываются сценарии нашей бытийной и событийной драматургии.

**Базовые архетипы**

***Персона*** – представляет собой маску, облик, который принимает человек, оказываясь во внешнем мире. Поэтому персона являет собой архетип, облегчающий взаимоотношение и обмен в обществе и относится к той или иной идентификации, которая предполагает выражение определенной социальной роли – профессиональной, половой или эзотерической. В свое время (которое осталось в прошлом только исторически, но актуально живет и поныне) "магический престиж" человека определялся тем, насколько он мог покинуть сферу коллективной психики, отделиться от толпы и предстать в индивидуальном, неповторимом образе. Это происходило благодаря активации архетипической Персоны, выступающей в роли посредника между эго и окружающей средой.

Таким образом, персона, будучи с одной стороны связанной с адаптацией к сознательному и коллективному, с другой выражает возможность выделиться из этого коллективного, стать "фигурой на фоне".

Вместе с тем, как указывал Юнг, любая безмерная идентификация с архетипом приводит к искажению процесса индивидуации – личной эволюции, и в случае с Персоной это грозит психической инфляцией, под которой в аналитической психологии понимается непомерное расширение, раздувание личности. Психологический эффект инфляции проявляется либо в мании величия, либо в чувстве неполноценности или, как правило, в их последовательном чередовании.

Об идентификации с персоной мы говорим в том случае, когда субъект слишком интенсивно срастается со своей социальной ролью и полностью себя с ней отождествляет ("я – юрист", "я – родитель" и т.д.).

***Тень***. Негативная сторона личности, обычно отвергаемая сознательным эго, сумма всех его неприятных качеств. По определению самого Юнга "это как то, чем человек не хотел бы быть… Каждый носит с сбой тень, и чем меньше она подключена к индивидуальной сознательной жизни, тем она темнее и гуще… Если теневая сторона подавлена и изолирована от сознания, то она никогда не будет исправлена, и постоянно имеется возможность ее внезапного прорыва в самый неподходящий момент. Так что, по всем подсчетам, она создает бессознательное препятствие, мешая нашим самым благонамеренным побуждениям и порывам. Мы несем в себе свое прошлое, а именно примитивного, низкого человека с его желаниями и эмоциями… Если дело доходит до невроза, то мы неизменно сталкиваемся с сильно увеличившейся тенью".

***Анима и Анимус***. Анимус являет собой внутренний образ женщины, хранимый мужчиной, и, будучи образом, проявляется как архетип значения. Анима проявляется как мужское начало, действующее в женской психике и выражает архетип самой жизни.

Анима и Анимус действуют как интегративное целое, согласующееся с принципом мужской или женской природы вообще и выступают как психопомпы – проводники душ, способные стать необходимыми связующими звеньями в раскрытии творческого потенциала личности.

Сам Юнг, считая важнейшей частью психотерапевтической работы разрешение проблем с Анимусом и Анимой, описал влияние последней следующим образом: "Персона – идеальная картина мужчины, каким он должен быть, внутренне скомпенсирована женской слабостью, и в той степени, в какой мужчина играет роль сильного снаружи, внутри он оказывается слабой женщиной, то есть анимой, поскольку именно анима реагирует на персону".

Анима как "женщина внутри" детерминирует эволюционные аспекты мужской личности, управляя жизнью его чувств и аффектов, предопределяя его влюбленности, интимные предпочтения, привязанности, особенности брака и интимной жизни. Архетипическая анима проявляется в четырех главных образах, проецирующихся на женщин: 1. Ева, воплощенная в Матери-Земле. Ее положительный аспект олицетворяет жизнеподдерживающий принцип – питание и заботу. Отрицательный сдерживает развитие, ограничивает, например, перекармливает. 2. Елена, представляющая соблазнительницу, сексуальный объект. В позитивном аспекте она выступает как источник вдохновения и восхищения, в негативном предстает фигурой, манипулирующей своим очарованием. 3. Мария – духовная мать. В своем положительном проявлении она – личность независимая, цельная, защищающая свои интересы, в отрицательном проявлении она ведет себя отчужденно, держится в стороне и требует высоких достижений за счет личных отношений. 4. София – воплощает образ мудрости. Как положительная фигура акцентирует в себе это качество, как отрицательная – использует мудрость и знание в разрушительных целях.

Анимус у женщины формирует ее мнения, участвует в принятии важных решений, структурирует сферу ее ценностей и идеалов, а также акцентирует аспект, связанный с властью, типичными проявлениями которой становятся профессиональная карьера и светская жизнь. Юнг описал четыре стадии развития анимуса у женщины: 1. Воплощение физической силы - атлет, мускулистый человек или разбойник. 2. Инициатива и способность к планируемому действию. За этим кроется желание независимости и стремление сделать собственную карьеру. 3. "Слово", персонифицирующееся в образах профессора или священника. 4. Воплощение духовного смысла.

***Материнское Имаго****.* Это материнский комплекс, представляющий собой потенциально активный компонент психики, получающий информацию, прежде всего, от переживаний личной матери. Сам по себе материнский образ как архетип биполярен и расслаивается на два представительства Великой Матери – образ "хорошей" матери и образ "плохой" матери.

***Позитивный полюс Великой матери*** реализуется в таких проявлениях как - Материнская забота и симпатия; мудрость и духовный подъем, превосходящие чистый разум; любой благотворный инстинкт или импульс; все, что милосердно, все, что лелеет и поддерживает, помогает росту и плодовитости.

***Негативный полюс Великой Матери*** - Нечто потаенное, скрытое, темное; бездна, мир мертвых, все, что поглощает, совращает и губит, что ужасает и неотвратимо, подобно року.

***Пуэр – Вечное Дитя.*** Архетип отражает двойственную природу: возможность примирения борющихся противоположностей, через этот архетип дается чувство судьбы и смысла существования; с другой стороны – невротический компонент личности, отрыв от корней.

***Старец-Мудрец*:** Эволюция. Инициация. Развитие. Путь. Новые начинания.

***Психопомп*** – посредник между священным и мирским мирами.

***Сенекс – Старый Король*** – выражает собой патриархальную структуру, таинственность, одиночество.

***Мудрая Старуха* –** Архетипический образ смысла и мудрости, персонифицированный Великой матерью.

***Мана – Личности****.* Слово "мана", полинезийского происхождения, заимствовано из антропологии и означает экстраординарную, непреодолимо сверхъестественную силу, исходящую от определенных людей, объектов, действий и событий, а также от обитателей мира духов. Понятие "мана" можно сопоставить с наличием всеохватывающей жизненной силы, изначального источника роста или магического исцеления, первобытной идеей психической энергии. Данная сила входит в тех, кто приобщился к духовному миру и избирает для своего местопребывания магов, медиумов, священников, врачей, святых или юродивых. Современный аналог понятия "мана" – харизма. Поэтому, когда мы говорим о харизматических личнотсях, мы невольно предполагаем наличие у них этой мистической силы. Во время кризисов, пограничных ситуаций, переходных периодов люди особенно восприимчивы к притяжению так называемых Мана-Личностей, которые, в свою очередь, соотносятся с *Нуминозной группой*.

**Нуминозная группа.** Понятием "нуминозное" Юнг обозначал такие явления внутреннего мира как вера, сознательная или бессознательная, готовность довериться трансцендентной силе, встреча с опытом экстраординарных переживаний мистического порядка. В то же время "нуминозное – это… невидимое присутствие чего-то, вызывающее особого рода изменение сознания". К нуминозной группе можно отнести такие архетипы как Трикстер, Нуминоз, архетип Трансформации-Смерти-Возрождения.

***Трикстер***: Разрушение старого. Прорыв в сферу нового опыта. Возможность преобразования бессмысленного в осмысленное. "Мудрый Дурак". "Судьба, играющая злые шутки" и вместе с тем – путь к интеграции.

***Нуминоз***: Жертвоприношение. Посвящение. Нечто загадочное и пугающее. Готовность довериться трансцендентной силе.

***Трансформация-Смерть-Возрождение***: Перемены. Кризисы. Смерть. Рождение.

***Ось Эго/Центр (Self): Путь индивидуации* –** обретения интегральной целостности.

***Центр (Self):*** Архетип целостности – наиполнейшего психического потенциала; регулирующий центр психического.

***Эго*:** Ограниченный и незавершенный центр сознания.

Движение по оси *Эго/Центр* есть процесс индивидуации.

*Индивидуация* же представляет собой обретение индивидом целостности, развитие личности, процесс в результате которого человек становится "неделимым, т.е. обособленным нераздельным единством или целостностью" (Юнг).

Таблица архетипических соответствий

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание архетипа** | **Психологическое и когнитивное значение** | **Архетип по Юнгу** |
| Власть, активное самопроявление. Эго. | Эго-Персона-Предъявление себя миру-"Внутренний отец". | **Персона**  Социальная роль. Престиж. Самопроявление в социуме |
| Плодородие, формообразование. Мать. | Эмоциональность-Бессознательное-  Материнское имаго – внутренний образ матери. | **Материнское Имаго – материнский комплекс**  Потенциально активный компонент психики, получающий информацию, прежде всего, от переживаний личной матери. |
| Свет, просветление, прозрение, добро, счастье, удача. | Образ "хорошей" матери | **Великая Мать – Позитивный полюс**  Материнская забота и симпатия; мудрость и духовный подъем, превосходящие чистый разум; любой благотворный инстинкт или импульс; все, что милосердно, все, что лелеет и поддерживает, помогает росту и плодовитости. |
| Зло, маяк темных сил, наваждения, искушения, обольщения | Образ "плохой" матери | **Великая Мать – Негативный полюс**  Нечто потаенное, скрытое, темное; бездна, мир мертвых, все, что поглощает, совращает и губит, что ужасает и неотвратимо, подобно року. |
| Интеллект, язык, общение. | Стиль информационного метаболизма – стиль взаимодействия с Другим | **Пуэр – Вечное Дитя**  Двойственная природа: возможность примирения борющихся противоположностей, через этот архетип дается чувство судьбы и смысла существования; с другой стороны – невротический компонент личности, отрыв от корней. |
| Женщина, притягательность | Анима-"Внутренняя женщина"-Способ эротической самотрансляции | **Анима**  Женственность. Взаимоотношения. Течение и красота жизни. Интуиция и восприятие. Вдохновение и воображение. Расслабление и покой. |
| Мужчина. Активность. Двигательная энергия. | Анимус-"Внутренний мужчина"-Способ трансляции личностной энергии | **Анимус**  Мужественность. Забота. Утверждение. Созидание. Руководство. Организация. Строительство. Агрессивная и проникающая энергия. Ориентация. Решительность. Инициация. Концентрация и напряжение. |
| Удачливость, честолюбие, экспансия, рост, изобилие | Принцип удовольствия-Разрешительный отцовский принцип | **Старец-Мудрец**  Эволюция. Инициация. Развитие. Путь. Новые начинания. |
| Равновесие. Баланс. Ключ к информации. Соединение противоположностей. | Образ мудрого отца | **Психопомп**  Посредник между священным и мирским мирами. |
| Ограничение, воля, работа, контроль, задержки, ответственность. | Супер Эго-Запретительный и контролирующий отцовский принцип | **Сенекс – "Старый Король"**  Патриархальная структура. Мастер таинственности и одиночества. |
| Хранительница знаний. Генофонд. Отлаженный механизм регуляции процессов. | Образ мудрой матери | **Мудрая Старуха**  Архетипический образ смысла и мудрости, персонифицированный Великой Матерью. |
| Озарение. Резкие, кардинальные преобразования | Внутренний ребенок, восстающий против авторитета отца – Характер протекания Эдипова комплекса – Способ переработки информационного коллективного бессознательного | **Трикстер**  Разрушение старого. Прорыв в сферу нового опыта. Возможность преобразования бессмысленного в осмысленное. "Мудрый Дурак". "Судьба, играющая злые шутки" и вместе с тем – путь к интеграции. |
| Вдохновение, мистический транс | Внутренний ребенок, бессознательно воспринимающий свою мать – Способ переработки эмоционального коллективного бессознательного | **Нуминоз**  Жертвоприношение. Посвящение. Нечто загадочное и пугающее. Готовность довенриться трансцендентной силе. |
| Концентрация энергетических ресурсов | Трансгенерационная взаимосвязь с одним из предков-Харизматический отцовский принцип-Способ переработки волевого коллективного бессознательного | **Трансформация - Смерть и возрождение.**  Перемены. Кризисы. Смерть. Рождение. |
| Программа эволюции | Сублимация | **Индивидуация-Центр**  Архетип целостности – наиполнейшего психического потенциала; регулирующий центр психического |
| Накопленный опыт | Регрессия | **Эго**  Ограниченный и незавершенный центр сознания. |

Главная польза архетипического видения состоит в том, что последнее формирует умение мыслить сюжетно и обнаруживать то, как в жизни выстраивается композиционный принцип.

Мы используем понятия, посредством которых осуществляем описание происходящего - события, ситуации, состояния. Любое явление, доступное нашему восприятию, мы, как правило, обозначаем приведенными характеристиками, говоря о "стечении обстоятельств" или о том, какие "события случаются у нас", или в какие "ситуации мы попадаем" – так или иначе, пытаясь все эти перипетии подвергнуть толкованию. Нам мало участвовать в происходящем. Наши побуждения проявляются также и в том, чтобы это происходящее осмыслить, обобщить его в некой теоретической парадигме, найти ему объяснение или оправдание, придать значимость. Характерные вопросы – "что за чем скрывается?", или "что это значит?" – являют собой точные свидетельства того, что душа человеческая ищет разъяснений. Объяснить явление – значит взять под контроль явление. Или во всяком случае, создать ощущение, что явление под контролем. Возможно, подобная установка лежит в основе мотивации поиска смысла жизни.

Желание выяснить механизм образования некоего события исходит из интуитивной догадки, ищущей причину происходящего во внеличностном факторе.

Люди верят в судьбу, даже если и открыто опровергают свое верование или вытесняют его. Потому что судьба – как понятие – отрицает любую случайность и утверждает приоритет закономерного, то есть осмысленного.

Люди бессознательно не приемлют идею случайности – хотя бы в качестве психической самозащиты. Потому что случайность убивает чувство смысла, вселяет в душу ужас абсурда и парализует волю.

Люди инстинктивно ощущают реальность сферы Надличного – той области, где сотворяется их биография и сплетаются повествовательные ходы их жизненных сценариев. В самом обыденном понимании такая сфера мыслится как родовое древо, память поколений и наследственность. В более сакральном постижении она выходит за рамки поля предков, уходя в пространства более таинственных и неведомых сущностей, представителями которых, в частности, и являются архетипы.

Вот почему, когда мы говорим о перспективе расширения психического видения, мы имеем в виду в качестве его компонента и познание аврхетипических энергий.

КОГДА ВЫ ОСОЗНАЕТЕ В СВОЕМ СУЩЕСТВОВАНИИ НАЛИЧИЕ ОПРЕДЕЛЕННОГО АРХЕТИПА, ВЫ НАЧИНАЕТЕ АКТИВНО С НИМ ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ.

В РЕЗУЛЬТАТЕ ТАКОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ВЫ ПОЛУЧАЕТЕ ЕГО СИЛУ.

ВАША ЖИЗНЬ НАСЫЩАЕТСЯ ИНТЕНСИВНОЙ ЭНЕРГИЙНОСТЬЮ И НАПОЛНЯЕТСЯ РЕАЛЬНЫМ ЗНАЧЕНИЕМ.

Значение же реально только тогда, когда оно синхронистично перекликается с соответствующим историческим или метаисторическим сюжетом.

Развивая идею об общих взаимосвязях, Юнг полагал, что в синхронистических событиях самое непосредственное участие принимают именно архетипы. Между явлением синхронии и архетипом существует непосредственная связь.

Вспомним: синхронии учащаются, когда происходит эмоциональная интенсификация.

В то же время: в условиях активации архетипа наступает состояние значительного повышения эмоциональной интенсивности и возникает усиление символического восприятия.

Чтобы пояснить сказанное, представим пример: Вы слушаете пожилого докладчика. Его присутствие невольно высвобождает вашу эмоциональную реакцию на архетип "Мудрого Старца". Таким образом, реальная фигура докладчика становится для вас определенным символом, соотносящимся со всеми качествами соответствующего архетипа – мудрость, знания, просветленность. Перед вами уже не столько физический субъект со своими комплексами, промахами, ошибками, заблуждениями, сомнениями, но "Мудрый Старец", чьи слова наполнены правдой и истиной. С вами произошло то, что называется *персонификацией архетипа* – вы личности конкретного докладчика приписали все атрибуты определенной архетипической фигуры. И такое изменение восприятия оказывается позитивным и, более того, благотворным! За счет эмоционального насыщения оно обостряет и уровень интеллектуально-интуитивной восприимчивости. Ваше усвоение информации в таком случае оказывается более эффективным и действенным. И в таком случае есть шанс, что кроме информации вы получаете еще и знание – поскольку здесь оказывается задействованным не только поверхностно-рациональный, но и глубинно-бессознательный уровень восприятия – как раз тот самый, где обитают наития.

Вся сущность нижеследующего праксиса и сводится к тому, чтобы научиться и приучиться перекодировать обыденные реалии жизни в символические архетипические значения, таковыми их воспринимать, и под таким углом видения вступать с ними во взаимодействие.

Данная процедура не представляет никакой сложности, если соотносить ее со словарем, указывающим соответствия между архетипом и явлением окружающего мира. Здесь понятие *явление* включает в себя все то, что попадает в поле восприятия – и объекты, и процессы, и ситуации, и состояния.

Архетипическая карта соответствий

При ознакомлении с архетипической картой соответствий обратите внимание, что каждый представленный архетип рассматривается в семи позициях:

1. Психологический аспект

2. Сильная сторона

3. Теневая сторона

4. Траектория развития

5. Персоналии

6. Биофизический аспект

7. Аспекты внешности

**Персона**

*Психологический аспект*: Эго. Персона. Сознание. Активность. Жизненная сила. Динамика. Экстраверсия. Начинание.

*Продуктивный аспект*: Уверенность в себе. Самореализация. Самостоятельность. Энергия. Динамизм. Творческая реализация.

*Теневой аспект*: Преувеличение собственных возможностей. Высокомерие. Колебания между наглостью и робостью. Трудности с самораскрытием.

*Аспект развития*: Поиск целостности и самореализация – «путь героя».

*Социальный аспект*: +: лидер, политик, отец, хозяин, организатор. -: тиран, эгоист, гордец.

*Биофизиологический аспект*: сердце, позвоночник, солнечное сплетение.

*Аспект внешности*: Рост высокий. Тело мясистое и полнокровное. Лицо светлое с правильным носом. Глаза большие, несколько раскосые (кошачьи). Волосы светлые. Склонность к облысению. Голова большая, круглая.

**Материнское Имаго**

*Психологический аспект*: Защита. Душа. Женское начало. Мир чувств, инстинктов, влечений. Бессознательное. Стремление к близости и покою. Ощущение дома, жилища.

*Продуктивный аспект*: Высокая чувствительность. Душевная открытость. Интуитивность. Творческое созерцание. Утонченная эмоциональность. Истина. Благодать. Добро. Спасение. Просветление. Милосердие. Побуждение к развитию. Прозрение. Пробуждение духа и творческих сил.

*Теневая сторона*: Эмоциональная лабильность. Раздражительность, капризность. Своенравность. Леность. Инертность. Тщеславие. Самодовольство. Ловушки. Обманы. Иллюзии. Прельщения. Зло. "Темная" сторона души и жизни. Искушения.

*Траектория развития*: Развитие интуиции. Развитие связей с Бессознательным. Гармонизация эмоциональной сферы. Обустроение дома.

*Социальный аспект*: врач-терапевт, целитель, социальный работник, духовник, писатель, артист.

*Биофизиологический аспект*: Желудок, вегетативная нервная система, матка, лимфа, женские грудные железы, жидкостные среды организма.

*Нюансы внешности*: Рост средний. Округлые линии. Отсутствие мускулатуры. Склонность к полноте. Рыхлые. Короткие конечности. Узкие плечи. Лицо округлое, бледное. Небольшой рот. Глаза глубоко посаженные, большие, серые. Волосы светло-каштановые.

**Пуэр – Вечное Дитя**

*Психологический аспект*: Эго. Разум и интеллект. Язык, комбинаторика. Информация. Посредничество. Средства коммуникации. Аналитический дар. «Связной» между сознательным и бессознательным.. Выражение мысли через слова. Любопытство. Желание учиться.

*Продуктивная сторона*: Интеллектуальность. Быстрое проникновение в сущность мыслей и идей и способность их адекватно выражать. Анализ, комбинаторика. Внимательность, наблюдательность. Неугомонная жажда познания.

*Теневая сторона*: Поверхностность интересов. Суесловие. Мошенничество. Шарлатанство. Делячество. Спекулятивность. Торгашество. Блеф. Манипуляторство. Легкомыслие. Цинизм.

*Траектория развития*: Сбор, анализ, синтез и передача информации. Поиск новых познаний. Критическая коррекция существующих идей, теорий и их творческая переработка.

*Социальный аспект*: писатель, преподаватель, лектор, коммерсант, врач-психотерапевт, исследователь, журналист, лингвист, ритор, переводчик, адвокат.

*Биофизиологический аспект*: Дыхательные пути, ЦНС, центры речи.

*Нюансы внешности*: Рост средний. Тело стройное, худощавое. Ноги короткие, походка быстрая. Лицо тонкое, удлиненное, с желтоватым оттенком кожи. Черты заостренные. Губы "бантиком" или тонкие. Лоб выпуклый. Острый нос. Глаза маленькие, узковатые, серые или темные. Волосы темные. У мужчин редкая борода.

**Анима**

*Психологический аспект*: Анима. Любовь. Чувство. Гармония. Дружба. Брак. Дары и подарки. Эротика. Страсть. Стремление к единению и слиянию. Эстетика. Чувственные наслаждения вообще (через слух, зрение, осязание, обоняние, вкус). Женское начало – анима. Молодая женщина, возлюбленная, независимая женщина.

*Продуктивная сторона*: Аттрактивность (привлекательность). Стремление к союзу, гармонии, равновесию, взаимопониманию. Элегантность. Приятное общение. Терпение, воспринимающее понимание, благожелательность. Нежность. Обаяние. Утонченность чувств и ощущений. Эстетика.

