Сергей Козорез

МЫ МЕНЯЕМСЯ, ОТРАЖАЯСЬ В ДРУГИХ

зеркальные законы людей

УДК 159.9
ББК 88.3
К 59

Все права защищены. Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

К59 **Козорез, Сергей**

Мы меняемся, отражаясь в других. Зеркальные законы людей / С. Козорез. – М.: 1000 бестселлеров, 2026. – 176 с.

ISBN 978-5-00144-617-0

Мы живём в мире образов, которые отражаем в себе. Голоса, лица, книги, музыка, фильмы отзываются в нас, и мы меняемся.

Почему рядом с одними людьми нам становится легче и светлее, а рядом с другими — наоборот? Как мы копируем состояние друг друга? Как окружающие помогают нам раскрывать лучшее в себе?

Эта книга — о зеркальной природе человека: скрытом влиянии людей и медиа. О том, как понимать это влияние, находить источники сил, радости и наполнять жизнь созиданием.

Издание подготовлено издательством «1000 бестселлеров»
г. Москва, ул. 2-я Фрезерная, д. 14.
Электронная почта (e-mail): book_house@list.ru
Сайт: www.k-dom.net, тел.: +7 (903) 401-71-04
Общероссийский классификатор продукции
ОК-005-93, том 2; 953000 — книги и брошюры
Подписано в печать 22.03.2026
Формат 75x90/32. Усл. печ. л. 12,65.
Тираж 5000 экз. Заказ №

16+

ISBN 978-5-00144-617-0

© Козорез С., текст, 2026
© ООО «1000 бестселлеров», 2026

Содержание

ВВЕДЕНИЕ 5

МЕНЯЮЩЕЕ НАС ВЛИЯНИЕ 7

ЛЮДИ И КАРТИНКИ 9

ВЛИЯНИЕ МЫСЛЕЙ ЛЮДЕЙ 20

ДВЕ ПОЗИЦИИ ЖИЗНИ 27

ТРИ НАПРАВЛЕНИЯ ВЛИЯНИЯ 43

ДВЕ ЖИЗНЕННЫЕ ПОЗИЦИИ ЧЕЛОВЕКА 45

ПЕРВЫЙ ЗАКОН –
ЗАКОН ОБЯЗАТЕЛЬНОГО ОТРАЖЕНИЯ 46

ВТОРОЙ ЗАКОН –
ЗАКОН ПРЕОБРАЗОВАНИЯ ОБРАЗОВ 57

ТРИ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЙСТВИЯ
КАЖДОЙ ИЗ ДВУХ ЖИЗНЕННЫХ ПОЗИЦИЙ 60

МИР СОСТОЯНИЙ 69

СПРЯТАННОЕ СОКРОВИЩЕ 71

СКРЫТЫЙ СЛОЙ 73

В ГЛУБЬ ВЕКОВ 85

ГОСПОДИН ТИРАЖ 89

ИНДУСТРИЯ СОСТОЯНИЙ 95

ВЛИЯНИЕ МЕДИА 107

МЕДИА В РАЗНЫХ СРАВНЕНИЯХ 109

ЧИСТОТА В МЕДИА 130

ОТКУДА БЕРЕТСЯ ЗЛО 135

ДВА ЯЩИКА С ИНСТРУМЕНТАМИ 137

КРИЗИС ВЫЖИВАНИЯ В МИРЕ 143

ПРИЧИНЫ НАКОПЛЕНИЯ ОРУЖИЯ В НАС 144

ТОКСИЧНОСТЬ ЛИШНЕГО ОРУЖИЯ 150

ПОЧЕМУ И КАК
ОРУЖИЕ РАЗРУШАЕТ НАС САМИХ 163

ЧТО ДЕЛАТЬ? 169

Посвящается Алексею Васильевичу Бояршинову, с благодарностью за встречи, практические занятия и прекрасные идеи, которые легли в основу этой книги.

ВВЕДЕНИЕ

С детства я чувствовал, что в человеке есть что-то тонкое и волшебное — тайна, которую хотелось разгадать. Я мысленно обращался к Богу: «Дай мне узнать, как устроен человек, и я расскажу об этом всем людям».