*Теневая сторона*: Фальшивость. Непостоянство. Поверхностность. Культивирование внешнего лоска. Тщеславие. Роль примадонны или «принцессы на горошине». Погоня за наслаждениями. Ненасытность. Лень. Инертность. Инфантильность. Грубость. Ревность. Подлость.

*Траектория развития*: Укрепление союза. Привнесение в жизнь аспекта прекрасного, создание в ней красоты, гармонии, соразмерности. Выработка и развитие чувства стиля, утонченных форм общения и вкуса.

*Социальный аспект*: Художник, дизайнер, артист, парфюмер, поэт-лирик, косметолог, музыкант.

*Биофизиологический аспект*: Слизистые оболочки, вены, почки, потовые железы, эрогенные зоны.

*Аспекты внешности*: Рост невысокий. Тело коренастое, полноватое, но грациозное. Лицо круглое, нежное. На щеках ямочки. Чувственные полноватые губы. Глаза большие, круглые, светло-карие или черные. Волосы густые и мягкие. На теле мало растительности.

**Анимус**

*Психологический аспект*: Анимус. Сила воли. Желание покорить. Настойчивость. Решимость. Готовность к борьбе и риску, к противостоянию. Агрессивность. Увлечения. Сексуальная активность.

*Продуктивная сторона*: Решительность. Целеустремленность и стойкость. Увлеченность. Отвага. Упорство. Натиск.

*Теневая сторона*: Насилие. Неуправляемая агрессивность. Неконтролируемые выбросы разрушительной энергии. Нетерпимость. Жестокость и бесцеремонность. Деструктивность. Деструктивная или фрустрированная сексуальность.

*Траектория развития*: Реализация и укрепление индивидуальной сущности. Развитие целеустремленности. Укрепление выносливости, способности к помощи и защите.

*Социальный аспект*: +: лидер, предприниматель, первопроходец, правоохранитель, военный, спортсмен, врач-хирург. -: Фанатик, тиран, садист, эгоист.

*Биофизиологический аспект*: Мышцы, желчный пузырь, артерии, кровь, эритроциты, мужские гениталии.

*Нюансы внешности*: Рост средний или невысокий. Тело коренастое, сильное, ширококостное. Лицо красноватое, округлое, рельефное. Нос с легкой горбинкой. Резко выраженные носогубные складки. Глаза карие, взгляд острый. Волосы рыжие, песочные или черные, жесткие, непослушные, часть вьющиеся.

**Старец-Мудрец**

*Психологический аспект*: Принцип удовольствия. Вера в высший смысл жизни. Поиск и обретение своего личного смысла. Расцвет, благополучие. Расширение границ личности. Достоинство, мудрость. Благосостояние. Успех. Щедрость. Распространение. Полнота бытия.

*Продуктивная сторона*: Почет. Ответственность. Авторитет. Милосердие. Способность к познанию высших связей между вещами и явлениями. Лидерство.

*Теневая сторона*: Застой. Жажда власти. Тщеславие. Погоня за наслаждениями. Самодовольство. Ханжество. Хвастовство. Произвол. Показное великодушие.

*Траектория развития*: Стремление к Истине. Познание высших, спиритуальных принципов. Ощущение полноты бытия через соприкосновение с надличным.

*Социальный аспект*: Священник, учитель, философ, пророк, поэт, судья, врач-психиатр, целитель, меценат, путешественник.

*Биофизиологический аспект*: Печень, жир, рост клеток.

*Нюансы внешности*: Рост высокий. Тело большое, прямое, пропорциональное. Широкая грудь. Склонность к полноте. Лицо большое, хорошо вылепленное. Лоб высокий. Глаза большие, густые брови. Волосы светло-каштановые. Склонность к облысению.

**Сенекс – Старый Король**

*Психологический аспект*: Супер Эго – Принцип реальности. Структура. Прочность. Разграничение. Устроенность. Стабильность. Выдержка. Последовательность. Повелитель времени, надзирающий за тем, чтобы чему-то рано или поздно пришел конец. Мастер расставаний и разлук. Ограничитель. Строгий надзиратель. Самоуглубление и самопознание. Отход от мирских дел. Повелитель Безмолвия. Правосудие. Закон. Порядок. Замедление. Прекращение. Концентрация. Совесть. Установление правил и границ. Выработка предписаний.

*Продуктивная сторона*: Самодостаточность. Верность себе. Последовательность. Упорство. Терпение. Выдержка. Дисциплина. Ответственность. Умственная соразмерность. Порядок. Ответственность. Добросовестность. Мудрость. Скромность в быту.

*Теневая сторона*: Страх быть отверженным, нелюбимым, опозоренным, непривлекательным. Страх перед публикой. Ожесточенное честолюбие. Подавление спонтанности и творческих импульсов. Меланхолия. Депрессия. Приступы мизантропии. Комплекс неполноценности, порождающий «невезение». Шаблонное поведение. Пристрастие к стереотипам. Предубежденность. Нетерпимость. Приступы импотенции и фригидности в результате подавления либидо и спонтанности. Достижение цели любыми средствами.

*Траектория развития*: Развитие самостоятельности и осознания своего предназначения. Накопление и креативная трансформация жизненного опыта. Самопознание.

*Социальный аспект*: Монах, философ, законодатель, судья, критик, администратор, советник, наставник, скульптор, архитектор.

*Биофизиологический аспект*: Кости, костный мозг, зубы, опорные и соединительные такини, селезенка, уши.

*Нюансы внешности*: Рост средний. Тело худощавое, угловатое, сутулое, но кость широкая. Лицо с суровыми чертами. Глаза маленькие, глубоко посаженные, как бы запавшие. Впалый рот с опущенными уголками. Выделенный подбородок. Цвет кожи землисто-серый, иногда желтоватый. Волосы темные, часто черные, вьющиеся.

**Трикстер**

*Психологический аспект*: Интеллектуальная составляющая коллективного бессознательного. Свобода. Равенство. Братство. Спонтанный выход за рамки установленных законов и правил. Освобождение через импульс. Стремление к независимости и личной свободе. Неожиданные перемены, внезапные озарения. Парадоксальные переходы от одного состояния в другое.

*Продуктивная сторона*: Индивидуация. Независимость, свобода, разотождествленность от стереотипов и схем. Инстинкт первооткрывателя. Мистическая интуиция момента. Поиски путей расширения собственного сознания. Оригинальность. Дерзкое экспериментирование. Ясновидение.

*Теневая сторона*: Ненадежность. Суетливый поиск новизны. Беспокойство. Безудержное стремление к переменам. Бунтарство. Революционность. Страсть к переворотам. Своенравие. Непредсказуемость. Чрезмерное потакание собственным желаниям. Свобода любой ценой. Нарушение договоренностей. Безответственность и предательство. Бытовое попустительство. Мифомания. Прожектерство. Анархизм.

*Траектория развития:* Уничтожение отживших структур и стереотипов, представлений, идей и правил. Освобождение от оков застойных привязанностей.

*Социальный аспект*: Изобретатель, революционер, астролог, футуролог, трансперсональный психолог, философ, консультант.

*Биофизиологический аспект*: ЦНС, системы восприятия, биоритмические системы.

*Нюансы внешности*: Рост высокий. Тело длинное, худое. Лицо характеризуется непропорциональностью черт, вытянутое, с удлиненным носом. Глаза близко посаженные. Цвет глаз способен меняться. Отмечается склонность к частой перемене прически. Волосы темные.

**Нуминоз**

*Психологический аспект*: Эмоциональная составляющая коллективного бессознательного. Выход за пределы всяческих границ. Восприятие сверхчувственных явлений. Мечтания, стремление вырваться за пределы обыденности и познать трансцендентные сферы. Чувствительность к истечению мистических субстанций. Постижение таинств высшей гармонии. Интуиция мистического проникновения. Визионизм.

*Продуктивная сторона*: Визионерство. Сенситивность. Сострадание. Эмпатия. Медитативность. Мистическая проницательность. Способность к видениям и проникновения в нездешние миры. Духовидение и душеведение. Мощная сила креативной имагинации. Богатство и интенсивная насыщенность внутренних миров.

*Теневая сторона*: Опьяненность. Недооценка собственной силы. Слабое противостояние искусам. Склонность к алуоголизации. Подверженность коллективным настроениям и веяниям. Жертвенничество. Риск отождествления с другими субъектами. Размытая самоидентичность. С другой стороны, сам может выступать в роли искусителя, шарлатана и интригана. Плывущий по течению. склонность к меланхолии и потере ориентиров.

*Траектория развития*: Преодоление субъективного «эго» и подключение, приобщение к надличностоному «я». Обретение переживания космизма своего бытия. Способность стать носителем спиритуального принципа в мире.

*Социальный аспект*: Мистик, проповедник, писатель-духовидец, поэт-визионер, священник, врач-психиатр, психоаналитик, снотолкователь.

*Биофизиологический аспект*: Шишковидная железа.

*Нюансы внешности*: Рост невысокий. Тело мягкое, чувствительное. Лицо вытянутое, часто со срезанным подбородком. Нос "утиной" формы. Для глаз характерно сонное выражение. Сами глаза светлые, водянистые. Могут отсутствовать или быть плохо выраженными брови. Выпуклые веки. Волосы тонкие, редкие.

**Смерть-Возрождение**

*Психологический аспект*: Волевая составляющая коллективного бессознательного. Мощная сила трансформации. Бездна. Шифр. Ворожба темных глубин. Архаическое первоначало. Неисчерпаемая энергия. «Великая Мать» – одновременно прекрасная, плодородная, живительная и ужасная, ненасытная, пожирающая. Хтонические силы первородных бездн. Потенциал созидания и распада, живительности и погибели.

*Продуктивная сторона*: Могущество. Мощная внутренняя сила. Дар внушения. Гипнотизм. Неодолимая, концентрированная воля. Бесстрашие перед тьмой глубин.

*Теневая сторона*: Одержимость. Склонность к садизму и тирании. Злоупотребление властью. Захваченность сознания властью бессознательного (в терминологии Юнга – автономными комплексами). Сверхценные идеи. Фанатизм. Деструкция. Стремление к безудержному контролю. «Прилипание» к объектам и людям..

*Траектория развития*: Радикальная трансформация. Постижение природы разрушения-возрождения.

*Социальный аспект*: +: Харизматический лидер, гипнотизер, оккультист, врач-психотерапевт, исследователь. -: Диктатор, провокатор, демагог, маг.

*Биофизиологический аспект*: Половые органы, способность к регенерации.

*Нюансы внешности*: Рост средний. Тело кряжистое, массивное, крепкое, сутуловатое, с обильно выраженной волосатостью. Лицо вытянутое. Глаза глубоко посаженные, небольшие, с "гипнотическим" взглядом, редко мигающие. Волосы очень густые, черные.

**Мудрая Старуха**

*Психологический аспект*: Напряжение воли. Концентрация психических ресурсов личности. Терпеливость. Управление генетическим кодом. Информационный банк. Скрупулезный и утонченный анализ. Целительские способности и способности к алхимическому преображению.

*Продуктивный аспект:* Наблюдательность. Учет мелочей. Способность по одной детали воссоздать картину в целом. Точность. Аккуратность. Целесообразность. Трансформация и сублимация. Постижение глубины вещей, проникновение в первоистоки происходящего. Переход в новое качество путем переработки накопленного опыта.

*Теневой аспект:* Маниакальная любовь к порядку или крайняя неряшливость. Подозрительность. Недовольство. Мелочная педантичность. Ипохондричность. Занудливость и дотошность. Застревание на мелочах и деталях.

*Аспект развития:* Интеллектуально-духовный синтез. Переработка бессознательного материала в сознательный конструкт.

*Социальный аспект:* + Ученый, реставратор, археолог, следователь со способностями Шерлока Холмса, врач, алхимик.

-: Зануда, ханжа, ипохондрик, параноик, работоголик.

*Биофизический аспект:* Селезенка, иммунная система, система регенерации.

*Аспект внешности:* Выделяются тонкие губы, заостренный нос, "внешность педанта". Волосы редкие, у мужчин с залысинами. Большая голова. Желтоватая кожа.

**Психопомп**

*Психологический аспект:* Посредник и проводник между двумя реальностями – сакральной и мирской. Объединение противоположностей. Совмещение крайностей. Разрешение двойственных ситуаций. Восстановление равновесия. Общественная активность. Интеллектуальная работа в социуме.

*Продуктивный аспект:* Мощный социально ориентированный интеллект. Дипломатические способности. Просчитывание всех ходов. Быстрая адаптация. Способность перерабатывать информацию любой сложности. Умение говорить на языке собеседника. Проникновенное понимание другого.

*Теневой аспект:* Двойственность. Аферизм. Манипуляторство. Стравливание людей. Демагогия. Интриганство. Игра с понятиями добра и зла. Цинизм.

*Аспект развития:* Конструктивный синтез идеологий, школ, течений, направлений. Исследование мира.

*Социальный аспект:* + Дипломат, юрист, политик, социолог, программист. -: Демагог, интриган, манипулятор, подхалим, "серый кардинал".

*Биофизический аспект:* надпочечники, эндокринная система, гомеостаз.

*Аспект внешности:* Внешность ускользающая, оставляющая впечатление двойственности. Телосложение астеническое, с маловыраженной мускулатурой. Легкая изменчивость веса – то похудание, то полнота в зависимости от собственного желания.

**Центр (у Юнга Self – неудачно переводится как "Самость")**

Показывает основные направления развития, эволюционное предначертание индивида, путь его развития. Индивидуация. Это интеграция продуктивных аспектов всех архетипов в единый смысловой фокус. Его трудно представить в виде каких-либо зримых форм или знаков. Но он постигается через непосредственное переживание.

**Эго**

Воплощается в теневом качестве любого архетипа.

**Взаимодействие с архетипами**

Делание как риторика поступка теснейшим образом связано с метафорой алхимии – искусством преобразования, трансформации, жизни, превращением ее из более низкого и грубого качества в качество более высокое и утонченное, что получило свое название.

Естественно, когда речь идет о превращении свинца в золото, употребляется аллегория, а сами эти металлы являются символами душевно-духовных состояний. Поэтому под философским камнем мыслится не продукт химической реакции, но достижение индивидом своей личностной целостности, ощущение полноты бытия, целостности, и если угодно так назвать, то - счастья.

Вместе с тем, мы живем в *синхронистической Вселенной* – в мире аналогий, соответствий, сплетений лабиринтов реальности, где тот или иной материальный объект может активировать, катализировать (интенсифицировать) и высвобождать соответствующие психические процессы, а стало быть, и процессы образования определенных ситуаций.

Так, например, в психологии давно уже известно влияние цвета на наше настроение и мироощущение, и подобная информация вполне ощутимо используется в медицине, как физической, так и душевной – психотерапии. Серьезные и компетентные научные исследования подтверждают эффективность таких методов как металло- и кристаллотерапия, что по сути дела, означает современное оформление и "узаконивание" идей алхимического параллелизма. Алхимия же сама по себе использовала образный язык в качестве универсального кода своей теории и практики.

Зная этот код, мы можем им воспользоваться и усилить собственные возможности.

Вспомним о том, что архетипы проявляются как силы и энергии.

Активируя каждую из этих сил, мы ее вводим в пространство нашей жизнедеятельности и, таким образом, реализуем заложенный в них эффект проявления в максимальной степени. И нам остается только выяснить, как это сделать. Здесь нам и пригодится знание соответствий, устанавливающих определенные аналогии между архетипами как энергетическими импульсами и их выражениями в материальном мире, которые проявляются как – цвет, место в пространстве, виды занятий и профессии.

**Список 1.** **Места силы архетипов (части дома) – Пребывание в этих местах, реальное или виртуальное, способствует усилению энергии соответствующего архетипа.**

**Анимус**: Веранда. Вестибюль. Вход. Входная дверь. Дверной проем. Коридор. Порог. Передняя. Фойе. Проект. Чертеж.

**Анима**: Будуар. Внутренняя отделка. Кустарники. Спальня. Меблировка. Убранство.

**Пуэр**: Водопроводные трубы. Водосточный желоб. Дымоход. Канализация. Коридоры. Лестница. Стремянка.

**Мать**: Водопровод. Газон. Двор дома. Задний двор. Колонна. Кухня. Кухонный стол. Гостиная. Столб. Подвал.

**Персона**: Богатое убранство. Беседка. Детская. Застекленная крыша. Игротека. Камин. Крыльцо. Комната для игр, танцев.

**Мудрая Старуха**: Ниша. Аптечка. Буфет (шкаф). Ванна. Душ. Места хранения продуктов. Окно. Полки. Раковина. Холодильник.

**Психопомп**: Гардеробная. Занавески. Коврик. Примерочная. Раздевалка. Шторы. Студия (мастерская). Сад.

**Смерть-Возрождение**: Вентиляционное отверстие. Засорившийся водосток. Отдушина. Уборная. Унитаз. Отстойник.

**Старец-Мудрец**: Балкон. Кабинет. Потолки. Стропила. Читальный зал.

**Старый Король**: Балка. Контора. Крыша. Потолок. Пол. Столовая для торжественных обедов.

**Трикстер**: Гостиная для торжественного приема гостей. Коробка предохранителей. Электропроводка. Электроприборы.

**Нуминоз**: Задняя или боковая дверь. Запасной выход. Пожарная лестница. Чердак.

###### Список 2. Места силы архетипов (положение на местности) - Пребывание в этих местах, реальное или виртуальное, способствует усилению энергии соответствующего архетипа.

**Анимус**: Ворота. Пустырь. Засушливая земля. Калитка. Мясной магазин. Окрестности. Парикмахерская. Пустыня.

Анима: **Банк. Ботанический сад. Деревья (кусты) вдоль поля или дороги. Заросли. Лес. Парк. Пасека. Сад. Цветник.**

**Пуэр**: Аллея. Библиотека. Городок. Дорога. Окрестности. Лабиринт. Канава. Канцтовары. Книги. Переулок. Шоссе.

**Мать**: Амбар. Архив. Берег. Берлога. Болото. Будка. Бухта. Водоем. Гостиница. Колодец. Молочный магазин. Хижина. Холм.

**Персона**: Арена. Баня. Бар. Дворик. Духовка. Кинотеатр. Курорт. Место состязаний, игр. Стадион. Сцена. Цирк.

**Мудрая Старуха**: Авторемонтная мастерская. Аптека. Бакалея. Баня (общественная). Булочная. Вокзал. Казарма. Кафе. Кладовая.

**Психопомп**: Беседка. Павильон. Покои для новобрачных. Положение посередине. Салон. Танцплощадка. Шатер.

**Смерть-Возрождение**: Бордель. Вулкан. Грот. Каменоломня. Канализационный сток. Карьер. Кладбище. Магазин подарков. Морг. Свалка. Яма.

**Старец-Мудрец**: Академия. Башня. Бензоколонка. Библиотека. Глушь. Горы. Граница. Заграница. Конюшня. Окраина. Холм. Храм.

**Старый Король**: Верхушка. Вокзал. Гора. Древнее жилище. Круча. Маяк. Обрыв. Офис. Скала. Стройплощадка. Тень.

**Трикстер**: Ангар. Аэропорт. Водоворот. Завод. Мастерская изобретателя. Минеральный источник. Митинг. Фабрика.

**Нуминоз**: Бар. Больница. Вид. Гавань. Гетто. Дом отдыха. Зоопарк. Кладбище при церкви. Тайник. Церковный двор.

# Список 3. Энергия архетипов, проявляющаяся через цвета (Использование этих цветов, реальное или виртуальное, способствует усилению энергии соответствующего архетипа)

**Анимус**: Карминный. Красный. Огненно-рыжий. Пунцовый. Рыжий.

**Анима**: Голубой. Зеленовато-голубой. Красно-оранжевый. Лазурь. Синий. Цвет морской волны.

**Пуэр**: Оранжевый. Розовый.

**Мать**: Бирюзовый. Голубовато-серый. Желто-зеленый. Жемчужный. Перламутровый. Серебристый. Серовато-белый.

**Персона**: Желтый. Золотистый. Золотой. Охра. Песочный. Густые, яркие, насыщенные цвета.

**Мудрая Старуха**: Бежевый. Земельный. Камуфляжный. Коричневый. Кремовый. Лимонный. Приглушенные цвета.

**Психопомп**: Белый. Зеленый. Лайм. Прозрачный.

**Смерть-Возрождение**: Малиновый. Темно-бордовый. Темно-черный. Пурпурный.

**Старец-Мудрец**: Алый. Клетчатый. Крапчатый. Мозаика. Пятнистый. Шафранный.

**Старый Король**: Серый. Серо-голубой. Темно-синий. Черный. Тусклый. Темные оттенки.

Трикстер: **Индиго. Небесно-голубой. Светло-синий. Сине-фиолетовый. Ультрамарин. Электрик. Ярко-синий.**

**Нуминоз**: Сиреневый. Темно-фиолетовый. Фиолетовый. Лиловый. Бархатный.

**Список 4. Профессии и персонажи архетипов (Общение с этими персонажами, реальное или виртуальное, способствует усилению энергии соответствующего архетипа)**

**Анимус:** Армейский служащий. Солдат. Борец. Производитель огнестрельного оружия. Мясник. Работник по железу и стали. Хирург. Зубной врач. Парикмахер. Мастер. Рабочий в области вооружений и боеприпасов. Металлообработчик. Плотник. Работник исполнительной власти. Пожарный. Охранник. Продавец скобяных изделий. Производитель инструментов. Слесарь. Лесоруб. Механик. Машинист. Скотовод.

**Анима**: Художник. Музыкант. Певец. Актер. Косметолог. Производитель туалетных аксессуаров. Работник косметического салона. Цветовод. Торговец цветами. Производитель и продавец женских нарядов. Портной. Кондитер. Служанка. Горничная. Производитель сладостей. Пчеловод. Ландшафтный садовник. Личный секретарь по организации встреч, приемов, приглашений. Лор-врач. Парфюмер. Редактор отдела светской хроники. Работник индустрии развлечений. Маляр. Фотограф. Иллюстратор. Кассир.

**Пуэр:** Автор. Писатель. Учитель. Лектор. Преподаватель. Клерк. Счетовод. Оратор. Секретарь. Почтальон. Водитель. Переплетчик. Страховой агент. Корреспондент. Переводчик. Протоколист. Регистратор документов. Дипломат. Диетолог. Курьер. Графолог. Работник информационной службы. Жонглер. Фокусник. Невропатолог. Нотариус. Редактор. Торговец канцелярскими принадлежностями. Издатель. Целитель. Диктор радио. Оператор телефонной связи.

**Мать:** Моряк. путешественник. Сиделка. Няня. Рыбак. Торговец напитками. Собственник. Плодовод. Работник прачечной. Производитель сыра. Собственник бани, водолечебницы. Пекарь. Работник пивоваренного производства. Работник на молочной ферме. Помощница по дому. Производитель фарфора и стекла. Акушерка. Повитуха. Грибовод. Владелец, служащий ресторана, бара, закусочной.

**Персона:** Банкир. Глава ведомства. Начальник департамента. Министр. Биржевой делец. Профессии, связанные с детьми. Ювелир. Продюсер зрелищных мероприятий. Укротитель львов. Осветитель. Плодовод по апельсинам. Владелец или смотритель парка. Заведующий игровой площадкой. Владелец, менеджер театра.

**Мудрая Старуха:** Адъютант. Аптекарь. Архивариус. Аудитор. Бакалейщик. Белошвейка. Биограф. Бортпроводник. Ветеринар. Врач-гигиенист. Дворник. Домосед. Жнец. Завхоз. Заместитель. Землемер. Зубной техник. Инспектор. Искусный мастер. Квартирант. Корректор. Критик. Кузнец. Лекарь (без диплома). Лесник. Мануальный терапевт. Массажист. Мастер по ремонту. Медсестра. Милиционер постовой. Мусорщик. Набивщик чучел. Наемник. Носильщик. Обозреватель-аналитик. Официантка. Пансионер. Пастух. Патрульный. Программист. Раб. Работник зоопарка. Работяга. Ревизор. Санитар. Сварщик. Связной. Слуга. Смотритель. Сотрудник загса. Спорщик. Тренер. Уборщик. Хиропрактик. Целитель. Часовой мастер. Чертежник. Эконом. Электронщик.

**Психопомп:** Агент. Арбитр. Архитектор. Гинеколог. Гончар. Гравер. Дизайнер. Заложник. Изгнанник. Исполнительница танца живота. Конструктор. Легкодоступная женщина. Любимец. Маляр. Манекенщица. Миротворец. Натурщик (-ца). Парикмахер (дамский). Получатель. Проектировщик. Пропавший без вести. Сбежавший заключенный. Сваха. Скульптор. Соавтор. Соперник. Ткач. Художник. Человек, объявленный вне закона. Эскорт.

**Смерть-Возрождение:** Агент в штатском. Аналитик. Археолог. Бальзамировщик. Биохимик. Гадалка. Гангстер. Гипнотизер. Гонитель. Горняк. Детектив. Донор. Захватчик. Исследователь. Колдун. Консультант по налогам. Консультант-психолог. Криминолог. Лидер профсоюза. Любовник/любовница. Медик судебной экспертизы. Медиум. Мусорщик. Наследник. Несущий гроб на похоронах. Нигилист. Ныряльщик. Объект сексуального влечения. Организатор похорон. Палач. Патолог. Приходящая няня. Проститутка. Психиатр. Работник кладбища. Реформатор. Ростовщик. Сборщик налогов. Следователь. Убийца. Ученый-аналитик. Цензор. Часовой. Шериф. Экстрасенс. Ясновидящий.

**Старец-Мудрец:** Агент по маркетингу. Администратор больницы. Благодетель. Богослов. Ведущий передачи. Главврач. Диктор. Докладчик. Духовенство. Жрец. Зверолов. Издатель. Изыскатель (геолог). Кочегар. Лектор. Меткий стрелок. Мировой судья. Миссионер. Мудрец. Наставник. Охотник. Паломник. Переводчик. Покровитель. Предсказатель. Пророк. Профессор. Путешественник. Разведчик. Рассказчик. Редактор. Ректор. Священник. Странник. Толкователь. Торговец (коробейник). Философ. Юрист. Судья. Издаваемый писатель.

**Старый Король:** Авторитет. Администратор. Альпинист. Аристократ. Астроном. Блюститель. Бригадир. Брюзга. Господин. Каменщик. Кожевник. Машинист. Патриарх. Скалолаз. Тренер. Часовщик. Экономист. Почвовед.

**Трикстер:** Агитатор. Адвокат. Анархист. Астролог. "Белая ворона". Бомж. Визионер. Диссидент. Искатель. Консультант. Летчик. Механик. Мечтатель. Мятежник. Навигатор. Оригинал. Осветитель. Освободитель. Пикетчик. Проводник. Психотерапевт, пользующийся оригинальными методами. Радикал. Ренегат. Советник. Советчик. Социолог. Странствующий безработный. Фанатический приверженец. Хиппи. Чудак. Штурман. Электрик.

**Нуминоз:** Аскет. Беженец. Бездомный. Бродяга. Вдова (вец). Высланный. Жертва. Заключенный. Закулисный деятель. Затворник. Изгнанник. Иллюзионист. Инвалид. Иностранный шпион. Кочевник. Красильщик. Мастер по ремонту обуви. Мученик. Одиночка. Ортопед. Педикюрша. Пират. Плакальщик. Пленник. Получатель пособия. Попрошайка. Поэт. Приемщик утиля. Сапожник. Спаситель. Старьевщик. Тайный агент. Торговец подержанными автомобилями. Тунеядец. Тюремщик. Убийца. Химик. Шарлатан. Шпион.

Итак, перед нами четыре списка, содержащих информацию о соответствиях архетипов-энергий и материальных объектов, резонирующих с ним.

Из каждого списка мы выбираем то, что соответствует каждому архетипу и начинаем это просто использовать, предпочитая определенный цвет, положение в доме или на местности, общение с теми или иными персонажами.

Однако не стоит подобный метод воспринимать как панацею, гарантирующую непременное исцеление жизни и потрясающий успех. Никто не заставляет нас разбивать лоб. Не надо одержимости. Когда мы говорим об определенной психотехнической практике, это означает, что мы ею занимаемся, вовсе не впадая в остервенение и забытье, пуская на самотек остальные наши дела. Мы акцентируем на ней внимание, но в такой мере, какая нам позволяет оставаться адекватными и вписанными в насущную реальность.

И в то же время, если я предложенные рекомендации начну использовать по принципу "пищевых добавок", то есть умеренно и по чуть-чуть, то, конечно, мой мозг будет стимулироваться всеми этими элементами и высвобождать определенные состояния, которые, в свою очередь, активируют систему обратной связи в событийной цепи моего существования. Вопрос, как говорил Парацельс, упирается в дозу, и все есть лекарство или яд в зависимости от нее.

**Философия толкования**

Толкование представляет собой, процесс творчества, импровизированная игра смыслов, построенная не столько на застывших шаблонах, сколько на интуициях свободного ассоциирования. Именно поэтому толкование всегда было и остается искусством. Но оно перестает быть таковым, как только вырождается в механическое конструирпование выхолощенных схем. В конце концов, "карты территории – это еще не сама территория", как говорил Альфред Коржибский.

Если следовать нашей стратегии, то в процессе толкования важно выявить ловушки, попадание в которые чревато возникновением проблемных психологических состояний.

Ловушка 1*.* Категоричность суждения

Ловушка 2. Буквальное толкование

Ловушка 3. "Оракульная" позиция, или стремление пророчествавать.

Избегая намеченных ловушек, мы формируем стратегию толковательного процесса, учитывая следующие положения:

1. Архетипическая карта есть творческий инструмент для исследования психики.
2. Толкование жизненных ситуаций в их связи с архетипическими значениями больше похоже на толкование сновидений, чем на буквальную калькуляцию стереотипных схем и интерпретативных шаблонов.
3. Мы не наделяем данную практику сверхъестественной властью (то есть избегаем того, что в психоанализе называется идеализацией), памятуя о том, что "карта территории – это еще не сама территория".
4. Карта используется, скорее, как *информация для размышления*, способная активировать творческий поток свободных ассоциаций, но ни в коей мере, не как свод догматов, который требует беспрекословного послушания.
5. Наши выводы носят гипотетический характер и всегда соотносятся с актуальной психологической реальностью.
6. Чтобы свести к минимуму суггестивный эффект интерпретации, а любое толкование всегда несет потенциальную суггестию, не следует формулировать ее в ключе категорических объявлений.
7. Толкование представляет собой, скорее, процесс совместного творчества в системе "Я – Реальность", разворачивающегося в диалоге, импровизированная игра смыслов двоих, построенная не столько на застывших шаблонах, сколько на интуициях свободного ассоциирования.

Реализуя представленные критерии, мы получаем возможность целостного видения архетипического праксиса, и на этой основе мы создаем текст интерпретации как развертывание творческого взаимодействия с Реальностью.

Для метавосприятия архетипической матрицы как карты личной территории полезно использовать модель Грегори Бейтсона, антрополога, который положил основание таких областей как кибернетика, теория систем, и сам явился стимулятором развития широко известного нейро-лингвистического программирования – НЛП.

Используя систему Бейтсона, мы воспринимаем архетипическую карту в качестве Модели Системы, обладающей разумом, и применяем по отношению к ней алгоритм, состоящий из шести положений.

*Первое положените* – разум представляет собой некоторую сумму частей, организованных в единое целое. Таким образом, карта представляет собой не механический набор значков, но осмысленное целостное единство.

*Второе положение* – части общаются между собой, организуясь в одно целое, опираясь на общение и информацию. Причем, акцент делается на информацию, а не на энергию, поскольку разум – это, прежде всего, информационная система, и если мы исследуем то, как организована деятельность разума, то энергия отодвигается на второй план. Это положение хорошо известно в психотерапии – процессе, ориентированном на информации. Отсюда вытекает следующее -

*Третье положение* – энергия является второстепенным фактором. Важнейшим свойством ума является способность перерабатывать не энергию, а информацию. Независимо от того, сколько энергии получает система, именно ум решает, как воспользоваться этой энергией.

Здесь мы рассматриваем карту как модель информационного метаболизма.

*Четвертое положение* – все системы, наделенные разумом, можно описать только с использованием циклических или более сложных причинно-следственных связей. Системы, наделенные разумом, сложнее, чем простые линейные системы.

Данное положение Бейтсона, соотносится с идеей циклических, то есть, по существу, синхронистических преобразований.

*Пятое положение* – информация кодируется. Мы воспринимаем свой опыт, и мы его организуем посредством механизмов кодирования.

Архетипическая карта являет собой образец того, как кодируется наш внутренний опыт.

*Шестое положение* – способы организации нашего опыта выстраиваются в соответствии с определенной иерархией.

Собственно говоря, понятие иерархии и является ключевым в таких темах как счастье и успех.

Но напомню: речь идет об *архетипической* иерархии - где вы не ориентируетесь на мнение соседа или раболепно склоняетесь перед кумиром, возведенным вами на пьедестал, но, где вы, отсекая себя от человекоугоднической (а, стало быть, и человеконенавистнической) суеты, начинаете воспринимать свою жизнь как Служение – своей предзаданности, своему предназначению, своему Пути.

Когда вы начинаете смотреть вверх – вы уже не одиноки. Даже если в этот момент вокруг вас – ни души. Главное – с вами ваша душа. Которая подружилась с духом. В сущности, они и есть настоящие друзья. Остальные – партнеры: по бизнесу, удовольствиям, времяпрепровождению, увлечениям, совместному ведению хозяйства…

И если вы обрели этих истинных друзей – ваше счастье. Если пока нет – у вас есть еще шанс.

**Психотехника Эннеаграммы**

Источник: Э. Цветков. Корпус избранных психотехник

Эннеаграмма – это матрица, состоящая из девяти смысловых узлов, которая показывавет траектории и направления психоэнергетических потоков внутри человека. В мистической традиции, проповедуемой Георгием Гурджиевым, с помощью энеаграммы описывали, в частности, законы духовного и душевного развития. В данном смысле она соприкасается с учением христианской ортодоксии о восьми страстях (гнев, тщеславие, гордыня, зависть, скупость, блуд, ненасытность, леность), действующих внутри личности, но добавляет в арсенал своего рассмотрения еще одну страсть – страх.

Сама по себе страсть ни хороша, ни плоха, но представляет собой некий энергийный драйв (импульс, побуждение). В конце концов, по словам св. Антония Великого, "искушения делают нас искусными".

Но страсть может повести себя двояко.

В одном случае она становится эффективным двигателем наших достижений и эволюционного личностного роста – это в случае ее подчинения себе и ее творческого использования.

В другом случае страсть становится *патосом* – страданием – падением – *грехом*. В греческом языке слово "грех" предстает как amartia, что означает – "промах". Такое происходит, когда страсть выходит из подчинения человеку и порабощает его, а, следовательно – разбивает. раздирает и уничтожает как целостное существо.

Ниже приводится эннеалогический опросник с прилагаемыми к нему инструкциями.

Изучите его и представьте свои варианты ответов.

После этого обратитесь к разделу "Ключ к опроснику".

За "ключом" ознакомьтесь со следующими инструкциями.

**Судьбореализационный опросник.**

Варианты ответов: Д - «Да» (согласен с утверждением), Н - «Нет» (не согласен», М – «может быть».

**Судьбореализационный опросник.**

1. Люблю, чтобы все было сделано правильно и хорошо.
2. Я люблю следовать расписанию и составлять списки дел, которые следовало бы выполнить.
3. Самая трудная борьба для меня – это борьба с самим собой.
4. Я вижу стакан наполовину пустым, а не наполовину полным.
5. Я суровый судья себе самому.
6. Большую часть времени я серьезен.
7. Иногда мне кажется, что чувствую себя виноватым без всяких на то причин.
8. Я к другим отношусь также критично, как и к себе самому.
9. Я много размышляю и беспокоюсь.
10. Я часто совершаю поступки, о которых потом сожалею.
11. Я никогда не испытываю колебаний, когда кому-нибудь нужно помочь в беде.
12. Внешность очень важна для меня, и мне важно знать, что я выгляжу привлекательно.
13. Я гораздо лучше чувствую себя в центре событий, чем на обочине.
14. Я умею жить и красочно рассказывать о том, что произошло, хотя и не всегда придерживаюсь фактов.
15. Во мне многие нуждаются.
16. Я выражаю свои чувства пылко и экспрессивно.
17. В детстве я больше любил беседовать со взрослыми, чем играть со сверстниками.
18. Я люблю, когда обо мне заботятся, но не люблю, чтобы мною командовали.
19. Я страдаю от того, что меня не понимают.
20. Я не вижу в себе больших недостатков.
21. Я могу дружелюбно относиться к людям, поступки которых не одобряю.
22. Я всегда внимательно слежу за тем, как я одет.
23. Когда меня игнорируют, я могу демонстративно ответить тем же.
24. Если приходится стоять в очереди или сидеть в переполненном ресторане, я обычно пытаюсь пробраться вперед и быть обслуженным немедленно.
25. Люди, с которыми я сотрудничаю или дружу, являются влиятельными и важными.
26. Допускаю, что многие мне завидуют.
27. Мои руки и ноги достаточно теплые.
28. Мой отец хороший человек.
29. У меня редко бывают запоры.
30. Мой слух не хуже, чем у большинства людей.
31. Мне нравятся общественные мероприятия, где я могу побыть среди людей.
32. Я краснею не чаще других.
33. Дома я веду себя за столом также, как в общественном месте.
34. Я люблю читать о любви.
35. Мне бы понравилось ухаживать за больными.
36. Мне нравится драматургия.
37. Временами мои мысли текут быстрее, чем я успеваю их высказывать.
38. Я вел дневник.
39. Я часто замечаю за собой, что тревожусь о чем-то.
40. Я испытал разочарование в любви.
41. Я часто замечал, что незнакомые люди смотрят на меня критически.
42. Временами я испытываю ненависть к членам своей семьи, которых обычно люблю.
43. Иногда мне было приятно, если мне причинял страдания человек, которого я люблю.
44. Я всегда внимательно слушаю собеседника, кто бы он ни был.
45. У меня нет близких друзей, кроме разве что некоторых членов семьи.
46. Вообще-то я одиночка и мне не очень то нравится, если вокруг люди.
47. Я люблю все делать по-своему, не так как все.
48. Мне кажется, что нет такого человека, который понимал бы меня.
49. Я бы предпочел большую часть времени сидеть, ничего не делая и мечтать.
50. Я страдаю от того, что меня не понимают.
51. Иногда меня считают эксцентричным или немного «не от мира сего».
52. У меня особое проявление эмоций. Например, что-то печальное может показаться смешным, и я рассмеюсь.
53. Иногда я замечаю странные вещи, и они мне кажутся реальными - например, выход из собственного тела или присутствие человека, который давно уже умер.
54. Я никогда ни в кого не был влюблен.
55. Я никогда не завидовал удаче других.
56. Я не очень доверяю людям, допуская, что они могут использовать меня, если я не буду проявлять осторожность.
57. Иногда мне кажется, что мои друзья и коллеги не так уж преданны, как мне бы хотелось.
58. Я ревнивец. Я всегда волнуюсь, верен ли мне мой партнер.
59. Я довольно скрытная личность и держу всегда все в себе, так как никогда не знаешь, кто может использовать эту информацию в своих целях.
60. Если кто-то поступил по отношению ко мне плохо, я долго об этом помню.
61. Временами мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что о них лучше не рассказывать.
62. Мне кажется, что нет такого человека, который понимал бы меня.
63. Я считаю, что меня часто незаслуженно наказывали.
64. Я убежден, что являюсь предметом обсуждения.
65. Иногда я так хорошо слышу, что это мне мешает.
66. Я никогда не пользовался оплошностью человека.
67. Я никогда не ощущаю вины за то, что сделал.
68. Я не обязательно говорю только правду.
69. Я готов спорить или драться с любым, кто не на моей стороне.
70. В детстве я прогуливал уроки, убегал из дома, дрался, врал, воровал и спекулировал.
71. Иногда я чувствую себя, пустой раковиной. Я могу ощущать полную бессмысленность существования.
72. Как правило, мои взаимоотношения очень интенсивны. Чувства, которые я испытываю к человеку, бросаются из крайности в крайность. Иногда я преклоняюсь перед ним, а иногда просто не переношу его присутствия.
73. За несколько часов я могу испытать широкий спектр эмоций – от счастья до печали и раздражения. Но плохое настроение никогда не затягивается.
74. Иногда я чувствую, что я теряю надежду добиться чего-либо в жизни.
75. Я знаю, что есть люди, настроенные против меня.
76. Я чрезмерно увлекался алкогольными напитками.
77. Я всегда говорю правду.
78. Я люблю фильмы, в которых много боевых сцен и действия.
79. Иногда я замечаю, что смеюсь над неудачами других, хотя не очень горжусь такой реакцией. Возможно, мне просто хочется сказать: «Вот я бы на вашем месте…»
80. Иногда я люблю присочинить или исказить факты, только чтобы посмотреть на реакцию людей.
81. Меня привлекает лишь то новое, что соответствует моим принципам и интересам.
82. Я охотно слушаю те наставления, которые касаются моего здоровья.
83. Новое приятно, если только обещает для меня что-то хорошее.
84. Если в моих неудачах кто-то виноват, я не оставлю его безнаказанным.
85. Я утешаю себя тем, что в будущем исполнятся все мои желания.
86. Я отношусь настороженно к незнакомым людям и невольно опасаюсь зла.
87. Я не вижу у себя больших недостатков.
88. Я никогда не сплетничаю.
89. Мои способности хорошо могут помочь в большей степени другим, чем мне самому.
90. Я чувствую себя очень неудобно, если мне помогают решать мои проблемы.
91. Если обо мне заботятся или слишком нежно ко мне относятся, для меня это неинтересно.
92. Я считаю, что никто не должен отрываться от коллектива.
93. Любил вместо школьных занятий за компанию отправиться с товарищами погулять или сходить в кино.
94. Как правило, настроение у меня очень хорошее.
95. Я хорошо сплю, а сновидениям значения не придаю.
96. Не люблю одиночества и всегда стремлюсь быть среди людей.
97. Я люблю сытно поесть.
98. Я легко прощаю недостатки людей.
99. Я не говорю о том, в чем мало разбираюсь.

Ключ к опроснику.

Шкала социального одобрения: 11, 22, 33, 44, 55, 66, 77, 88, 99.

Наличие варианта ответа «да» по этим вопросам в четырех и более случаях позволяет сделать следующие выводы об отвечающем: а) он недостаточно искренен, б) недостаточно откровенен, в) испытывает высокую мотивацию в одобрении и старается показаться лучше, чем есть.

Шкала №1 «Законовед»: 1 - 10

Шкала №2 «Глашатай героя»: 12 – 21

Шкала №3 «Деятель»: 23 – 32

Шкала №4 «Рыцарь»: 34 – 43

Шкала №5 «Алхимик»: 45 – 54

Шкала №6 «Инспектор»: 56 – 65

Шкала №7 «Пассионарий»: 67 – 76

Шкала №8 «Предводитель» 78 – 87

Шкала №9 «Миротворец» 89 – 98

На приводимой ниже диаграмме расставьте баллы, которые вы получили по тем или иным шкалам, что даст вам возможность представить в графически-наглядной форме "удельный вес" каждой из ваших страстей. Та из страстей, которая получила наибольшее количество баллов, является вашей доминирующей, ведущей страстью. И она, с одной стороны, представляет для вас одну из главных ловушек, с другой – осевую опору собственной судьбинной и профессиональной реализации, конкретная информация о которых представлена в "таблице соответствий".