Я был уверен, что сумею сделать это простым и понятным языком. В ту пору я поступил на механико-математический факультет МГУ имени М. В. Ломоносова и вполне полагался на свои логические способности. Оставалось дело за малым — узнать истину.

Я искал ответы, обращаясь к разным практикам, которые были популярны в то время. Постепенно у нас из друзей-студентов сложился круг единомышленников. Мы, физики и математики, строили необычные картины мироздания, соревнуясь в новизне взглядов. И все же понимали, что еще очень далеки от истины.

Именно в это время и произошла встреча, определившая мой дальнейший путь. Я познакомился с человеком, который стал моим учителем. Без него эта книга никогда бы не была написана. Это Алексей Васильевич Бояршинов — автор «Актерской гимнастики здоровья» и целой системы взглядов. Я считаю его гением, совершившим большое открытие. Его биография достойна отдельной книги. Наша группа делала все возможное, чтобы он стал известен,

но обстоятельства того времени и его принципиальный характер помешали этому. Видеозапись этой гимнастики и сегодня можно найти на YouTube и заниматься по ней.

Основные тезисы и законы, изложенные в этой книге, я узнал в общении с ним. Бояршинов говорил кратко и емко. Мы чувствовали глубину и весомость его слов, пытались их осмыслить и вписать в собственное понимание мира. При этом, будучи совершенно уверенными в масштабе открытия, долго не могли выразить его суть. Это нас и забавляло, и удивляло, и удручало. Мы даже придумали развлечение: задавали друг другу вопрос «В чем смысл открытия Бояршинова?» — и с улыбкой слушали неуверенные ответы. Каждый понимал, что его объяснение — лишь прикосновение к сути.

Тезисы Бояршинова напоминали острова на карте мира. Нам предстояло связать их мостами — понять, как отдельные положения складываются в целое, и объяснить это последовательно и понятно. Тогда с этой задачей мы так и не справились.

Эта книга — попытка вернуться к ней и исполнить давнее обещание: простым и понятным языком рассказать людям, как устроены человек и мир.

ЧАСТЬ 1.

МЕНЯЮЩЕЕ НАС ВЛИЯНИЕ

Мы подвержены двум видам влияния: прямому — окружающих людей и картинок, и обратному — мыслей людей о нас.

ЛЮДИ И КАРТИНКИ

Подражание, отражение, эмпатия, резонанс.

Эмоциональный резонанс людей

Как одна струна резонирует с другой, так и мы резонируем друг с другом. Но этот резонанс не только эмоциональный — он затрагивает весь организм. Поэтому эмоциональный резонанс — не совсем точное название.



Отзываются миллиарды нейронов, меняются параметры психофизиологии. Люди обмениваются состояниями, зеркалят друг друга быстро, спонтанно, независимо от своей воли и даже вопреки ей. И неважно, осознают это или нет.

Состояния будто путешествуют
по людям, переходят от одного
человека к другому.

В результате меняется биохимия, мышечный тонус, ритм дыхания. Мы начинаем так же, как окружающие, воспринимать добро и зло, видеть мир, ощущать себя.

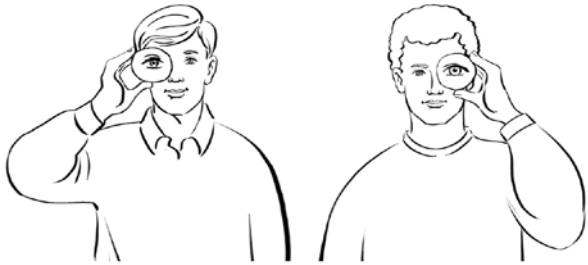
И что бы другой человек ни говорил, нас в первую очередь интересует его внутреннее содержание. Даже если он молчит, мы продолжаем его сканировать: вдруг найдем новый интересный способ жизни.

Так день за днем в людях идет
непрерывное движение, как в муравейнике.
Это работа зеркальных нейронов —
примерка окружающего мира.

Ищем лучшее

Мы ищем в людях красивые состояния.