**Диаграмма страстей**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 20 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | I | II | III | IV | V | VI | VII | VIII | IX |
| Эннеатип | Законовед | Глашатай героя | Деятель | Романтик | Наблюдатель | Инспектор | Пассионарий | Предводитель | Миротворец |
| Смертный грех | Гнев | Гордыня | Тщеславие | Зависть | Скупость | Страх | Ненасытность | Вожделение | Праздность |

**Энеаграмма**

**9**

**8 1**

**7 2**

**6 3**

**5** **4**

**Таблица соответствий**

ТР – «точка роста», ТС – «точка стресса» (падения)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тип | Грех | **Акцент характера** | **Стиль мышления** | **Ведущая потребность** | Защита | **Реакция на стресс** | **Профессиональный план** |
| **№1**  Законовед  ТР: 7  ТС: 4 | Гнев | Гипотимный | Словесный  Эмоциональный идеалист  Ирреальный | Аффилиативная – потребность в понимании, любви | Усиление контроля сознания и отказ от самореализации | Стоп-реакция – блокировка активности | «Кабинетный» стиль с гуманитарным и теоретическим направлением |
| **№2**  Глашатай  ТР: 4  ТС: 8 | Гордыня | Истерический | Наглядно-образный, чувственный  Реальный | Самодемонстрация, потребность в сопричастности | Вытеснение  Соматизация | Вегетативные реакции | Артист. Педагог. Общественный деятель |
| **№3**  Деятель  ТР: 6  ТС: 9 | Тщеславие  (предательство) | Нарциссический | Конкретный  Реальный | Имидж, социальная роль, производить впечатление. | Идеализация. Обесценивание. | Усиление идентификации с ролью. Апатия. | Бизнес. Политика. Торговля. Лидерство. |
| **№4**  Романтик  ТР: 1  ТС: 2 | Зависть | Мазохистический | Наглядно-образный, чувственный.  Ирреальный. | Эстетика, гуманистичность, утонченность вкуса | Интроекция. Обращение против себя. Идеализация. Морализация. | Драматизация | Актерство.  Индустрия моды. Шоу. |
| **№5**  Наблюдатель  ТР: 8  ТС: 7 | Скупость | Шизоидный | Абстрактно-аналитический  Фантастический и оригинальный  Ирреальный | Актуализация своей индивидуалистичности | Интеллектуальная переработка, уход в мир мечты и фантазий | Растерянность | Свободный, творческий стиль. Психиатрия. Мистика. Теология. Философия. |
| **№6**  Инспектор  ТР: 9  ТС: 3 | Страх | Паранойяльный | Конкретно-логический.  Реальный | Отстаивание престижной роли. Захваченность доминирующей идеей. | Рационализации.  Проекция.  Отреагирование по внешнеобвиняющему типу | Устойчивость, но потом – взрыв аффекта | Спорт.  Скульптура. Борьба за правду. Организация. Армия. Бухгалтерия. |
| **№7**  Пассионарий  ТР: 5  ТС: 1 | Ненасытность | Импульсивный | Интуитивный, эвристический.  Реальный | Свобода. Мотивация достижения успеха. Доминантность. | Вытеснение, но с протестными реакциями и бурным отреагированием | Полярность: агрессия + эскапизм – бегство от проблем | Влияние на судьбы других. Тип гения, героя, новатора, бунтаря - идеолога. |
| **№8**  Предводитель  ТР: 2  ТС: 5 | Вожделение | Эпилептоидный | Конкретный  Реальный | Властность. Лидерство. Управление. | Всемогущий контроль. Проективная идентификация. Отыгрывание вовне. | Агрессивность, жесткость, усиление власти. | Бизнес, Армия. Спорт. Политика. |
| **№9**  Миротворец  ТР: 3  ТС: 6 | Праздность | Конформный | Конкретный  Реальный | Общение. Дружелюбие. Семья. Хозяйство. | Интроекция. Проективная идентификация. | Интеллектуальная инерция. «Приземленность». | Дипломатия. Педагогика. Сфера обслуживания. |

**О точках роста и точках стресса**

Обратитесь к символу энеаграммы. На нем вы увидите круг, числа и стрелки. Числа соответствуют наименованию страстей (это соответствие также представлено и в одноименной таблице). Стрелки же указывают на проявление той страсти, которая может оказаться для вас пагубной.

Пример: от точки 1 выходит стрелка к точке 7. Это значит, что гнев очень легко порождает ненасытность (чревоугодие). И вас подстерегает опасность попасть под влияние этой страсти и запустить в итоге весь патологический круг. А подобное может произойти, если у вас при вашей ведущей страсти 1 возникнет искушение играть роль пассионария (7).

Но драйв, из которого выходит стрелка к вашему драйву (на энеаграмме к точке 1 стрелка выходит из точки 4), оказывается для вас благотворным и сознательное задействование его свойств, будет способствовать вашему развитию. В такой позиции мы уже рассматриваем не негативную (греховную) часть страсти, а ее позитивный элемент. В нашем случае мы определяем точку 4 по наименованию ее психотипа – "Романтик" и ее продуктивным качествам – гуманность, эстетичность, чувство красоты.

Общую же рекомендацию эннеалогического подхода можно выразить словами: развивайте позитивные компоненты своего драйва, избегайте попадания в точку падения и используйте возможности своей точки роста.

Типологическая психотехника

Источник: Э. Цветков. Психология пророчеств и моделирование судьбы

Суть подхода: каждый человек имеет набор основных восьми функций, благодаря которым он взаимодействует с миром и прдуцирует результаты. Эти функции – Экстраверсия / Интроверсия. Сенсорика / Интуиция. Логика / Эмоция. Рациональность / Иррациональность. Задачей типологической психотехники становится выявление того, как распределяются эти функции у отдельного индивида по четырем информационно-энергетическим каналам: **1 +** **Продуктивный канал** – работает постоянно и не устает. Самая сильная функция. Базовая программа. "Ставка". **2 +** **Творческий канал**– реализует творческую продукцию. Вторая по силе функция. Функция созидания. **3 –** **Ролевой канал** – точка уязвимости. Желание играть роль по содержанию данного канала. Искушения. Проблемы. **4 =** **Суггестивный канал** – по нему осуществляется движение в сторону комфорта и отдыха. Внушаемость.

Начните наблюдать за интересующим вас субъектом (вы сами при этом – не исключение).

Данные своих наблюдений сверяйте с нижеследующим "индикатором визуального наблюдения" в той последовательности, в которой расположены его графы.

Весь индикатор состоит из четырех графов. Каждый граф разделен на две части, обозначенных буквенными заголовками: E – I. S – N. T – F. J – P.

Вам остается отметить про себя, какой части графа, левой или правой, в большей степени соответствует наблюдаемая вами персона.

Исходя из сложившегося превалирования отметьте соответствующую латинскую букву.

В конечном итоге, вы получите тетраграмму – набор из четырех букв.

**Идентификатор психотипа**

**Таблица 1**

|  |  |
| --- | --- |
| **E** | **I** |
| Внимание направлено на окружающих | Внимание направлено к себе |
| Говорю быстро и много | Говорю тихо, часто не договариваю |
| Голос громкий, люблю выражать свое мнение | Голос тихий, охотнее отвечаю на вопросы |
| В общении активно жестикулирую, демонстрирую активную мимику | В общении сдержан, руки неподвижны, лицо спокойное |
| Почерк: Размашистый, буквы высокие | Почерк: Средний, или мелкий, сжатый |
| **S** | **N** |
| Фигура плотная, приземистая | Фигура худая или средняя по полноте |
| Круглоликость, подбородок упруг, лоб скошен назад | Лицо продолговатое, худощавое, лоб не скошен назад |
| Объем средней части лба больше, чем верхней части головы | Объем верхней части лба больше, чем средней |
| Шея короткая | Шея длинная |
| Почерк: Аккуратный | Почерк: Небрежный |
| **T** | **F** |
| Глаза узкие, расположены ближе к переносице | Большие и "теплые" глаза |
| Верхняя часть лица больше, чем нижняя | Нижняя часть лица более выражена, чем верхняя |
| Лоб больше подбородка | Лоб и подбородок почти одинаковы |
| "Правильно-неправильно", "логично-нелогично". Важно "Что" сказал | "Приятно-неприятно", "хорошо-плохо". Важно "Как" сказал |
| Почерк: Буквы угловатые | Почерк: Буквы округлые, слова имеют наклон вправо |
| **J** | **P** |
| Движения четкие, фиксированные, настороженные, угловатые | Движения пластичные, иногда как бы автоматизированные |
| Походка выверенная. Осанка прямая. | Походка легкая. Осанка опущенная. |
| Жестикуляция четкая и симметричная (чаще левой рукой) | Жестикуляция сумбурная, причем правой рукой активнее, чем левой |
| Почерк: Строчки ровные, по горизонтали | Почерк: Строки волнообразные, буквы могут "уходить" |

Теперь обратитесь к Таблице 2. Найдите в ней в первом столбце свою латинскую тетраграмму и изучите соответствующую ей строку влоть до столбца "Архетип".

Внимательно изучите следующие сразу за Таблицей, обозначения.

И вы получите четкое представление о силе, своих возможностях, слабостях и точках воздействия интересующей вас персоны.

**Таблица 2**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф-ла | Русскоязычная  ф-ла | 1 + | 2 + | 3 - | 4 = | Архетип |
| ENTР  INTJ  ENTJ INTP | **Ил***Э* – Искатель  **лИ***И* – Аналитик  **Ли***Э* – Предприниматель иЛ*И* – Прогнозист | **И**  **л**  **Л**  **и** | **л**  **И**  **и**  **Л** | **э**  С  **с**  **Э** | **с**  **Э**  **э**  **С** | "Рационализатор"– NT: интуитивный мыслительный Стремление знать. Компетентность. Знания. Интеллект  Власть над природой.  "Провидец".  Самое важное – "знать" |
| ESFJISTJISFJ ESTJ | Эс*Э* – Энтузиаст **лС***И* – Инспектор  **эС**и – Хранитель  **Лс***Э* – Детектив | **Э**  **л**  **э**  **Л** | **с**  **С**  **С**  **с** | **и**  **И**  **И**  **и** | **л**  **Э**  **Л**  **э** | "Хранитель"– SJ : сенсорный рациональный Стремление занять место. Членство. Ответственность.  Надежность. Долг.  "Традиционалист".  Самое важное – "служить". |
| ISFP ESTP  ESFP  ISTP | сЭ*И* – Художник **Сл***Э* – Боец  **Сэ***Э* – Политик  **сЛ***И* – Мастер | **с**  **С**  **С**  **с** | **Э**  **л**  **э**  **Л** | **Л**  **э**  **л**  **Э** | **И**  **и**  **и**  **И** | "Мотор"- SP: сенсорный иррациональный Стремление к спонтанности. Вдохновение. Действие.  Свобода выбора следующего шага. Красота.  "Переговорщик".  Самое важное – "делать". |
| ENFJ INFP  ENFP  INFJ | Эи*Э* – Артист **иЭ***И* – Лирик  **Иэ***Э* – Вдохновитель  **эИ***И* – Психологист | **Э**  **и**  **И**  **э** | **и**  **Э**  **э**  **И** | с **Л**  **л**  **С** | л **С**  **с**  **Л** | "Идеалист"- NF: интуитивный чувствующий Развитие. Смысл и значение. Ведет за собой остальных.  Самореализация. Стремление сделать мир лучше.  "Катализатор".  Самое важное – "стать". |

Обозначения:

**И** - **Интуиция возможностей**: видение способностей людей, генерация идей, нестандартность, экспрессия, мгновенные озарения.

**и** - **Интуиция времени**: предвидение, чувство времени, прогнозы, предсказания, мечты, фантазии, видение динамики развития.

**Л** - **Практическая логика**: профессионализм, деловая хватка, преобразование мира, прагматизм, изобретения, расчет.

**л** - **Аналитическая логика**: рассудительность, видение причинно-следственных связей, систематика, иерархия, законы, классификация.

**С** - **Волевая сенсорика**: контроль пространства, сфера влияния, мобилизация, напор, "мое – не мое", оценка силы противника.

**с** - **Сенсорика ощущений**: тепло, уют, утонченность ощущений, удобство, красота, гармония, дизайн, чувство пространства.

**Э** - **Энергия эмоционального напора**: феерия чувств, бурное самопроявление, драматизация эмоций, страстность, контрастность.

**э - Чувствование отношений**: чувство людей, нравственность, интерес к отношениям, оценка поведения, милосердие, психологичность.

*Э – Экстраверт. И – Интроверт.*

**1 +** **Продуктивный канал** – работает постоянно и не устает. Самая сильная функция. Базовая программа. "Ставка".

**2 +** **Творческий канал**– реализует творческую продукцию. Вторая по силе функция. Функция созидания.

**3 –** **Ролевой канал** – точка уязвимости. Желание играть роль по содержанию данного канала. Искушения. Проблемы.

**4 =** **Суггестивный канал** – по нему осуществляется движение в сторону комфорта и отдыха. Внушаемость.

Главная стратегия данной психотехники: Усиливайте свои первые два канала, не трогайте третий канал и отдыхайте в соответствии с указаниями четвертого канала.

**Синхропсихология, или астрологические психотехника**

Источник: Э. Цветков. Синхропсихология, или карта ваших возможностей (астрологические нюансы психотерапии и психологии)

Суть подхода: Значение астрологии как психологической дисциплины, или - синхропсихологии (а иное значение мы здесь и не рассматриваем) проявляется в том, что она помогает развить символическую осознанность, что, в свою очередь, позволяет меньше приковываться к буквальному, эгоцентрическому восприятию жизни, способствует более тонкому постижению ритмической активности нашего жизнепроявления, которое рассматривается не как цепь механических случайностей, но как единый эволюционный план, существующий вне времени, но разворачивающийся во времени.

Будучи символическим языком, астрология располагает своей структурированной грамматикой, состоящей из четырех базовых синтаксических единиц:

1. **Планетарные символы** – образы психических процессов, или в юнгианской терминологии – архетипы.
2. **Аспекты** (угловые расстояния между планетами) – автономные комплексы, или отщепленные части нашей личности, которые живут своей собственной жизнью, но при этом оказываются спроецированными вовне.
3. **Зодиакальные знаки** – потребности, которые формируют индивидуальную акцентированность, нюансировку наших импульсов.
4. **Поля (Дома)** – мотивационные сферы переживаний, посредством которых побуждения нашей внутренней реальности синхронистически оформляются и модифицируются в проявления событийного плана.

**Стратегические задачи интерпретации**

1. Гороскоп есть творческий инструмент для исследования психики.
2. Толкование гороскопа больше похоже на толкование сновидений, чем на буквальную калькуляцию стереотипных схем и интерпретативных шаблонов.
3. Мы не наделяем гороскоп свекрхъестественной властью (то есть избегаем того, что в психоанализе называется идеализацией), памятуя о том, что "карта территории – это еще не сама территория".
4. Гороскоп используется, скорее, как *информация для размышления*, способная активировать творческий поток свободных ассоциаций, но ни в коей мере, не как свод догматов, который требует беспрекословного послушания.
5. Наши выводы носят гипотетический характер и всегда соотносятся с актуальной психологической реальностью исследуемого индивида.
6. Чтобы свести к минимуму суггестивный эффект интерпретации, а любое толкование всегда несет потенциальную суггестию, не следует подавать ее в ключе категорических объявлений.
7. Толкование представляет собой, скорее, процесс совместного творчества, разворачивающегося в диалоге, импровизированная игра смыслов двоих (даже если вы составляете карту себе), построенная не столько на застывших шаблонах, сколько на интуициях свободного ассоциирования.

Реализуя представленные критерии, мы получаем возможность целостного видения гороскопа, и на этой основе мы создаем текст интерпретации как развертывание творческого процесса.

**Проблема противоречий в карте**

Вместе с тем, говоря о толковании как о креативном процессе, мы не можем не учесть один весьма существенный нюанс. Он касается того, что в ходе астроаналитического процесса мы неизбежно сталкиваемся с противоречивыми утверждениями, что для астрологии является, скорее, правилом, нежели исключением. Так, например, стоящие рядом предложения "Вы склонны к одиночеству", и "вы тяготеете к множеству контактов" не следует воспринимать как нечто абсурдное и сводящее на нет логику интерпретации. При таком положении дел стоит вспомнить, что сам по себе вообще любой человек – существо противоречивое, и душа его наполнена взаимодействием зачастую совершенно противоположных и порою взаимоисключающих друг друга, если не сказать, враждующих друг с другом, влечений. Подобное свойство можно воспринимать либо как столкновение мотивов, если мыслить в рамках классической психологии, либо, опираясь на концепцию психосинтеза, увидеть в данном проявлении напряжение между внутренними представительствами эго – субличностями, или, если угодно, задействовать гурджиевское понимание множественной личности, где различные ее части борются друг с другом за право централизованного руководства.

Таким образом, нет ничего удивительного в том, что одна часть меня выражает желание уединиться, в то время, как другая стремится к активному общению.

Как бы там ни было, наличие противоречия не противоречит принципу целостности.

#### Астрологический алфавит

* **Планеты –** символы влечений личности (мотивы) и ее базовые архетипы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Планеты | Сокращение | Символ | Ключевые определения |
| Солнце | Su | L | Воля. Средоточие жизненных сил |
| Луна | Mo | M | Чувства. Базовая эмоциональная потребность |
| Меркурий | **Me** | N | Разум. Стиль мышления и общения |
| Венера | **Ve** | O | Любовь. Система ценностей и эротический стиль |
| Марс | **Ma** | P | Агрессия и Действие |
| Юпитер | **Ju** | Q | Благоприятный шанс |
| Сатурн | **Sa** | R | Учитель и Ограничения |
| Уран | **Ur** | S | Неожиданные перемены и озарения |
| Нептун | **Ne** | T | Интуиция и Грезы |
| Плутон | **Pl** | U | Трансформация |

* **Знаки -** врожденные механизмы разрядки, или мотивации – генетически заданные императивы личности:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Знаки | Латинское название и принятые сокращения | Символ | Ключевые определения |
| **Овен** | **Aries - Ar** | **Y** | Активность первого импульса |
| **Телец** | **Taurus - Tau** | **A** | Устойчивое усилие, могучая жизненная сила и упорство |
| **Близнецы** | **Gemini - Gem** | **B** | Поиск новых возможностей и активный обмен информацией |
| **Рак** | **Cancer - Can** | **C** | Развитие прочных корней и активация материнского принципа |
| **Лев** | **Leo - Le** | **D** | Процесс творческого роста и проявления |
| **Дева** | **Virgo - Vi** | **E** | Определенность, трезвый анализ сделанного |
| **Весы** | **Libra - Li** | **F** | Новый импульс активного взаимодействия |
| **Скорпион** | **Scorpio - Sco** | **G** | Перерастание собственных границ, переосмысление |
| **Стрелец** | **Sagittarius - Sa** | **H** | Соотнесение индивидуального с коллективным |
| **Козерог** | **Capricorn - Cap** | **I** | Способность к достижению цели |
| **Водолей** | **Aquarius - Aq** | **J** | Поиск новых возможностей, зарождение нового импульса |
| **Рыбы** | **Pisces - Pi** | **K** | Сбрасывание старого, накопление сил, подготовка к новому циклу |

* **Управитель (он же – Диспозитор) – это планета, принципы функционирования которой в максимальной степени похожи на принципы функционирования соответствующего знака:**
* **Сигнификатор – это планета, принципы функционирования которой в максимальной степени похожи на принципы функционирования соответствующего поля**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Поля | Знаки | Управитель (для знака) Сигнификатор (для поля) |
| **I** | **Овен** | Марс |
| **II** | **Телец** | **Венера** |
| **III** | **Близнецы** | **Меркурий** |
| **IV** | **Рак** | **Луна** |
| **V** | **Лев** | **Солнце** |
| **VI** | **Дева** | **Меркурий** |
| **VII** | **Весы** | **Венера** |
| **VIII** | **Скорпион** | **Плутон (и Марс)** |
| **IX** | **Стрелец** | **Юпитер** |
| **X** | **Козерог** | **Сатурн (и Уран)** |
| **XI** | **Водолей** | **Уран (и Сатурн)** |
| **XII** | **Рыбы** | **Нептун (и Юпитер)** |

* **Управитель поля – это управитель знака, который расположен в поле.**
* **Управитель гороскопа – управитель первого поля.**
* **Поля (Дома) – поля деятельности и реализации индивидуальных потребностей:**

1. Точка индивидуальности – "как я проявляюсь во внешнем мире"
2. Точка возможностей – "какой я в вопросах приобретения ценностей и самооценки"
3. Точка коммуникации – "какой я в общении и обучении"
4. Точка поддержки – "какой я в домашних условиях"
5. Точка влечений – "какой я эмоциональной раскрытии и романтической любви"
6. Точка силы – "какой я в стремлении быть работоспособным и эффективным"
7. Точка взаимоотношений – "каким я хочу видеть своего брачного партнера"
8. Точка пересечения границ – "какой я в сексуальности и опыте совместного сосуществования"
9. Точка мировоззрения – "какой я в вопросах расширения своего я и установления связи с группами"
10. Точка эволюции – "какой я в профессии и ответственности"
11. Точка единомышленников – "каким я хочу видеть своего единомышленника"
12. Точка одиночества – "какой я в своем защитном поведении, но и всвоих потенциях"

**• Аспекты** (угловые расстояния между планетами и точками гороскопа) **-** автономные комплексы, или отщепленные части нашей личности, которые живут своей собственной жизнью, но при этом оказываются спроецированными вовне.

### Планеты как архетипы

Сравнивая действие планетарных паттернов и прописанных архетипов, нетрудно обнаружить их смысловую соотнесенность:

Солнце – Персона,

Луна – Материнское Имаго и Пуэр,

Венера – Анима,

Марс – Анимус,

Меркурий – Психопомп,

Юпитер – Старец-Мудрец,

Сатурн, - Сенекс и Мудрая Старуха;

Нуминозную группу выражают:

Уран – Трикстер,

Нептун – Нуминоз,

Плутон – Трансформация (Смерть и Возрождение).

Ось Эго/Центр, то есть путь индивидуации представит собой весь гороскоп в целом – как процесс, способный актуализировать заданные потенции личности.

В нижеследующей матрице наглядно представлены архетипические значения планетарных принципов.

Более же подробная о самих архетипах представлена в разделе "Синхронистичекские психотехники" в данной книге.