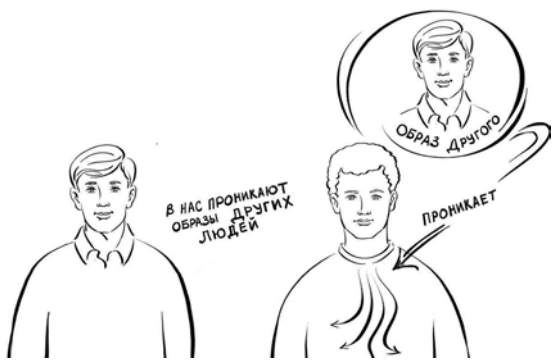
Встретив человека, настраиваемся на него и словно попадаем в новое место.



«Дай посмотреть через твое стеклышко»

Если это место нам понравилось, то мы стремимся туда вернуться, задержаться подольше и в итоге сделать это место своим. А для этого хотим чаще видеть человека, который нас туда привел.

Тонко на него настраиваясь, мы открываем для себя дорогу в новое место, а фактически — перенимаем состояние.



Природа заставляет нас искать лучшее в окружающих. Мы сканируем людей, примеряем их состояния на себя и сближаемся с ними: в нас образуются новые связи, меняются наши взгляды, поведение, облик, мировоззрение.

Мы отражаем окружающих подобно зеркалам, но в отличие от зеркал отражения в нас остаются.

И даже если люди рядом с нами молчат, мы продолжаем перенимать их состояния.

Хорошей иллюстрацией этому служит метод духовных школ, основанный на служении учителю.

Действительно, если долго общаться с носителем программы, то она появится в нас. Если при этом быть открытым учителю и уважать его, это случится быстрее.



Люди — зеркала со следами отражений

Отражения оставляют в людях следы, и чем чаще повторяются, тем рельефнее эти следы становятся — они словно растут в повторениях. Следуя одно за другим, отражения становятся своеобразной тренировкой: связи укрепляются, словно мышцы.

Отражения — самые настоящие упражнения, но не физические, а информационные.

Настройка на другого и примерка его состояния — тонкое упражнение по созданию в себе подобного. С его помощью мы меняемся.

Это похоже на духовный фитнес, в котором отражения — зеркальные упражнения.

На протяжении всей жизни происходят отражение и обретение.

Состояние усваивается не сразу. Сначала мы словно получаем ключ для настройки. Сами изменения происходят позже, когда мы вспоминаем образ человека, с которым встречались и общались. Нам кажется, что мы вспоминаем его по собственной воле. На деле образ возникает независимо от нашего желания, и мы тонко его анализируем и изменяемся. В нас образуются новые связи.

Обратите внимание на слово «образуются», оно будто напоминает, что мы имеем дело с образами.

После работы над образом другого человека мы можем начать лучше к нему относиться, принять его позицию и взгляд на мир.

Новые нейронные связи одинаково хорошо образуются и в результате намеренных повторений, и в результате случайных. Невидимое воздействие точно так же изменяет нас.

Своеобразный метаболизм состояний продолжается всю жизнь. Меняются обмен веществ, здоровье, отношение к миру, реакция на него — наша основа, мы сами.

И все же, получая новое, мы не замечаем происходящих изменений, тем более не успеваем оценить их качество.

Три шага копирования

Перенос происходит в три шага.

Первый — это отражение. Отражение возникает на короткое время. На этом все могло бы и закончиться, но далее следует отпечатывание — второй шаг. Именно он вносит изменения. Отражение словно задерживается, оставляет следы на стекле нервной системы. Следы углубляются в повторениях. Формируется новая поза нервной системы или меняется прежняя.

Закрепление через повторения — третий шаг. Благодаря ему отражения набирают прочность и превращаются в возможности.

Духовные свойства, как и физические,
поддаются тренировке.

Отражение, отпечатывание, закрепление — три шага бесконечного копирования.

Люди — сообщающиеся сосуды. Закон выравнивания

Состояния отражаются в людях и остаются. Но это не все — они усредняются в отражениях. Помните закон сообщающихся сосудов? Уровень жидкости в них выравнивается. Люди — такие же сообщающиеся сосуды, их состояния «перетекают» от человека к человеку. Это не делает всех одинаковыми, но тем не менее сближает.