*Матрица. Архетипические соответствия планетарных принципов*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Символ** | | **Астрологическое значение** | **Психологическое и когнитивное значение** | **Архетип по Юнгу** | |
| **L**  **Солнце** | | Власть, активное самопроявление. Эго. | Эго-Персона-Предъявление себя миру-"Внутренний отец". | **Персона**  Социальная роль. Престиж. Самопроявление в социуме | |
| **Великая Мать и Вечное Дитя** | | | |
| **M**  **Луна** | | Плодородие, формообразование. Мать. | Эмоциональность-Бессознательное-  Материнское имаго – внутренний образ матери. | **Материнское имаго – материнский комплекс**  Потенциально активный компонент психики, получающий информацию, прежде всего, от переживаний личной матери. | |
| Свет, просветление, прозрение, добро, счастье, удача. | Образ "хорошей" матери | **Великая Мать – Позитивный полюс**  Материнская забота и симпатия; мудрость и духовный подъем, превосходящие чистый разум; любой благотворный инстинкт или импульс; все, что милосердно, все, что лелеет и поддерживает, помогает росту и плодовитости. | |
| Зло, маяк темных сил, наваждения, искушения, обольщения | Образ "плохой" матери | **Великая Мать – Негативный полюс**  Нечто потаенное, скрытое, темное; бездна, мир мертвых, все, что поглощает, совращает и губит, что ужасает и неотвратимо, подобно року. | |
| Непосредственность восприятия. Интуитивность. Восприятие – пищи, информации, чувств, ощущений. | "Внутренний Ребенок" по Э. Берну. | **Пуэр – Вечное Дитя**  Двойственная природа: возможность примирения борющихся противоположностей, через этот архетип дается чувство судьбы и смысла существования; с другой стороны – невротический компонент личности, отрыв от корней. | |
| **O**  **Венера** | | Женщина, притягательность | Анима-  "Внутренняя женщина"-  Способ эротической самотрансляции | **Анима**  Женственность. Взаимоотношения. Течение и красота жизни. Интуиция и восприятие. Вдохновение и воображение. Расслабление и покой. | |
| **P**  **Марс** | | Мужчина. Активность. Двигательная энергия. | Анимус-  "Внутренний мужчина"-  Способ трансляции личностной энергии | **Анимус**  Мужественность. Забота. Утверждение. Созидание. Руководство. Организация. Строительство. Агрессивная и проникающая энергия. Ориентация. Решительность. Инициация. Концентрация и напряжение. | |
| **Мана-Личности: разрушение или исцеление, харизма, психопомп – посредничество между священным и светским** | | | |
| QЮпитер | | Удачливость, честолюбие, экспансия, рост, изобилие | Принцип удовольствия-Разрешительный отцовский принцип | **Старец-Мудрец**  Эволюция. Инициация. Развитие. Путь. Новые начинания. | |
| N  Меркурий | | Равновесие. Баланс. Ключ к информации. Соединение противоположностей. | Интеллект, язык, общение.  Стиль информационного метаболизма – стиль взаимодействия с Другим | **Психопомп**  Посредник между священным и мирским мирами. | |
| R  Сатурн | | Ограничение, воля, работа, контроль, задержки, ответственность. | Супер Эго-Запретительный и контролирующий отцовский принцип | **Сенекс – "Старый Король"**  Патриархальная структура. Мастер таинственности и одиночества. | |
| Хранительница знаний. Генофонд. Отлаженный механизм регуляции процессов. | Образ мудрой матери | **Мудрая Старуха**  Архетипический образ смысла и мудрости, персонифицированный Великой Матерью. | |
| **Нуминозная группа – Зона Тени и Коллективного Бессознательного: S – T - U** | | | |
| **S**  **Уран** | | Озарение. Резкие, кардинальные преобразования | Внутренний ребенок, восстающий против авторитета отца – Характер протекания Эдипова комплекса – Способ переработки информационного коллективного бессознательного | **Трикстер**  Разрушение старого. Прорыв в сферу нового опыта. Возможность преобразования бессмысленного в осмысленное. "Мудрый Дурак". "Судьба, играющая злые шутки" и вместе с тем – путь к интеграции. | |
| **T**  **Нептун** | | Вдохновение, мистический транс | Внутренний ребенок, бессознательно воспринимающий свою мать – Способ переработки эмоционального коллективного бессознательного | **Нуминоз**  Жертвоприношение. Посвящение. Нечто загадочное и пугающее. Готовность довенриться трансцендентной силе. | |
| **U**  **Плутон** | | Концентрация энергетических ресурсов | Трансгенерационная взаимосвязь с одним из предков-Харизматический отцовский принцип-Способ переработки волевого коллективного бессознательного | **Трансформация - Смерть и возрождение.**  Перемены. Кризисы. Смерть. Рождение. | |

**Психоаналитические контуры зодиакальных знаков**

Рассматривая знак, или зодиакальный импринт в качестве средоточия психодинамических сил, удобно представить его себе в виде некоего смыслового единства, складывающегося из следующих уровней:

**Основа самоидентификации**

**Сексуальный профиль**

**Психотехнология**

**Брак и взаимоотношения**

**Потенции проявления**

**Невротические скрипты (особенности)**

**Овен: Чувствующий, моторный, динамичный– стреемящийся к воздействию, волевой**

*Основа самоидентификации.* Независимость и самоопределение.

*Сексуальный профиль.* Мотивация идет изнутри. Вовлеченность в водоворот своей активности.

*Психотехнология.* Пионерские исследования. Гомеопатия. Акупунктура.

*Брак и взаимоотношения.*Независимость и свобода во взаимоотношениях

*Потенции*: Раскрытие своего Я. Бдительность. Духовное начало. Видение своей жизни. Индивидуальность. Кругозор. Доблесть. Личная точка зрения. Личное мастерство. Личные перспективы. Манера держать себя. Намерение. Напористость. Настойчивость. Нахождение себя. Осознание. Самоосознание. Самопознание. Самосовершенствование. Самоутверждение. Свобода воли. Свобода действий. Сила духа. Уверенность в себе. Центр внимания.

*Невротические скрипты:* Взаимное или встречное обвинение. Злоба. Злопамятность. Кризис идентичности. Манерность. Нетерпеливость. Настороженность. Позерство. Поглощенность собой. Показное. А также – "марсианские" расстройства (см. раздел о планетах).

**Телец – думающий, фиксирующийся, практичный – умеющий накапливать, волевой**

*Основа самоидентификации.* Материальные ощущения, эмоциональное включение в дело. Важна стабильность.

*Сексуальный профиль.* Дисбаланс: из-за страха материальной утраты.

Базируется на естественном высвобождении природных инстинктов, а также потребности в материальном комфорте.

*Психотехнология.* Восприятие через органы чувств. Мудрость – "здравый смысл" – народные лекарства и знания.

*Брак и взаимоотношения.*Потребность в стабильности и основательности взаимоотношений. Партнер должен быть рядом.

*Потенции.* Адекватность. Безмятежность. Вдумчивость. Внимательность (предупредительность, чуткость). Воспитанность. Выносливость. Доброта. Довольство. Достоинство. Заботливость. Использование. Ласковость. Невозмутимость. Оборотистость. Полезность. Получение удовлетворения. Расслабление. Красивая речь. Самоуважение. Собственная значимость. Стойкость. Терпеливость. Томность. Чувственность. Эстетическое чувство.

*Невротические скрипты.* Боязнь нищеты. Безрассудная смелость. Злоупотребление. Потакание своим желаниям. Самодовольство. Сибаритство. А также – "венерианские" расстройства.

**Близнецы: думающий, адаптирующийся, интеллектуализирующий – стремящийся к воздействию, впечатлительный**

*Основа самоидентификации.* Ощущение самоценности через чувство интеллектуальной компетенции.

Дисбаланс: из-за неадекватности в контактах.

*Сексуальный профиль.* Многое значит ментальный обмен. Но опасность доминирования ума над эмоциями.

*Психотехнология***.** Восприятие через язык, видение мира через изобилие слов. НЛП, речевая терапия. Сила оратора.

*Брак и взаимоотношения.* Потребность в вербальной стимуляции. Нехватка коммуникации ведет к воображаемым диалогам.

*Потенции*. Душевное равновесие. Живость. Здравомыслие. Импровизация. Интеллектуальная адаптация. Лингвистические способности. Любопытство. Маневренность. Многосторонность. Наблюдательность. Неугомонность. Обучаемость. Общение. Острота восприятия. Передумывание (изменение решения). Приспособляемость. Проворство. Простодушие. Размышление. Самовыражение. Способность логически рассуждать.

*Невротические скрипты*. Застенчивость. Изворотливость. Надувательство. Неискренность. Нервные подергивания. Раздвоенность. А также – "меркурианские" расстройства.

**Рак: чувствующий, моторный, сензитивный – умеющий накапливать, впечатлительный**

*Основа самоидентификации.* Самоценность основана на способности выразить свои чувства. Дисбаланс: из-за чрезмерной потребности в заботе (страх утраты любви).

*Сексуальный профиль.* Удовлетворение от ощущения себя любимым и обласканным. Сильна симпатическая связь с семьей.

*Психотехнология.* Восприятие через эмоции.

*Брак и взаимоотношения.* Желание эмоциональной близости и заботы. Существенный ритуал – совместное питание.

*Потенции.* Впечатлительность. Доверие. Единообразие. Заботливость. Опора. Основа. Патриотизм. Потребность в ощущении безопасности. Симпатия. Солидарность. Соответствие. Уверенность в завтрашнем дне.

*Невротические скрипты.* Алчность. Дезориентированность. Душевное одиночество. Жадность (эгоизм). Зависимость. Комплекс неполноценности. Клаустрофобия. Каприз. Эмоциональная неуравновешенность. Пассивность. Ранимость. Скрытность. Тревога, связанная с расставанием (сепарационная тревога). Эмоциональная изоляция. А также – "лунные" расстройства.

**Лев: чувствующий, фиксирующийся, динамичный – стремящийся к воздействию, волевой**

*Основа самоидентификации.* Ощущение значимости через стремление делиться предметом своей гордости. Обучение связано с самовыражением. Дисбаланс: утрата доверия к себе и самоотрицание.

*Сексуальный профиль.* Романтизм и восхищение будят сексуальный ответ. Опасность от выскокомерия, надменности и желания блистать.

*Психотехнология.*Способность давать творческий импульс новым формам выражения. Игротехника. Драматерапия.

*Брак и взаимоотношения.* Нуждаемость в восхищении, романтических ритуалах ухаживания и возможности гордиться партнером.

*Потенции.* Благодарность. Бодрость. Выдержка. Выигрывание. Выразительность. Доблесть. Драматические способности. Любовь к игре. Материнская любовь. Непобедимость. Несгибаемость. Оживление. Оригинальность. Отвага. Очарование. Получение удовольствия. Процветание. Романтичность. Способность обучать. Страсть. Теплота. Хватка. Хладнокровие. Центр внимания. Экспрессивность. Юмор.

*Невротическиескрипты.* Бравада. Внешний лоск. Всемогущество. Высокомерие. Гордость. Доминирование. Корысть. Лесть. Личная власть. Мания величия. Навязывание своей воли. Самомнение. Своенравие. Стремление выглядеть "настоящим мужчиной" или "примадонной". Суетность. Тщеславие. Хвастовство. А также – "солнечные" расстройства.

**Дева: думающий, адаптирующийся, практичный – умеющий накапливать, волевой**

*Основа самоидентификации.* Уверенность в себе – через овладение техниками или чувство своей полезности. Дисбаланс: из-за критики, что приводит к навязчивому желанию самосовершенствования и критике несовершенства других.

*Сексуальный профиль.* Секс рассматривается как служба по созданию комфорта другого или как обязанность.

*Психотехнология.* Аналитическое восприятие. Творчество через практическое мастерство.

*Брак и взаимоотношения.* Анализирование повседневного функционирования и регулировка привычек.

*Потенции.* Аккуратность. Деловитость. Дисциплина. Запасливость. Избирательность. Кротость. Опрятность. Повиновение. Покорность. Послушание. Преданность. Работоспособность. Расторопность. Скромность. Смирение. Совершенство. Тонкое восприятие. Точность. Тщательность. Увлеченность. Уступчивость. Целомудрие.

*Невротические скрипты.* Безнадежность. Беспокойство. Вина. Ворчание. Депрессия. Зависимость. Застенчивость. Ипохондрия. Неврастения. Неприспособленность. Нервное напряжение. Нервное раздражение. Нервный срыв. Нетерпимость. Никчемность. Озабоченность диетой. Отчаяние. Переутомление. Подавленность. Потребность делать замечания. Тревожность. Уныние. А также – "меркурианские" расстройства.

**Весы: думающий, моторный, интеллектуализирующий – стремящийся к воздействию, впечатлительный**

*Основа самоидентификации.* Ощущение значимости основано на демонстрации умения создавать гармонию в окружении. Дисбаланс: поведения другого настолько необычно, что чтобы его понять, требуется выйти за рамки привычного.

*Сексуальный профиль.* Необходимость быть признанным равным и упреки по поводу "взятого и отданного" – важный фактор сексуальных взаимоотношений.

*Психотехнология.*Видение через сопоставление. Балансирование энергий и гештальтпсихология.

*Брак и взаимоотношения.* Потребность в равноправии и одобрении своих действий.

*Потенции.* Брачные чувства. Самопроецирование. Благодарность. Быстрая смена настроения. Взаимодействие. Взаимоотношения. Восприятие цвета. Выход чувствам. Гармония. Гостеприимство. Готовность. Единство. Грациозность. Изощренность. Изысканость. Искушенность. Корректность. Лоск. Общительность. Открытость. Подвижность. Потребность оставаться в тени. Привлекательность. Привязанность. Причастность. Радушие. Социальное сознание. Тождество.

*Невротические скрипты.* Безответственность. Возмущение. Враждебность. Гнев. Злословие. Изнеженность (мужчины). Использование других людей. Клевета. Колебания настроения. Отвращение. Отчуждение. Рационализация. Роль (ожидаемое поведение). Сведение счетов. – А также "венерианские" расстройства.

**Скорпион: чувствующий, фиксирующийся, сензитивный – умеющий накапливать, впечатлительный**

*Основа самоидентификации.* Потребность в интенсивном и глубоком эмоциональном соприкосновении. Дисбаланс: от чувства изолированности – эгоим, ревность, зависть, гнев, мстительность.

*Сексуальный профиль.* Секс расматривается как высший опыт, не смотря на все социальные табу. С другой стороны – чувство вины, греха и стыда, из-за чего сексуальность подавляется.

*Психотехнология.*Техники глубинной психологии – гипнология, символология, психоанализ. Мастер стратегии и шпионажа.

*Брак и взаимоотношения.* Необходима эмоциональная и сексуальная интенсивность. Тенденция устанавливать над партнером контроль или желание привлечь его исключительное внимание.

*Потенции.* Близость. Верность. Взаимность. Выполнение обязательства. Доверие. Духовное возрождение. Способность ускорить или усилить процесс. Изменение своей личности. Интенсификация. Концентрация. Оккультные способности. Острые чувства. Мистическое отношение к смерти. Поддержка – оказанная или принятая. Поиски удовлетворения. Половая сила. Превращение. Притягательность. Самоанализ. Сексуальная интенсивность. Синтез. Трансформация. Щепетильность. Экстрасенсорное чувство.

*Невротические скрипты.* Возмездие. Домогательство. Затаивание обиды. Злонамеренность. Мстительность. Навязчивости. Нанесение удара. Нездоровый интерес. Ненависть. Непреодолимое влечение. Подавление желаний. Предательство. Раздражение. Разочарование. Разрушительность. Ревнивость. Самобичевание. Сладострастие. Упадок сил. А также - "плутонические" расстройства.

**Стрелец: чувствующий, адаптирующийся, динамичный – стремящийся к воздействию, волевой**

*Основа самоидентификации.* Самореализация основана на умении найти цель в чьей-либо жизни и дать толчок идее. Дисбаланс: от неспособности этого – ощущение блуждания без направления.

*Сексуальный профиль.* Поиск правды или приключений стимулирует сексуальную активность.

*Психотехнология.* Концептуальное восприятие. Символизм с этико-религиозными моментами.

*Брак и взаимоотношения.* Требуется интеллектуальное взаимодействие с партнером и соглашение относительно системы верований.

*Потенции.* Вера. Взгляд в будущее. Видение насквозь. Видение перспективы. Восторг. Дар убеждения. Духовное сознание. Желание путешествовать. Идеализм. Интуиция. Информированность. Медитативность. Нравственные сомнения. Обращение в веру. Осмысление. Откровенность. Поиски реальности. Правосознание. Прямолинейность. Религиозное чувство. Сверхсознание. Совесть. Созерцание. Философские искания. Честность. Экстаз. Этика.

*Невротические скрипты.* Самореклама. Вера в свою правоту и непогрешимость. Нарциссизм. Комплекс непогрешимости. Миссионерский комплекс. А также – "юпитерианские" расстройства.

**Козерог: думающий, моторный, практичный – умеющий накапливать, волевой**

*Основа самоидентификации.* Ощущение состоятельности – через результат, который индивидум смог достичь своими собственными усилиями. Дисгармония: когда ч-к считает, что его любят только за то, чего он в жизни достиг.

*Сексуальный профиль.* Может быть страх перед интимностью или эмоциональностью. Сильная амбициозность и стремление преуспеть.

*Психотехнология.* Восприятие через понимание структур. Работа с телом.

*Брак и взаимоотношения.* При угрозе стабильности – склонность устанавливать контроль и требовать послушания.

*Потенции.* Адекватность. Амбиция. Благопристойность. Быстрота. Важность. Владение (предметом, ситуацией). Властность. Воспитанность. Господство. Деловая хватка. Доверие. Достоинство. Здравый смысл. Зрелость. Место в обществе. Невозмутимость. Нерушимость. Ореол власти. Ортодоксальность. Ответственность. Откровенность. Официозность. Планирование. Положение социальное. Полученное признание. Постоянство. Предусмотрительность. Престиж. Прилежание. Приличие. Принципиальность. Профессионализм. Пунктуальность. Рассудительность. Расчетливость. Роль отца. Самообладание. Саморазвитие. Стоицизм. Строгость. Терпение. Трезвость. Уместность. Упорство. Чувства к родителям.

*Невротические скрипты.* Некомпетентность. Скупость. Смущение. А также – "сатурнианские" расстройства.

**Водолей: думающий, фиксирующийся, интеллектуализирующий – стремящийся к воздействию, впечатлительный**

*Основа самоидентификации.* Самореализация – через следование своему оригинальному плану и осознании своей уникальности. Дисбаланс: мятежность из-за отсутствия дисциплины.

*Сексуальный профиль.* Сексуальный отклик стимулирует необычное.

*Психотехнология.* Новаторское восприятие. Видение через будущие возможности. Работа с вибрациями. Имагинации.

*Брак и взаимоотношения.* Желание иметь свободу, а также экспериментировать с переменой ролей.

*Потенции.* Беззаботность. Беспечность. Бунтарский дух. Воля. Готовность к объединению. Дружественность. Задатки лидера. Здравомыслие. Знакомство. Надежды. Неудовлетворенность. Независимость. Новые идеи. Преданность общему делу. Прогрессивное мышление. Прямодушие. Специфичность. Чувство гражданского долга. Оригинальность. Эксцентричность. Эмпатия.

*Невротические скрипты.* Манипулирование. Моделирующие установки. Отчужденность. Ощущение равнодушия или безразличия. Сексуальное извращение. Эмоциональное опустошение. Тоска (по чему-л.). А также – "уранические" расстройства.

**Рыбы: чувствующий, адаптирующийся, сензитивный – умеющий накапливать, впечатлительный**

*Основа самоидентификации.* Самореализация – через самоотверженное служение. Дисбаланс: из-за отсутствия поддержки – комплекс жертвы-мученика.

*Сексуальный профиль.* Сублимация сексуальности в духовную реализацию.

*Психотехнология.* Ведущую роль играют: воображение, сон, медитация. Мудрость сочувствия.

*Брак и взаимоотношения.* Стремление к полному доверию и преданности, придающим ценность и смысл.

*Потенции.* Воздержание. Жертвование на благотворительные цели. Индивидуальные занятия. Испытывание на себе. Религиозность. Наложение ограничений. Парапсихологическое воздействие. Пассивное сопротивление. Покаяние. Пребывание в одиночестве. Самопожертвование. Сентиментальность. Скрытность. Сострадание. Способность к интеграции. Способность чувствовать невидимое или скрытое. Сублимация. Тайные чувства. Хранение секрета или тайны.

*Невротические скрипты.* Глубокая печаль. Делаемое себе во вред. Жалость к себе. Зависимость. Замкнутость. Нанесение себе вреда. Обольщение иллюзией. Комплекс вины. Самообман. Стыд. Упадок (сил, духа). Фрустрация. Халатность. Эскапизм - уход от жизненных проблем. А также – "нептунианские" расстройства.

Если мы хотим рассмотреть зодиакальный паттерн на еще более глубинном и тонком уровне, то нам следует осознать один важный принцип: знак – это, преждле всего, концентрированный фокус той стихии, которая через него проявляется.

* **Огонь: Овен – Лев – Стрелец**
* **Земля: Козерог – телец – Дева**
* **Воздух: Весы – Водолей – Близнецы**
* **Вода: Рак – Скорпион – Рыбы**

**Поля (дома) карты как предмет астропсихологии**

Система домов (полей) делает космограмму собственно гороскопом, или натальной картой, показывая, в какой области жизни осуществляются динамические принципы как события. Собственно говоря, здесь мы имеем дело с двенадцатью акцентами, последовательно воспроизводящимися в нашей жизни.

Традиционная астропсихология, наполняя пространство полей психологическим содержанием, представляет их в виде самодостаточных, хотя при этом и взаимозавязанных друг на друге смысловых структур.

ПОЛЕ 1 (Начало первого поля – Асцендент, АС)

*Тема "Я". "Я сам". "Я существую".*

Отражает индивидуальность, личные особенности, внешность, манеру поведения, конституцию, витальность, ощущение собственного "Я". Первая тема определяет особенности умственной деятельности и характера в целом, и потому представляет собой реализацию личности в импульсивном и спонтанном проявлении, зачастую предопределяя ее профессиональные склонности.

Ключевые понятия: самораскрытие, самоидентификация, побуждение, воля, индивидуальность.

ПОЛЕ 2

*Тема возможностей. "Я владею". "Я имею".*

Вторая тема делает акцент на понятии "ценности". И поскольку ценностями, имуществом могут выступать как материальные объекты, так и душевные свойства, например, такие как собственные идеи, мнения, эго, то вторая тема раскрывается в процессе адаптации индивида к окружающей среде через свойства его ресурсности.

Ключевые понятия: собственность, ощущение собственной ценности, уверенность в собственных возможностях, способность расслабиться и насладиться комфортом, вознаграждение за услуги, прибыль от профессиональной деятельности.

ПОЛЕ 3.

*Тема связей. "Я мыслю". "Я сообщаю".*

Отражает процесс первичного расширения внутреннего пространства посредством первых контактов, установления информационной связи с миром, использования средств общения.

Данная тема также актуализирует характер общения с близкими родственниками, соседями, братьями, сестрами, управляет поездками на близкие расстояния и начальным образованием. 3-ю тему можно рассматривать как проявление базовой потребности в общении с окружающим миром.

Ключевые понятия: поиск знаний, общение, лингвистические навыки, интеллектуальная адаптация, способность к воспроизведению информации, мышление, рассуждение, ментальная восприимчивость.

ПОЛЕ 4 (Начало четвертого поля – "Глубина Неба", IC)

*Тема происхождения. "Я чувствую". "Я забочусь".*

Представляет собой истоки, глубинные корни, родительский дом, первое семейное окружение, родину, сокровенное. Это тема традиции, заботы, преданности, защиты.

В характеристике психодинамического подхода толкуется как базовая безопасность, базовое доверие.

Ключевые понятия: история, традиция, воспоминание, забота, вскармливание, идеал-эго охраняющей и заботливой матери, устои, приверженность к вещам, основа, символ, начало и завершение любого процесса.

ПОЛЕ 5.

*Тема влечений. "Я проявляю себя" "Я демонстрирую".*

Сюда относятся такие категории как – дети, развлечения, азарт, творческое самопроявление. Для большинства людей принцип творческого самовыражения проявляется в зачатии детей, которое само по себе теснейшим образом сосуществует с принципом удовольствия. Поэтому, уточняя формулировку 5-й темы, можно говорить не о творчестве в его понимании как специфического процесса создания интеллектуального, эмоционального или эстетического продукта, но творческой спонтанности любого сублимированного поведения. Так, например, в применении к пятой теме мы говорим о любовном влечении, но не в физиологически-сексуальном его аспекте, а в сублимированном – романтическом.

Ключевые понятия: романтические чувства, влюбленность, креативная спонтанность, эго-состояние ребенка в терминологии Э. Берна, игра, азарт, развлечение, самодемонстрация, везение, артистизм, удовлетворение, способность превратить работу в игру, беззаботность.

ПОЛЕ 6.

*Тема служения.. "Я нахожу свое место". "Я служу".*

Принадлежностью данной темы становятся здоровье, работоспособность, эффективное функционирование, служение, обслуживание. Эта тема раскрывается в спиритуальном, мистическом осмыслении служения. Если пятая тема, затрагивающая принцип сублимации, акцентирует его в эго-позиции нарциссического самоудовлетворения посредством другого, то шестая тема доводит сублимированный аспект до степени *целомудренности*. Разумеется, под таковой не понимается половое самоограничение. Целомудрие есть категория не физиологическая и даже не нравственная, но духовная. Целомудрие, проявляющееся как мудрость собственной цельности, выражает, прежде всего, открытие индивидуального ума надиндивидуальному разуму, впусканию в себя первого проблеска идеи Божественного, которая немыслима без признания того, что в мире есть не только "Я", но есть еще и "Другой". Поэтому шестую тему можно обозначить и как точку перехода от суженной эгоистичности принципа "жизни для себя" к расширенной бытийности "существования для другого". Подобное осуществление как раз и реализуется через практику служения, постижения более утонченного по сравнению с пятой темой наслаждения, которое в конечном итоге, приносит собственная смиренность.

Ключевые понятия: продуктивность, отношение к работе, охотно оказываемые услуги, обязательства, преданность, самоотверженность, верность, эффективность функционирования.

ПОЛЕ 7 (Начало седьмого поля – Десцендент, DC)

*Тема "Ты". "Я заключаю союз". "Мы есть".*

Это тема партнерства, супружества, взаимоотношений. С одной стороны, она развивает предыдущую тему, относящуюся к сфере отношений, но с другой, являет собой качественно новую позицию в жизни человека. Если шестая тема вынуждает нас смиренно признать свое подчиненное положение, то седьмая заявляет о характере именно равных отношений. Такова суть жизни – невозможно стать мастером, не пройдя этап подмастерья. И хороший врач не понаслышке знает работу санитара и медсестры.

Ключевые понятия: сотрудничество, взаимодействие, участие, оппозиция, споры, супружество, разделение обязанностей, взаимопомощь, компромисс, конкуренция, гармония, поведение, манеры, социальные взаимоотношения, терпимость к взглядам других.

ПОЛЕ 8.

*Тема границ. "Я дохожу до сути". "Я трансформируюсь".*

В данном смысловом поле акцентируются категории смерти, сексуальности, тайны, трансформации, денег другого.

Восьмая тема устремляет нас в бездну наших самых глубинных мотиваций, выводя на ту бытийную грань, где происходит соприкосновение с экзистенцией пограничной ситуации – экстремумом человеческого существования.

Это тема смерти. Однако мы осознаем, что смерть может восприниматься как в смысле как физическом, так и символическом. Когда мы говорим о рождении чего-то нового, мы указываем как на непременное условие при этом на умирание, отмирание старого. Рождение ребенка - это смерть плода. Чтобы родился хороший студент, надо, чтобы умер вчерашний школьник. Любая инициация всегда связана со смертью. Поэтому основной акцент восьмой темы – регенерация, трансформация, а также – инициация, посвящение.

Ключевые понятия: глубина, потребность сокровенного сосуществования с другим человеком, обмен сокровенным, взаимовлечение на уровне бессознательного, гипнотизм, сексуальный магнетизм, уничтожение, отделение, сотворение, глубинное зондирование, погружение в экзистенциальные глубины.

ПОЛЕ 9

*Тема Мировоззрения. "Я верю". "Я устремляюсь".*

Восьмая тема подводит нас к пограничной ситуации, заставляя соприкоснуться с собственными глубинами, девятая тема побуждает перейти через границу и расширить опыт индивидуального жизненного пространства. Постижение глубины инициирует возможность достижения вершины.

Страдания восьмой темы, способные произвести очистительный эффект мощного катарсиса, просветленно разряжаются в осознание свободы, дарующее небывалую новизну самовосприятия и удивидельную легкость самоприятия. Девятая тема "дальних путешествий" предполагает как телесные перемещения, так и странствия духовные. Здесь она подхватывает и развивает импульс третьей темы, выводящей человека из личностной скорлупы в окружающий мир.

Ключевые понятия: поиск и обретение нового жизненного опыта, экспериментирование с собственной жизнью, развитие, преодоление пределов, исследование новых миров, странствия, соприкосновение с мирозданием, осознанное формирование собственного мировоззрения и миропонимания, расширение сознания, внутреннее озарение, представление о Боге, вероисповедание, личная этика, философия, правосудие, изучение древних культур, публикация, ученая степень, абстрактное мышление.

ПОЛЕ 10 (Начало десятого поля – "Середина Неба", МС).

*Тема цели. "Я ощущаю свое призвание". "Я формирую свой авторитет".*

Десятая тема актуализируется в профессиональных достижениях, результатах жизненной деятельности, авторитете, престиже, социальном статусе.

Данная тема раскрывает вопрос нашей самореализованности, и она, также как и шестая тема затрагивает понятие профессии. Однако если шестая тема делает акцент на профессии как на *работе,* подчеркивая ее исполнительский, функционерский аспект, то десятая тема говорит о профессии как призвании и вытекающем отсюда признании.

Это точка нашей социальной экстраверсии, назависимо от нашей характерологической экстравертности или интравертности, подобно тому, как четвертая тема, диалектически противостоящая десятой, глубинно интровертна.

Поэтому в десятой теме звучит мотив достижений. В девятой теме мы постигаем, в десятой – достигаем. Здесь на нас смотрят другие и дают оценку нашей деятельности, являясь своеобразным социальным зеркалом для нас.

Ключевые понятия: рост, зрелость, ответственность, уважение, свершение, старшинство, авторитет, отцовская фигура, мудрость, воздаяние, последствия поступков.

ПОЛЕ 11.

*Тема общественности. "Я нахожу друзей". "Я обретаю социальную позицию".*

Здесь мы соприкасаемся с понятиями - друзья, социальные связи, идеалы, социальные группы.

Осевой акцент одиннадцатой темы сосредоточен на последствиях наших поступков и стремлении к переменам. Здесь конденсируются наши ожидания, касающиеся нашего места в социуме и того, насколько мы себя мотивируем занять это место. Само же понятие дружбы в пространстве данной темы отличается от романтики отношений пятой темы, восходя к восприятию человечества в целом. Одиннадцатая тема открывает нам перспективы активного расширения для наших устремлений в области разветвленных социальных контактов. Подобная позиция естественным образом соотносится с идеей *преобразования* мира и непосредственно устремлена в будущее, и адекватной характеристикой такой устремленности является слово *прорыв*.

Ключевые понятия: надежды, желания, стремления, потребность в улучшении судьбы, группа, совместные действия, единение, товарищество, братство, политические партии, формирование общественного мнения, распространение идей, обмен информацией с окружающими, внезапные озарения, перемены.

ПОЛЕ 12.

*Тема уединенности. "Я уединяюсь". "Я один на один с собой".*

Позиция двенадцатой темы открывает связь с бессознательным, углубленность, внутреннее, доступы к глубинной памяти, погружает в изоляцию.

Данная тема в жизни человека является одной из самых таинственных, труднопостижимых, так как она непосредственно связана с раскрытием тайн бытия через интенсивное самопогружение, соприкосновение внутри себя с мирами запредельными. Это терминальная точка нашего существования, где замирает всякая социальная активность, где гениальность и безумие сосуществуют по-соседски. Здесь гений и злодейство вполне совместны, ведь недаром в классической формулировке герметической философии данная тема определялась как "дом тайных врагов", и не стоит забывать, что злейшими врагами зачастую для нас становимся мы сами. Большинство людей боится звучания этой темы, потому что она поворачивает их лицом к бездне, отчуждает от мирской конкретики, отождествляемой с реальностью. В трансовых разводах двенадцатой темы обыденная действительность повседневности размывается, дезориентируется, становится зыбкой и отдаленной. Выворачиваемое наизнанку сознание рискует обернуться психотическими мерцаниями потревоженной души. Но, вместе с тем, именно здесь, в беспредельной самоуглубленности сумеречной одиозности пребывает извечный источник, рождающий дар пророчеств, мистическую интуицию, жертвенность и мощь творческого воображения.

Ключевые понятия: всепроникновение, уход, изоляция, заточение, одиночество, освобождение, медитация, личные ограничения, госпитализация, преодоление ограничений, растворение, инобытийность, мистицизм.

**Планетарные эффекты в полях карты**

**Марс**

"В это поле меня неосознанно, иррационально, импульсивно, инстинктивно тянет. К этому полю я испытываю свой первичный интерес. Это поле может стать проводником для моей профессиональной реализации".

**Венера**

"В этом поле я нахожу основное энергетическое (психоэмоциональное) питание, ассоциируемое на психологическом уровне с поддержкой, покровительством, защитой, любовью".

**Меркурий**

"Этот поле является местом моего основного, главного, актуального, наиболее активного общения. Это поле меня мотивирует на обучение, научение, интеллектуальное и познавательное развитие. Это поле является местом приложения моей интеллектуальной и функциональной эффективности".

**Луна**

"Это поле является моим эмоциональным убежищем, моей крепостью, моей защитой. Сюда меня тянет, и здесь я нахожу уют и отдохновение".

**Солнце**

"Это поле для меня является самым значимым с точки зрения самопроявления, средоточия и фокусировки моей жизненной энергии. Здесь происходит расстановка моих главных жизненных смыслов. Здесь же акцентируется и мое чувство Промысла".

**Венера**

"В этом поле я инстинктивно ищу эмоционально значимые контакты, ибо интуитивно ощущаю, что именно здесь могут произойти наиболее значимые и знаковые для меня встречи".

**Плутон**

"Это поле является для меня зоной глубоких преображений, основой моих личностных трансформаций, а также встречей с "неведомым", имперсональной волей. Это место – "не, где я делаю", а "где со мною происходит".

**Юпитер**

"Это поле я воспринимаю как место, где я могу легко и спонтанно развиваться. Это – сфера моей уверености, свободы, независимости. Посредством этого поля я могу разрешать свои жизненные проблемы и "исцелять" ситуации.

**Сатурн**

"Это поле является для меня зоной изначальной импринтной уязвимости, ощущения слабости, несостоятельности. Здесь я могу ощущать себя скованно и зажато. Но в то же время это поле становится для меня своеобразным вызовом, стимулом, побуждающим через компенсаторную активность принять ответственность за разрешение моих фундаментальнеых задач и почувствовать свою судьбу. Здесь реализуется сценарий "превращения гадкого утенка в прекрасного лебедя".

**Уран**

"В этом поле я могу получить знаки судьбы, намеки-синхронизмы, "электрические" разряды озарений, доступ к информационному полю коллективного бессознательного. Здесь простирается сфера перемен, молниеносных зигзагов судьбы, внезапных событий. Здесь распадаются конструкции устойчивых смыслов и формулировок"

**Нептун**

"Это поле способно пробудить мое трансперсональное сознание, осуществить выход к постижению иррациональных, мистических явлений. Соответственно, на проявлениях этого поля лежит отпечаток "размытости", странностей, ускользания, иллюзорности. Это поле, где я чувствую себя "не от мира сего", но, тем самым, это и место, где вполне возможна моя встреча с "мирами иными".

**Поле как потребность и поле – как поле деятельности**

1. Действие и независимость - "Индивидуал"
2. Область накопления и ресурсов - "Владелец"
3. Поведение в группе, общение, информационный обмен - "Коммуникатор"
4. Базовая потребность в материнской защите (дом, уют, жилищный комфорт, связь с предками) - "Опекун"
5. Спонтанность самопроявления, демонстрация себя окружающим - "Актер"
6. Эффективное функционирование, ощущение своей пользы (полезности) - "Трудоголик"
7. Вовлечение в сферу партнерских отношений - "Общественник"
8. Потребность в катарсисе, экстремальной эмоциональной разрядке, стимуляции сексуального напряжения - "Гипнотизер"
9. Потребность в свободе, расширении границ личности - "Миссионер"
10. Потребность в признании, власти, ответственности - "Авторитет"
11. Потребность в коллективном творчестве, устремленность в будущее - "Авангардист"
12. Потребность в самопознании, уединении, жертвенности и отказе от социальных ролей - "Мистик"

**Геометрия судьбы**

Астрология – это область цепных реакций. Будучи философией времени и перемен, она рассматривает и пространство как некую осмысленную субстанцию, непрерывно порождающую новые качества, где каждая точка не только существует сама по себе, но и, проецируя свою энергию, излучает себя вовне и там начинает взаимодействие со множеством других излучений, инициируя новые связи, состояния, события, значения.

Все в этой жизни имеет значение – поскольку может быть обозначено и выражено символическим способом, в том числе и числовом. С другой стороны, все значения каким-то таинственным, более или менее явным, образом соотносятся друг с другом. В модели Унитарной (т.е. единой, такой, в которое все связано со всем) Вселенной **мир есть, в первую очередь, система отношений**, и не существует такого явления, которое бы не было связано с другим явлением.

Поскольку происходящее происходит всегда в пространстве, объектном или метафорическом, то и любые отношения всегда можно описать в категориях протяженности и расстояния. По поводу приведенного суждения интересно процитировать Людвига Витгенштейна: *"Вполне можно пространственно изобразить какое-то событие, противоречащее законам физики, событие же, противоречащее законам геометрии – нельзя".* Психология рассматривает характер межличностных отношений, задавая свою систему параметров, однако и в этой системе содержится своя геометрическая парадигма, в которой, придается значение, в частности, расстоянию и взаимному расположению между людьми, на чем и основано толкование так называемого "языка тела".

Сходный смысловой принцип наблюдается и во взаимодействии астрологических величин. Геометрически Зодиак представляет собой окружность, равную 360 º. Таким образом, две любые точки, размещенные на этой окружности, находятся на каком-то угловом расстоянии друг от друга, выраженном в соответствующем количестве градусов. Это угловое расстояние называется ***аспектом***  между данными точками.

Пусть, к примеру точка Х занимает место, отмеченное координатой 0º, а точка У - 90º. Тогда угловое расстояние (аспект) между ними составит 90º. Причем если мы возьмем иные координаты, например не 0 и 90,а, скажем, 10 и 100 градусов, то, не смотря на смещение местопребывания точек, угловое расстояние между ними останется прежним - 90º, так как разница между ними, полученная путем вычитания из большего меньшего, не изменится.

Теоретически мы можем насчитать 360 аспектов (по числу максимально возможных комбинаций, способных составить внутренний угол, наибольший из которых равен 360º), но в астрологической практике значение придается тем углам, которые наполнены психическими и архетипическими смыслами, или, по крайней мере, синхронизируют с ними. Причем аспекты оказывают воздействие не только на точки, которые связывают, но и на поля, и знаки, где эти точки располагаются.

Таким образом, аспект можно определить как геометрию смысла и рассмотреть его в качестве трехчастного единства, представляющего собой:

1. Угловое расстояние (геометрия)
2. Аффект (психическое содержание)
3. Энергетический поток (событийное содержание)

С учетом представленной трехчастной модели рассмотрим основные аспекты - главные, первостепенные, такие, без которых целостное рассмотрение карты оказывается невозможным, (с остальными аспектами мы познакомимся чуть позже):

Этих аспектов 5: соединение, трин, секститль, оппозиция, квадрат.

По характеру своего воздействия представленные аспекты разделяются на

*двойственные* – соединение;

*гармоничные* – трин и секстиль;

*напряженные* – оппозиция и квадрат.

По силе они распределяются следующим образом – самый мощный аспект представляет собой соединение; самый сильный гармоничный – трин, самый сильный напряженный – оппозиция.

***Аспект 0. Соединение.*** Логически, как это вытекает из самого названия, выражает смешение качеств различных объектов, вступающих друг с другом в интенсивную реакцию. Поэтому его ключевой идеей является *интенсивность*, а характер действия – слияние энергетических потоков и принципов вступающих во взаимодействие объектов. Усиливает деятельность индивидуума, способствуя его выдвижению в тех сферах, на которые указывает данный дом карты.

***Аспект 60º. Секстиль.*** Благоприятный, гармоничный, дружественный. Он обеспечивает легкий и плавный энергетический взаимообмен между объектами. Заметно повышает продуктивность действия и высвобождает энергию для реализации идей.

***Аспект 120º. Трин.*** Мощный благоприятный и гармоничный аспект, способствующий легкому и свободному протеканию энергии, лишенному препятствий и сопротивления. Он устанавливает согласие и равновесие между объектами и домами, в которых они располагаются. Его психологические характеристики – легкость, вдохновение, интеграция и развитие планетных сил, активное творческое объединение энергий. Вместе с тем, как известно, любое благоденствие также чревато. И в первую очередь оно чревато опасностью фиксации на комфорте, ленью, мотивированной соображением "если у меня это уже есть, к чему мне еще стремиться?", и как следствие, застоем и регрессией.

***Аспект 180º. Оппозиция.*** Мощный напряженный аспект, характеризующийся открытым, жестким противостоянием сил между объектами и реализующий принцип полярности, двойственности, осознанного столкновения.

***Аспект 90º. Квадратура.*** Меньший по силе, чем оппозиция, но также довольно мощный, напряженный аспект, индуцирующий ситуацию вызова, конфликта, взаимного блокирования энергетических потоков, ограничения, подавление сил. Создает преграды, препятствия, трудности реализации. С другой стороны, он указывает на способность концентрации, самоограничение и, таким образом, может явиться наравне с оппозицией мощным стимулятором духовного развития.

К указанным – базовым, основополагающим аспектам можно добавить еще, хотя и менее значительные, но, тем не менее, довольно существенные аспекты из так называемой минорной группы, в отношении которых мнения атрологов единозначны. Действие минорных аспектов сильнее проявляется во время транзитов, когда они "вкючаются" и начинают проявлять свою активность.

***Планеты без аспектов.*** Планета, не связанная с другими аспектами, занимает особое положение, она обладает самодостаточностью и стремится максимально использовать собственные возможности, проявляя особенную силу.

**Текстовый интерпретатор аспектов**

**Луна**

в реагировании на влияния других я испытываю:

влияние матери проявляется через:

я транслирую из детства:

Мое отношение к женщине (для мужчины) проявляется как:

Моя женская и материнская роль(для женщины)проявляется как:

**Соединение** - Интенсивность чувств и доминирование эмоционального влияния.

**Секстиль** - Эмоциональное развитие

**Квадрат** - Эмоциональные препятствия и разочарования от пренебрежения.

**Трин** -Творческая сила воображения. Чувствительность к настроениям других.

**Оппозиция** - Эмоциональные трудности в отношениях с другими. Проецирование.

**Меркурий**

в общении и обучении проявляются:

**Соединение** - Сильные духовные способности.

**Секстиль** - Возможности духовного роста. В этой области хорошее мышление.

**Квадрат** - Преграды в учении и контактах. Предвзятость мнений, односторонние взгляды.

**Трин** - Вдохновение. Успех.

**Оппозиция** - Трудности в контактах из-за различия мнений.

**Венера**

В общественных, сексуальных, романтических потребностях мною переживается:

В тесных взаимоотношениях мною переживается:

**Соединение** - Легкость и чувствительность.

**Секстиль** - Развитие социальных и эстетических качеств.

**Квадрат** - Неудовлетворенность в любви. Трудности в общественных отношениях.

**Трин** - Радостная, творческая, романтическая способность выражения. Аттрактивность. Притяжение людей, которые могут помочь.

**Оппозиция** - Трудности в эмоциях и любви. Сверхчувствительность и слишком большая требовательность. Разочарования и подавленность.

**Солнце** в моем самовыражении, использовании потенциала сил, развитии власти и идентичности

осуществляется:

**Соединение** - Воля, творческая реализация, инициатива.

**Секстиль** - Развитие творческих сил, возможности самовыражения.

**Квадрат** - Трудности в самовыражении. Или стимул для больших достижений или реакции отчаяния.

**Трин** - Свободный поток творческих сил.

**Оппозиция** - Волевые конфликты с другими. Властолюбие. Разочарование от пренебрежения. Ощущение загнанности.

**Марс**

моя способность активно действовать проявляется как:

**Соединение** - Тенденция активно вмешиваться в дела. Энергия созидания.

**Секстиль** - Инициатива, работоспособность.

**Квадрат** - Разочарование в активности. Опрометчивость.

**Трин** - Страстная влюбленность в жизнь.

**Оппозиция** - Трудности во взаимоотношениях из-за склонности к агресии.

**Юпитер**

мое самоутверждение и расширение собственного влияния, привлечение других к сотрудничеству проявляется как:

**Соединение** - Оптимизм и доброжелательность. Желание сотрудничества.

**Секстиль** - Быстрый духовный рост. Успех в образовании и писательстве, в работе в коллективе.

**Квадрат** - Чрезмерное честолюбие.

**Трин** - Счастье и легкое продвижение. Таланты и источники помощи.

**Оппозиция** - Трудности во взаимоотношениях. Требования от других слишком многого. Склонность воплощать планы за счет других. Авантюрность.

**Сатурн**

результаты моей самодисциплины, концентрации, преодоления через усердие и ограничения проявляются как:

**Соединение** - Честолюбие. необходимость преодолевать много препятствий и ограничений. Дисциплина.

**Секстиль** - Профессиональное и духовное развитие, благодаря труду и организации.

**Квадрат** - Препятствия и ограничения. Неудовлетворенность. Фрустрация. Большие энергозатраты.

**Трин** - Продолжительный успех, благодаря дисциплине и философскому взгляду. Педагогичесчкий дар.

**Оппозиция** - Трудности взаимоотношений из-за эгоизма. Мрачность. Ожесточение.

**Уран**

неожиданные изменения, импульсы перемен в моей жизни, желание независимости и поиск новых возможностей проявляются как:

**Соединение** - Непонятные действия. Интуитивное сверхсознание. Мистицизм. Или духовное восприятие, или самообман.

**Секстиль** - Личностный рост через воображение и интуицию. Творческое общение. Идеализм.

**Квадрат** - Беспорядок. Желание разрушить. Нервозность. Склонность к алкоголизации.

**Трин** - Ясновидение. Оригинальное творчество.

**Оппозиция** - Склонность проецировать. Трудности понимания.

**Нептун**

мои эмоциональные переживания, сензитивность, интуитивно-сверхчувствительные движения души проявляются как:

**Соединение** - Оригинальность. Творческий динамизм. Наличие в жизни частых неожиданных перемен.

**Секстиль** Духовный рост через восприимчивость к новым идеям. Оживленный обмен мыслями.

**Квадрат** Лабильность, импульсивность, поспешность. Частая смена мнений и настроений.

**Трин** Интуитивная творческая сила. Веселость. Волнующие приключения.

**Оппозиция** Трудности взаимопонимания. Необязательное, но требовательное поведение. Ненадежность. Капризность.

**Плутон** – фундаментальный принцип воли и энергии в моей жизни действует как:

**Соединение** Большая способность к концентрации. Мощная воля.

**Секстиль** Духовный рост. Тайноведение. Писательство.

**Квадрат** Нетерпеливость. Высокомерие. Склонность действовать напролом. Диктаторские наклонности.

**Трин** Творческое приложение воли и концентрации. Дар реформировать окружающее. Целительство, пророчествование.

**Оппозиция** Требовательность. Диктаторство. Конфликтность. Авторитарность.

**Неаспектированная планета**

Планеты без аспектов обладают потенциалом "гениальности". Они в максимальной степени рецептивны, то естьоткрыты для активной и мощной реализации своих потенций, нейтральны и самодостаточны для того, чтобы в "чистом" виде активировать свой собственный архетипный принцип.

Однако, о такой планете нельзя сказать как о безусловно благотворной и безмятежно благоденствующей. Напротив, она обладает достаточно выраженным зарядом невротизма, наделяется экстравагантными ураническими качествами и к ней, как нельзя лучше, подходит высказываение Юнга о том, что "если человек не идет навстречу духу, то тогда сам дух приходит к нему, но только уже в виде неврозов и житейских проблем". Принцип действия неаспектированной планеты подобен принципу действия сердца – "все или ничего". Ее носитель либо добивается выдающихся результатов по ее функциям, либо декомпенсируется. Так, например, неаспектированный Меркурий (классический интеллектуальный сигнификатор) наблюдлается в картах Маркса и Марии Кюри.

И поскольку мы заговорили о потенциалах гениальности, или, во всяком случае, о стратегии, позволяющей с максимальной эффективностью реализовать собственные ресурсы, перейдем к следующей теме.

**Аспекты как средство личностного развития**

В действительности тема аспекта не столь однозначна, как это принято считать в некоторых астрологических школах. И на самом деле нет аспектов "плохих" или "хороших". Все они представляют собой виртуальные линии энергетических потоков и просто нюансируют качества проявления одной и той же силы. Даже, если мы рассматриваем классический "напряженный" аспект – такой, как квадратуру, или оппозицию, нам вовсе не следует воспринимать его как некое зло. Ситуация при ближайшем рассмотрении оказывается совсем иной, и мы вполне можем изучить ее именно под углом этого рассмотрения – каждый аспект имеет свою потенцию и свою ловушку. В таком случае классификация аспектных соотношений приоткроет нам оттенки более разветвленных смыслов, в силу чего все основные аспектные группы можно поделить на четыре категории (орбисы аспектов можно уточнить в Приложении):

**I. – Аспекты действия: ключ к энергии, предполагают наличие активности, бросают вызов.**

*Потенции*: Насыщенность и энергичность событий и характера. Мощный запас сил. Потенции к стремительному эволюционированию. Способности к противостоянию. Развитие через максимальное напряжение сил и способностей. Включение в активное проявление и борьбу. Большие возможности для проявления активности, инициативы, самоотдачи. Способность изменить окружающий мир.

К ним относятся уже известные нами *квадрат* и *оппозиция,* но добавляются и новые *– полуквадрат (45), полутораквадрат (135)*

**180 (Оппозиция, или Противостояние):**

*В развитии*: Путь к равновесию через активное взаимодействие. Духовная работа на пике энергий с использованием максимального напряжения. Преображение. Ключ к силе.

Простор для деятельности. Насыщенность жизни яркими событиями. Удовлетворение от борьбы. Ощущение силы от преодоления трудностей. концентрация событий и динамика движения. тема выбора.

*В попустительстве*: Конфликты. Полярности. Противоборство. Разочарование.

**90 (Квадрат)***:*

*В развитии*: Огромные силы в критических ситуациях. Натиск, напор, дерзновение. Моментальный выход на более высокий уровень сознания. Вспышка. Озарение. Контроль энергии.

Яркие, интригующие события. неожиданные нарушения привычного хода событий. Будоражащие, энергичные проявления.

*В попустительстве*: Внезапная вспышка неуравновешенности. Внезапный удар. Внезапный кризис. Внезапное напряжение.

**45 (Полуквадрат):**

*В развитии*: постижение тайн самопознания, борьба с внутренними противоречиями, стремление изменить мир. Утонченная сензитивность.

Внутренние источники силы. Умение сконцентрироваться в необходимый момент. Внутренняя готовность к неожиданностям.

*В попустительстве*: Неудовлетворенность положением вещей. внутреннее раздражение. Скрытая агрессия. Чувство вины. Внутреннее беспокойство, раскол.

**135 (Полутораквадрат):**

*В развитии*: Удовлетворение через борьбу и работу. Умение придать отточенную форму.

Постоянный возврат к нерешенным проблемам. Чувство исполненного долга. Насыщенная внутренняя жизнь.

*В попустительстве*: Возврат напряженных ситуаций. Скрытые удары. Тайная борьба. Вовлечение в сферу напряженного действия. При этом может быть видимость благополучия.

**II. Аспекты стабилизации: ключ к удовлетворению.**

*В развитии*: Свободное и беспрепятственное раскрытие способностей, использование ресурсов. легкость достижения результатов. Благоприятные условия. Писхологическая защищенность. Ощущение легкости бытия. экономия сил.

*В попустительстве*: Расслабленность, изнеженность, леность, разочарование. Инерция. застой. отсутствие яркости проявления.

**120 (Трин):**

*В развитии:* Стабилизация, сглаживание острых проблем, ситуаций. Устойчивость.

Комфорт, расслабленность, покой.

*В попустительстве*: Уход от действий, потребительская ориентация, леность.

**60 (Секстиль):**

*В развитии*: Гармонизация общественной деятельности, контактов, сотрудничество. Сглаживание конфликтов.

Внезапная поддержка, прояснение, выход из кризиса, снятие противоречий.

*В попустительстве*: Уход от действий, потребительская ориентация, леность.

**30 (Полусекстиль):**

*В развитии*: Внутренняя мудрость через принятие мира. Чувство родства с миром. Активация и раскрытие мистических свойств. Способность уравновешивать. познание сути вещей. самопознание. Медитативность.

Умение расслабиться. Тайная помощь и поддержка. Подсказки во снах. сензитивность. способность регулировать внутренние состояния.

*В попустительстве*: Торможение. Замедление. Излишняя расслабленность. Бегство от проблем. Безразличие. Апатия.

**150 (Квинконс):**

*В развитии*: Гармонизация через возврат благоприятных и напряженных ситуаций. Позволяет познать уроки прошлого, повторить опыт заново на новом витке. Благоприятные условия для самореализации. Способность к творческому созиданию реальности.

Чувство присутствия надежного убежища, благоприятной обстановки. видение новых граней в хорошо известном.

*В попустительстве*: навязчивое повторение одних и тех же ситуаций и переживаний. Рутина, застой, завал, нагромождение стереотипов.

**III. Аспекты раскрепощения – ключ к творческой спонтанности**

*В развитии*: свобода творчества, творческий поиск, неординарные проявления. свобода развития и выбора, разнообразие вариантов самопроявления.

*В попустительстве*: разбросанность, хаотичность, авантюрность, легкомысленность, попустительство.

**72 (Квинтиль):**

*В развитии*: Раскрепощение сознания. Творческое преображение через преодоление. Независимость. Легкая встраиваимость в изменения. Духовное обновление, прокладывание новых путей.

Потребность в новизне и оригинальность проявления, возможности для развития.

*В попустительстве*: Утомленность свободой, авантюризм, чувство вседозволенности, пренебрежение возможностями.

**144 (Биквинтиль):**

*В развитии*: Сильная потребность в новшевстве, самостоятельности. Неожиданные повороты и изменения. Пути творческой реализации. Творческое преображение, мобильность, гибкость, способность управлять внешними процессами. Озарение, расширение сознания.

Внезапные события, перемены, способствующие раскрепощению. прояснение, облегчение, вспышки инициативы. Энтузиазм.

*В попустительстве*: Непредсказуемость. неоправданный риск, пустые игры, прожигание жизни, искушение судьбы, метания из крайности в крайность.

**36 (Дециль):**

*В развитии*: Возможность творческого поиска, проявление творческой инициативы, реформ. неожиданное пробуждение тайных или скрытых способностей. Умение настроиться на любую ситуацию и преобразить ее изнутри. внутренняя свобода.

Творческое озарение. Внутренняя потребность в обновлении. Изменение жизни. Интуитивность.

*В попустительстве*: Ножиданные перепады настроения. Развязность. непостоянство.

**108 (Тридециль):**

*В развитии*: Возврат к тем же свободным ситуациям для осознания свободы. Возможность повторить опыт. Владение творческим потенциалом. осознанное использование дара. Устойчивость к перегрузкам. Свободное принятие ответственности.

Укрепление творческого дара со временем. практическое применение дара. Закрепление достигнутого. Глубокое и неспешное раскрытие способностей.

*В попустительстве:* Замыкание на узкой области. Стремление озаботить других и воспользоваться плодами их деятельности.

**IV – Аспекты предопределения – ключ к постижению механизмов судьбы**

*В развитии*: Принятие судьбы, управление через внутреннее усилие. Постижение механизмов судьбы. Поиск и ощущение предназначения. Постижение принципа свободы как осознанной необходимости. Формирование чувства смирения. Исследование причинно-следственных связей событий.

*В попустительстве*: Ограничение свободы. Жесткий контроль. Ощущение тупика и безысходности.

**40 (Нонагон):**

*В развитии*: Способность увидеть суть своего предназначения. Формирование чувства своей миссии. осознание служения как сакрального принципа. Доступ к родовой и генетической памяти.

Систематизация, следование размеренному ритму и условностям.

*В попустительстве*: Ощущение безвыходных ситуаций, внутреннего тормоза, потери инициативы, груза обязанностей.

**80 (Бинонагон):**

*В развитии*: Обретение чувства смысла, видение взаимосвязи вещей и явлений. Упорядочивание. интеллектуальная гармонизация.

Развитие интеллекта через принипы смирения.

*В попустительстве*: Ощущение долга, фатального стечения обстоятельств.

**100 (Сентагон):**

*В развитии*: Самый загадочный аспект. Аспект возврата. Позволяет повторить опыт. Пробуждение чувства истинного направления. Открытие доступа к информации о родовом бессознательном, к механике своей судьбы и способности ею управлять. Формирование самоосознания.

*В попустительстве*: Действие этого аспекта может быть не осознано, не уловлено, и тогда он дает ощущение, как у 40 и 80.

**20 (Полунонагон):**

*В развитии*: постижение мистических законов. Раскрытие тайных механизмов судьбы. Тайноведение.

Постижение хода вещей. Облегчение от осознания исполненного долга.

*В попустительстве*: Ощущение вторжения необъяснимых сил. Отгороженность от мира.

**Аспект – это своего рода дорога, но как проехать по ней, все зависит от водителя.**

Скажу вещь очевидную, но актуальную – и на вполне благоустроенных шоссе (которые можно сравнить с "гармоничными" аспектами) весьма нередко случаются аварии, а на трассах повышенной сложности ("напряженные" аспекты) люди закаляют характер и совершенствуют навыки вождения. Все зависит от водителя.

**Знаковые даты во времени**

*Матрица. Соответствие аспектов и дней.*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этот день, отстоящий от моего дня рождения на:** | **способен активировать такие состояния как:** | **±**  **дней** |
| **0** | Соединение энергий | 10 |
| **180** | В развитии: Путь к равновесию через активное взаимодействие. Духовная работа на пике энергий с использованием максимального напряжения. Преображение. Ключ к силе.  Простор для деятельности. Насыщенность жизни яркими событиями. Удовлетворение от борьбы. Ощущение силы от преодоления трудностей. концентрация событий и динамика движения. тема выбора.  В попустительстве: Конфликты. Полярности. Противоборство. Разочарование. |
| **120 и 240** | В развитии: Стабилизация, сглаживание острых проблем, ситуаций. Устойчивость.  Комфорт, расслабленность, покой.  В попустительстве: Уход от действий, потребительская ориентация, леность. |
| **60 и 300** | В развитии: Гармонизация общественной деятельности, контактов, сотрудничество. Сглаживание конфликтов.  Внезапная поддержка, прояснение, выход из кризиса, снятие противоречий.  В попустительстве: Уход от действий, потребительская ориентация, леность. | 6 |
| **90 и 270** | В развитии: Огромные силы в критических ситуациях. натиск, напор, дерзновение. моментальный выход на более высокий уровень сознания. вспышка. озарение. Контроль энергии.  Яркие, интригующие события. неожиданные нарушения привычного хода событий. Будоражащие, энергичные проявления.  В попустительстве: Внезапная вспышка неуравновешенности. Внезапный удар. Внезапный кризис. Внезапное напряжение. |
| **150 и 210** | В развитии: Гармонизация через возврат благоприятных и напряженных ситуаций. Позволяет познать уроки прошлого, повторить опыт заново на новом витке. Благоприятные условия для самореализации. Способность к творческому созиданию реальности.  Чувство присутствия надежного убежища, благоприятной обстановки. видение новых граней в хорошо известном.  В попустительстве: навязчивое повторение одних и тех же ситуаций и переживаний. Рутина, застой, завал, нагромождение стереотипов. | 3.5 |
| **135 и 225** | В развитии: Удовлетворение через борьбу и работу. Умение придать отточенную форму.  Постоянный возврат к нерешенным проблемам. чувство исполненного долга. Насыщенная внутренняя жизнь.  В попустительстве: Возврат напряженных ситуаций. Скрытые удары. Тайная борьба. Вовлечение в сферу напряженного действия. При этом может быть видимость благополучия. |
| **40 и 320** | В развитии: способность увидеть суть своего предназначения. Формирование чувства своей миссии. осознание служения как сакрального принципа. Доступ к родовой и генетической памяти. Систематизация, следование размеренному ритму и условностям.  В попустительстве: Ощущение безвыходных ситуаций, внутреннего тормоза, потери инициативы, груза обязанностей. | 3 |
| **72 и 288** | В развитии: Раскрепощение сознания. Творческое преображение через преодоление. Независимость. Легкая встраиваимость в изменения. Духовное обновление, прокладывание новых путей.  Потребность в новизне и оригинальность проявления, возможности для развития.  В попустительстве: Утомленность свободой, авантюризм, чувство вседозволенности, пренебрежение возможностями. |
| **100 и 260** | Самый загадочный аспект. Аспект возврата. Позволяет повторить опыт. Пробуждение чувства истинного направления. Открытие доступа к информации о родовом бессознательном, к механике своей судьбы и способности ею управлять. Формирование самоосознания.  В попустительстве: Действие этого аспекта может быть не осознано, не уловлено, и тогда он дает ощущение, как у 40 и 80. | 2 |
| **108 и 252** | В развитии: Возврат к тем же свободным ситуациям для осознания свободы. Возможность повторить опыт. Владение творческим потенциалом. осознанное использование дара. Устойчивость к перегрузкам. Свободное принятие ответственности.  Укрепление творческого дара со временем. практическое применение дара. Закрепление достигнутого. Глубокое и неспешное раскрытие способностей.  В попустительстве: Замыкание на узкой области. Стремление озаботить других и воспользоваться плодами их деятельности. |
| **30 и 330** | В развитии: Внутренняя мудрость через принятие мира. Чувство родства с миром. Активация и раскрытие мистических свойств. Способность уравновешивать. познание сути вещей. самопознание. Медитативность.  Умение расслабиться. Тайная помощь и поддержка. Подсказки во снах. сензитивность. способность регулировать внутренние состояния.  В попустительстве: Торможение. Замедление. Излишняя расслабленность. Бегство от проблем. Безразличие. Апатия. | 1.5 |
| **45 и 315** | В развитии: постижение тайн самопознания, борьба с внутренними противоречиями, стремление изменить мир. Утонченная сензитивность.  Внутренние источники силы. Умение сконцентрироваться в необходимый момент. Внутренняя готовность к неожиданностям.  В попустительстве: Неудовлетворенность положением вещей. внутреннее раздражение. Скрытая агрессия. Чувство вины. Внутреннее беспокойство, раскол. |
| **80 и 280** | В развитии: Обретение чувства смысла, видение взаимосвязи вещей и явлений. Упорядочивание. интеллектуальная гармонизация.  Развитие интеллекта через принипы смирения.  В попустительстве: Ощущение долга, фатального стечения обстоятельств. |
| **144 и 216** | В развитии: Сильная потребность в новшевстве, самостоятельности. Неожиданные повороты и изменения. Пути творческой реализации. Творческое преображение, мобильность, гибкость, способность управлять внешними процессами. Озарение, расширение сознания.  Внезапные события, перемены, способствующие раскрепощению. прояснение, облегчение, вспышки инициативы. Энтузиазм.  В попустительстве: Непредсказуемость. неоправданный риск, пустые игры, прожигание жизни, искушение судьбы, метания из крайности в крайность. |
| **36 и 324** | В развитии: Возможность творческого поиска, проявление творческой инициативы, реформ. неожиданное пробуждение тайных или скрытых способностей. Умение настроиться на любую ситуацию и преобразить ее изнутри. внутренняя свобода.  Творческое озарение. Внутренняя потребность в обновлении. Изменение жизни. Интуитивность.  В попустительстве: неожиданные перепады настроения. Развязность. непостоянство. | 1 |
| **20 и 340** | В развитии: постижение мистических законов. раскрытие тайных механизмов судьбы. Тайноведение.  Понимание хода вещей. Облегчение от осознания исполненного долга.  В попустительстве: Ощущение вторжение необъяснимых сил. Отгороженность от мира. |  |

Таким образом, указанные дни от нашего дня рождения и будут днями с насыщенным смыслом, а их значение и возможности соответствуют описаниям аспектов.

#### Аспекты отношений

Не бывает людей плохих, есть люди, с которыми нам плохо. И наоборот, если мне с кем-то хорошо, то это не значит, что он хороший. Риторическая декларация о том, что с каждым можно поладить, и к каждому найти подход, годится для продавцов и биржевых маклеров, но она неуместна для личных, наиболее сокровенных отношений.

Мы меняемся с той интенсивностью, с какой вступаем в химические реакции наших отношений и взаимодействий, и эти изменения никогда не бывают хаотичными, но они подчиняются вполне определенным закономерностям, которые диктуются ритмами. Опыт работы в психотерапии и психологии подвел меня к осознанию того, что в основе конфликтов и жизненных драм лежит ритмическое несоответствие партнеров, рассинхронизированность их индивидуальных темпов. Впрочем, тема не нова, и она достаточно скрупулезно исследована, в частности, в таких направлениях как нейролинвистическое программирование и соционика. Популярная астрология также уделяет ей заинтересованное внимание, но, обоснованность ее аксиом относительно совместимости тех или иных персонажей в зависимости от их солнечных знаков, вызывает сомнение. Например, выражение о том, что "Льву и Козерогу трудно поладить друг с другом" звучит довольно абстрактно. Льву с Козерогом, быть может, действительно делить нечего, но какое к этому отношение имеют люди, не совсем понятно. К тому же мы теперь знаем, располагая информацией о домах, что "Лев" "Льву" рознь. В конце концов, все мы "львы", все зависит от того, на сферы какого поля эта львиная энергия распространяется, точно также, как и то, что мы все несем в себе силу козерога, сосредоточенную в той или иной области нашего жизнепроявления. С другой стороны, в самом подобном подходе заложена идея ритмологического анализа, которая дает возможность, разумеется, с помощью обстоятельной эмпирической проверки, прийти к весьма продуктивным выводам. И в этом случае достаточно эффективно сработает матрица интервалов.

Однако обратимся к матрице, которую можно прочесть и как текст:

### Матрица. Интервалы и отношения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **С партнером, рожденным в этот день, начиная от моего дня рождения** | **У меня активируются такие темы как:** | **±**  **дней** |
| **0** | В развитии: Взаимное обогащение. Расырытие новых граней собственного функционирования. активация творческого потенциала. благоприятные условия для эволюции.  В попустительстве: Комплексы. размывание, расплывчатось, хаотичность в характере и событиях. | 10 |
| **180** | В развитии: Путь к равновесию через активное взаимодействие. Духовная работа на пике энергий с использованием максимального напряжения. Преображение. Ключ к силе.  Простор для деятельности. Насыщенность жизни яркими событиями. Удовлетворение от борьбы. Ощущение силы от преодоления трудностей. концентрация событий и динамика движения. тема выбора.  В попустительстве: Конфликты. Полярности. Противоборство. Разочарование. |
| **120 и 240** | В развитии: Стабилизация, сглаживание острых проблем, ситуаций. Устойчивость. Комфорт, расслабленность, покой.  В попустительстве: Уход от действий, потребительская ориентация, леность. |
| **60 и 300** | В развитии: Гармонизация общественной деятельности, контактов, сотрудничество. Сглаживание конфликтов. Внезапная поддержка, прояснение, выход из кризиса, снятие противоречий.  В попустительстве: Уход от действий, потребительская ориентация, леность. | 6 |
| **90 и 270** | В развитии: Огромные силы в критических ситуациях. натиск, напор, дерзновение. моментальный выход на более высокий уровень сознания. вспышка. озарение. Контроль энергии.  Яркие, интригующие события. неожиданные нарушения привычного хода событий. Будоражащие, энергичные проявления.  В попустительстве: Внезапная вспышка неуравновешенности. Внезапный удар. Внезапный кризис. Внезапное напряжение. |
| **150 и 210** | В развитии: Гармонизация через возврат благоприятных и напряженных ситуаций. Позволяет познать уроки прошлого, повторить опыт заново на новом витке. Благоприятные условия для самореализации. Способность к творческому созиданию реальности.  Чувство присутствия надежного убежища, благоприятной обстановки. видение новых граней в хорошо известном.  В попустительстве: навязчивое повторение одних и тех же ситуаций и переживаний. Рутина, застой, завал, нагромождение стереотипов. | 3.5 |
| **135 и 225** | В развитии: Удовлетворение через борьбу и работу. Умение придать отточенную форму.  Постоянный возврат к нерешенным проблемам. чувство исполненного долга. Насыщенная внутренняя жизнь.  В попустительстве: Возврат напряженных ситуаций. Скрытые удары. Тайная борьба. Вовлечение в сферу напряженного действия. При этом может быть видимость благополучия. |
| **40 и 320** | В развитии: способность увидеть суть своего предназначения. Формирование чувства своей миссии. осознание служения как сакрального принципа. Доступ к родовой и генетической памяти. Систематизация, следование размеренному ритму и условностям.  В попустительстве: Ощущение безвыходных ситуаций, внутреннего тормоза, потери инициативы, груза обязанностей. | 3 |
| **72 и 288** | В развитии: Раскрепощение сознания. Творческое преображение через преодоление. Независимость. Легкая встраиваимость в изменения. Духовное обновление, прокладывание новых путей.  Потребность в новизне и оригинальность проявления, возможности для развития.  В попустительстве: Утомленность свободой, авантюризм, чувство вседозволенности, пренебрежение возможностями. |
| **100 и 260** | Самый загадочный аспект. Аспект возврата. Позволяет повторить опыт. Пробуждение чувства истинного направления. Открытие доступа к информации о родовом бессознательном, к механике своей судьбы и способности ею управлять. Формирование самоосознания.  В попустительстве: Действие этого аспекта может быть не осознано, не уловлено, и тогда он дает ощущение, как у 40 и 80. | 2 |
| **108 и 252** | В развитии: Возврат к тем же свободным ситуациям для осознания свободы. Возможность повторить опыт. Владение творческим потенциалом. осознанное использование дара. Устойчивость к перегрузкам. Свободное принятие ответственности.  Укрепление творческого дара со временем. практическое применение дара. Закрепление достигнутого. Глубокое и неспешное раскрытие способностей.  В попустительстве: Замыкание на узкой области. Стремление озаботить других и воспользоваться плодами их деятельности. |
| **30 и 330** | В развитии: Внутренняя мудрость через принятие мира. Чувство родства с миром. Активация и раскрытие мистических свойств. Способность уравновешивать. познание сути вещей. самопознание. Медитативность.  Умение расслабиться. Тайная помощь и поддержка. Подсказки во снах. сензитивность. способность регулировать внутренние состояния.  В попустительстве: Торможение. Замедление. Излишняя расслабленность. Бегство от проблем. Безразличие. Апатия. | 1.5 |
| **45 и 315** | В развитии: постижение тайн самопознания, борьба с внутренними противоречиями, стремление изменить мир. Утонченная сензитивность.  Внутренние источники силы. Умение сконцентрироваться в необходимый момент. Внутренняя готовность к неожиданностям.  В попустительстве: Неудовлетворенность положением вещей. внутреннее раздражение. Скрытая агрессия. Чувство вины. Внутреннее беспокойство, раскол. |
| **80 и 280** | В развитии: Обретение чувства смысла, видение взаимосвязи вещей и явлений. Упорядочивание. интеллектуальная гармонизация.  Развитие интеллекта через принипы смирения.  В попустительстве: Ощущение долга, фатального стечения обстоятельств. |
| **144 и 216** | В развитии: Сильная потребность в новшевстве, самостоятельности. Неожиданные повороты и изменения. Пути творческой реализации. Творческое преображение, мобильность, гибкость, способность управлять внешними процессами. Озарение, расширение сознания.  Внезапные события, перемены, способствующие раскрепощению. прояснение, облегчение, вспышки инициативы. Энтузиазм.  В попустительстве: Непредсказуемость. неоправданный риск, пустые игры, прожигание жизни, искушение судьбы, метания из крайности в крайность. |
| **36 и 324** | В развитии: Возможность творческого поиска, проявление творческой инициативы, реформ. неожиданное пробуждение тайных или скрытых способностей. Умение настроиться на любую ситуацию и преобразить ее изнутри. внутренняя свобода.  Творческое озарение. Внутренняя потребность в обновлении. Изменение жизни. Интуитивность.  В попустительстве: неожиданные перепады настроения. Развязность. непостоянство. | 1 |
| **20 и 340** | В развитии: постижение мистических законов. раскрытие тайных механизмов судьбы. Тайноведение.  Понимание хода вещей. Облегчение от осознания исполненного долга.  В попустительстве: Ощущение вторжение необъяснимых сил. Отгороженность от мира. |  |

Из матрицы видно, что все представленные интервальные отношения можно обобщить в шесть типов партнерства:

**Катализаторы -** 0

**Стабилизаторы** - 120 и 240, 60 и 300, 30 и 330, 150 и 210

**Креативные (Креативы)** - 72 и 288, 144 и 216, 36 и 324

**Активаторы** – 180, 90 и 270, 135 и 225, 45 и 315,

###### Контролеры - 40 и 320, 80 и 280, 100 и 260, 20 и 340.

###### О последних поговорим подробнее. Если предыдущие формы отношений со всей очевидностью явствуют из их названий, то "контролеры" требуют определенных пояснений.

###### Контролеры являются из глубин судьбы, и их появление в нашей жизни предзадано и жестко обусловлено. Они появляются с одной целью, одним намерением – научить нас познанию механизмов судьбы, чтобы через подобное научение обрести истинную свободу. На высшем уровне функционирования нашего сознания такие люди побуждают нас к поиску своего предназначения и следованию ему. Если уровень нашего духовного развития средний, в жизни с контролером мы соприкасаемся с темами того, с чем мы должны смириться, примириться. обратить внимание на ситуации и качества характера, корни которых уходят в прошлое. Низший уровень развития самоосознания порождает ощущения ограничения свободы, лишения возможностей, чувство жесткого контроля извне, тупика и безысходности. При высоком уровне самоосознания, как уже было сказано. подобные партнеры способствуют нашему постижению глубин собственной судьбы и предназначения.

Вместе с тем, здесь возникает резонный вопрос – хорошо, матрица матрицей, а как быть, если мы с партнером не "аспектируем" друг друга? В любом случае ответ на этот вопрос только один – "безаспектных" партнеров не существует. Даже если наши дни рождения не укладываются в интервалы, описанные матрицей аспектов, между ними, все равно, происходит взаимодействие, которое характеризуется так называемой *срединной точкой,* или *мидпойнтом* (от англ. middle – середина и point – точка).

Мидпойнты являются мощными информационными указателями, раскрывающими интегральную, суммарную, векторную силу, появляющуюся в результате взаимодействия двух явлений. Это как бы исход химической реакции, ее конечный продукт.

Чтобы вычислить мидпойнт, достаточно просто найти день равноудаленный от дней рождения партнеров, и характеристика этого дня, соотнесенная с зодиакальным знаком и полем карты, как раз составит *точку* отношений.

Для облегчения расчетов, воспользуйтесь следующей матрицей:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **˚** | **Овен**  **0-1-30˚** | **Телец**  **30-60˚** | **Близнецы**  **60-90˚** | **Рак**  **90-120˚** | **Лев**  **120-150˚** | **Дева**  **150-180˚** | **Весы**  **180-210˚** | **Скорпион**  **210-240˚** | **Стрелец**  **240-270˚** | **Козерог**  **270-300˚** | **Водолей**  **300-330˚** | **Рыбы**  **330-360˚** |
| **1** | **0-1˚- 21.03** | 31 | 61 | 91 | 121 | 151 | 181 | 211 | 241 | 271 | 301 | 331 |
| **2** | 2 | 32 | 62 | 92 | 122 | 152 | 182 | 212 | 242 | 272 | 302 | 332 |
| **3** | 3 | 33 | 63 | 93 | 123 | 153 | 183 | 213 | 243 | 273 | 303 | 333 |
| **4** | 4 | 34 | 64 | 94 | 124 | 154 | 184 | 214 | 244 | 274 | 304 | 334 |
| **5** | 5 | 35 | 65 | 95 | 125 | 155 | 185 | 215 | 245 | 275 | 305 | 335 |
| **6** | 6 | 36 | 66 | 96 | 126 | 156 | 186 | 216 | 246 | 276 | 306 | 336 |
| **7** | 7 | 37 | 67 | 97 | 127 | 157 | 187 | 217 | 247 | 277 | 307 | 337 |
| **8** | 8 | 38 | 68 | 98 | 128 | 158 | 188 | 218 | 248 | 278 | 308 | 338 |
| **9** | 9 | 39 | 69 | 99 | 129 | 159 | 189 | 219 | 249 | 279 | 309 | 339 |
| **10** | 10 | 40 | 70 | 100 | 130 | 160 | 190 | 220 | 250 | 280 | 310 | 340 |
| **11** | 11 | 41 | 71 | 101 | 131 | 161 | 191 | 221 | 251 | 281 | 311 | 341 |
| **12** | 12 | 42 | 72 | 102 | 132 | 162 | 192 | 222 | 252 | 282 | 312 | 342 |
| **13** | 13 | 43 | 73 | 103 | 133 | 163 | 193 | 223 | 253 | 283 | 313 | 343 |
| **14** | 14 | 44 | 74 | 104 | 134 | 164 | 194 | 224 | 254 | 284 | 314 | 344 |
| **15** | 15 | 45 | 75 | 105 | 135 | 165 | 195 | 225 | 255 | 285 | 315 | 345 |
| **16** | 16 | 46 | 76 | 106 | 136 | 166 | 196 | 226 | 256 | 286 | 316 | 346 |
| **17** | 17 | 47 | 77 | 107 | 137 | 167 | 197 | 227 | 257 | 287 | 317 | 347 |
| **18** | 18 | 48 | 78 | 108 | 138 | 168 | 198 | 228 | 258 | 288 | 318 | 348 |
| **19** | 19 | 49 | 79 | 109 | 139 | 169 | 199 | 229 | 259 | 289 | 319 | 349 |
| **20** | 20 | 50 | 80 | 110 | 140 | 170 | 200 | 230 | 260 | 290 | 320 | 350 |
| **21** | 21 | 51 | 81 | 111 | 141 | 171 | 201 | 231 | 261 | 291 | 321 | 351 |
| **22** | 22 | 52 | 82 | 112 | 142 | 172 | 202 | 232 | 262 | 292 | 322 | 352 |
| **23** | 23 | 53 | 83 | 113 | 143 | 173 | 203 | 233 | 263 | 293 | 323 | 353 |
| **24** | 24 | 54 | 84 | 114 | 144 | 174 | 204 | 234 | 264 | 294 | 324 | 354 |
| **25** | 25 | 55 | 85 | 115 | 145 | 175 | 205 | 235 | 265 | 295 | 325 | 355 |
| **26** | 26 | 56 | 86 | 116 | 146 | 176 | 206 | 236 | 266 | 296 | 326 | 356 |
| **27** | 27 | 57 | 87 | 117 | 147 | 177 | 207 | 237 | 267 | 297 | 327 | 357 |
| **28** | 28 | 58 | 88 | 118 | 148 | 178 | 208 | 238 | 268 | 298 | 328 | 358 |
| **29** | 29 | 59 | 89 | 119 | 149 | 179 | 209 | 239 | 269 | 299 | 329 | 359 |
| **30** | 30 | 60 | 90 | 120 | 150 | 180 | 210 | 240 | 270 | 300 | 330 | 360 |

1. Просто сосчитайте, каким по счету окажется интересующий вас день, если начинать отсчет от 21 марта (т.е. от 0° Овна, или от точки весеннего равноденствия). Например, 31 мая окажется 70-м днем, а, стало быть, и 70-м градусом. 15 февраля – 328-й день (а, значит, и 328-й градус).

2. Далее просто складываем эти величины:

70° + 328° = 398°, после чего

3. Делим сумму пополам: 398° : 2° = 199°, затем

4. Переводим результат в зодиакальную координату

199° = 19° Весов, и

5. анализируем полученную характеристику: потенциал и стилистика партнерства определяются динамикой паттерна "Весы". Таким образом, планетарные влияния данного союза синхронизируются с влиянием Венеры (управитель Весов). Затем просто следует посмотреть в какие поля карты вас и вашего партнера попадают знак Весы и Венера. Данные темы и будут актуальны в вашем союзе.

**Синтез интерпретации**

В любом интерпретационном процессе важен алгоритм, то есть последовательность поисковых функций. Если придерживаться такового в практике астрологического анализа, то он не представит собой каких-либо существенных сложностей, уводящих в бесконечный тупик бескрайних ассоциаций. Действительно, текстовые ресурсы одной натальной карты таковы, что на их основе можно написать довольно увесистый том, который представит интерес разве что для въедливого исследователя или страстного любителя подобного чтения. Но, для того, чтобы выявить суть изучаемого человека, следует выявить сферу его наиболее насущных интересов или актуальных тем.

Прежде всего, следует определить общую структуру влечений исследуемого индивида, обратив внимание, каким образом распределяются соотношения знаков и полей в его карте.

В качестве фундаментальных факторов мы рассматриваем четыре генетических императива:

1. Движение в сторону безопасности – Вода (Знаки: Рак, Скорпион, Рыбы)
2. Импульс охраны территории – Земля (Знаки: Телец, Дева, Козерог)
3. Нуждаемость в общении – как символьном обмене с целью поддержания единства – Воздух (Знаки: Близнецы, Весы, Водолей).
4. Необходимость в действии и достижении – Огонь (Знаки: Овен, Лев, Стрелец)

Следовательно, соотнесение знаков и домов (полей) укажет на то, в каких областях жизнедеятельности с наибольшей интенсивностью проявит себя тот или иной Механизм Разрядки.

**Знаки воды** контурируют базовую тему безопасности и удовольствия и проявляют себя в таких характеристиках как – "чувствителное, тайное, романтичное, эмоциональное, драматизирующее".

*Рыбы* – стратегия приближения-избегания, поиска симбиотического слияния, поиска безопасности.

*Скорпион* – активное движение к удовлетворению.

*Рак* – наслаждение процессом насыщения (физиологического, эмоционального или ментального).

**Знаки Земли** контурируют базовую тему охраны территории, иерархических отношений, темы власти в структуре доминирорвания-подчинения и проявляют себя в таких характеристиках как - "четкое, планомерное, рациональное. основательное, регламентирующее".

*Дева* – эмоционально-территориальное манипулирование. Стратегия выживания, благодаря скорости, ловкости – т.е. развития инструментально-аналитических навыков интеллекта.

*Телец* – стратегия силы, территориальной самоактуализации ("это моя территория"). Ситуация контроля и управления.

*Козерог* – стратегия доминирования-подчинения, социализация эмоций. Коммуникации и ориентация в структуре власти.

**Знаки Воздуха** контурируют базовую тему восприятия, сохранения и передачи опыта, посредством символьных систем (общения и сообщения) и проявляют себя в таких характеристикакх как – "общение, связи, информационный обмен, вовлеченность в сферу коммуникаций".

*Близнецы* – Стретегия восприимчивого ума, магически реактуализированного использования символов, одобрения и адаптации.

*Водолей* – Стратегия изобретения новых символьных комбинаций. Усовершенствование способов сообщения с целью поддержания общности и общения.

*Весы* – Стратегия кооперации, обмена, партнерства, разделения функций. Установка на получение-давание.

**Знаки Огня** контурируют базовую тему действия, стимуляции, экспансивного поведениия и проявляют себя в таких характеристиках как – "резкое, бурное, конфликты самоутверждения, порывистое. страстное, импульсивное".

*Стрелец* – Стратегия нарциссической сексуальности, идеалистической чувственности, желание видеть свое отражение в мире.

*Лев* – Стратегия активации либидинозной энергии и признания со стороны окружающих через культивацию личной привлекательности.

*Овен* – Стратегия импульсивного поиска ситуаций, через которые возможно достижение переживания полярности "напряжение-разрядка". Ориентация на источник возбуждения.

Далее следует определить местоположение **Марса – как сигнификатора I поля**, или точки индивидуальности. Марс показывает наше первичное влечение, изначальную устремленность, импульс дорациональной поисковой активности.

Местонахождение **Управителя I поля, или Управителя гороскопа** (напомню, что управителем поля называется управитель знака, находящегося в этом поле) раскроет жизненную мотивационную траекторию.

Помимо знаков важно учесть расположение четырех специфических точек в полях карты:

**Нулевая точка Овна** – отражает проявление "Я" в мире и шанс попасть в резонанс с социумом.

**Нулевая точка Весов** – отражает влияние мира на "Я", форму участия и включенности в жизнь социума.

**Нулевая точка Козерога** – отражает настроенность на воплощение замысла, исполнение предназначения, устремленность в будущее.

**Нулевая точка Рака** – отражает созревание замысла, характер глубинных переживаний, влияние прошлого.

Данные четыре точки представляют своего рода "костяк гороскопа", и знание его топографии в нашей карте способно дать нам весьма информативный ключ к самопознанию. Можно сказать, что через поле, в котром располагается 0° Ar мы "присоединяемся" к миру, тонко входим с ним в резонансное взаимодействие, через поле с 0° Lib мы "отдаем" миру. Через поле, где расположена точка 0° Can мы получаем доступ к прошлому и его ресурсам, а поле, содержащее 0° Cap является своего рода "мастерской созревания и оттачивания намерения, нацеленного на воплощение в результат".

Если мы хотим обстоятельно изучить психодинамические, глубинные пласты душевного бытия личности, то нам следует обратить внимание, в первую очередь на местоположение в полет и знаке, а также аспектные взаимоотношения **Луны**, являющейся сигнификатором наших базовых потребностей.

**Асцендент** (точка индивидуальности) покажет отношение личности к начинаниям, особенности ее изменения и эволюционирования.

Если точка индивидуальности лежит в стихии огня, то ее отношение к начинаниям и способы ее изменения предполагант резкое, бурное, активное проявление.

Пребывание точки индивидуальности в стихии воздуха показывает развитие, скорее вдохновляемое влиянием среды, общением, контактами, информационными связями.

Точка индивидуальности в водной стихии предполагает наличие таких качеств как внушаемость, пластичность, чувствительность, впечатлительность, таинственность.

"Земная" же точка индивидуальности в отношении саморазвития и новых дел проявит себя как – твердость, рациональный подход, опора на опыт, поэтапное изменение.

**Профессиональная ориентация –** раскрывается в теме X, VI и II полей.

При этом X поле интерпретируется как поле "призвания", самой профессии, карьеры.

VI поле ответит на вопрос – "какие методы мне следует применять, чтобы быть эффективным в работе"?

II поле ответит на вопрос – "какие способы заработка для меня наиболее оптимальны"? Или – "какие принципы мне необходимо задействовать, чтобы доходы от моей деятельности удовлетворяли меня"?

**Двеннадцатое поле** раскроет с одной стороны, ядерные потенциалы индивида, с другой – обнаружит его подавленные комплексы, на что укажут находящиеся в данном поле планеты и знак, на который приходится его куспид (начало).

**Сексуальная жизнь** проецируется в полях II, V, VIII, особенно в восьмом.

**Характер обучения**, в первую очередь, направялет наше внимание в III поле, а мировоззренческие позиции личности и способы расширения сознания находит отражение в IX поле.

**Личная самооценка и система ценностей** верифицируется по II полю, отношение к **семейственности** и **глубинный эмоциональный ресурс** – по IV. Отношение к совместному творчеству, кооперированию, будущему и взаимодействию в дружеской среде описывается XI полем, а VII поле показывает стиль взаимодействия в равном партнерстве и браке.

Сопоставляя представленные данные, мы получаем возможность целостного судьбоаналитического видения всей карты в целом. На этой основе мы конструируем текст интерпретации как осмысленное толкование.

Сказанное только что, можно отнести и к искусству психотехники в целом. А потому здесь мы можем перейти к послесловию.

**Послесловие**

Вы только что закончили чтение этой книжки и получили определенное представление о том материале, который в ней изложен. Автор представляет себе читательскую аудиторию и осознает, что мнения ее окажутся неоднозначными, как неоднозначны сами люди.

В любом случае, ваших руках оказался мощный метод, позволяющий влиять как на себя, так и на мир. И полученные знания употребляйте только во благо. Этим самым вы поможете, прежде всего, себе. Пусть данное пособие послужит вам в качестве точки опоры для вашего психологического роста, развития творческих данных, укрепления здоровья, укрепления жизненной позиции и достижения успехов.

Не теряйте время на сведение счетов, участие в склоках, не позволяйте рутине властвовать над вами. Неустанно ищите свой Путь, всеми силами стремитесь к нему, и тогда Жизнь сама поведет вас в необходимом для вас направлении.

Успехов вам и до следующей встречи!

Искренне ваш: Цветков Эрнест, д-р медицины по психотерапии.