В итоге состояния людей в обществе усредняются и постепенно выравниваются.

ОТРАЖЕНИЕ ⇨

ПОВТОРЕНИЕ ⇨

ЗАКРЕПЛЕНИЕ ⇨

ВЫРАВНИВАНИЕ

Картинки — новая армия влияния

Состояния в картинках — новая армия влияния.

Люди передают состояния друг другу, но это не все. Кроме людей есть наполненные состояниями предметы, с которых можно считывать состояния не менее успешно. Они участвуют в обмене невидимой информацией вместе с людьми. Назовем их «картинками». Что это такое?

- Во-первых, это обычные скульптуры, портреты, фотографии, картины, видео, фильмы. По сути — облики людей и образы их действий, сохраненные разными способами.
- Во-вторых, это созданные людьми произведения, не связанные с их обликом, но тем не менее содержащие в себе состояния: книги, музыка, архитектура, предметы творчества и искусства.

Это два вида носителей состояний. Одни связаны с внешностью людей и передают состояния через детали их облика. Другие не связаны с внешностью, но тоже передают состояния. И те и другие — вторая армия влияния, участвующая в формировании духовного климата.

Люди — первая армия влияния.
А есть вторая, превосходящая первую.

«Солдаты» второй армии — скульптуры, фотографии, портреты, картины, фильмы, видео, книги, музыка, архитектура и т. д. Это копии состояний. Часть из них — визуальные образы, часть — звуковые, часть — текстовые и графические. Будем называть их картинками, помня, однако, что это не совсем точное название.

В запечатленном на бумаге облике человека сохраняется не только его внешний образ, но и состояние. Получается, что портрет человека — это одновременно и копия его внешности, и копия состояния. Глядя на портрет, мы одновременно воспринимаем спрятанное в нем состояние.

Сегодня состояния живут не только в людях, но и в картинках. Можно сказать, что вокруг нас появились многочисленные копии состояний, которые, как и люди, несут в себе скрытые инструкции к действию.

Застывшие состояния — такие же образцы для подражания, как и люди. При этом они

словно провоцируют реакцию: «Взгляни на меня — и станешь как я».

Картинки зажигают в людях огни

Тайная миссия: зажечь себя в другом!

Картинки — это не просто линии и контуры: в них спрятаны состояния. Они несут тонкую информацию. Такова их миссия. Люди поддаются их влиянию, отзываются. В результате в обществе идет постоянное движение — мы получаем толчки со всех сторон: «Стань как я», «Стань как я».

В каждой картинке спрятано состояние.

Все состояния, увиденные в людях (живые) и в объектах (копии), стремятся «ожить» в нас на какое-то время. Это приводит к постоянным движениям нервной системы и образованию новых связей — своеобразного «скелета» будущего состояния.

> *Справедливости ради надо заметить, что картинки не сами передают состояния, а лишь служат образцами, направляющими изменения. Состояния переносятся зеркальными нейронами. Образно говоря, состояния можно представить бестелесными существами, «путешествующими» по людям и «поселяющимися» в них.*

Это очень активные существа: они прикасаются к нам, что-то поправляют, изменяют. Их круговорот похож на хаос — из окружающей среды к нам беспорядочно приходит и полезное, и вредное, и просто нейтральное.

Люди всюду ищут спрятанные состояния, позы души и, как только их находят, тут же принимают в себя. Позы могут быть спрятаны как в других, так и в разных произведениях, которые мы условно называем картинками.

К примеру, если мы видим в рекламе нездоровое лицо напряженного человека, то в нас возникает похожая поза. Тоже нездоровая и напряженная. И это своеобразное упражнение в нездоровье. Так реклама может быть токсичной независимо от рекламируемого объекта.

Соприкасаясь с окружающей средой, мы получаем из нее все, что в ней есть: и хорошее, и плохое. Что остается в нас? То, чего больше. Если больше плохого — мы слабеем. А как не слабеть? Не соприкасаться. Но обычно это не удается. Другой вариант — контролировать все происходящее. Ведь понимание ставит фильтр на восприятие, хотя и не ограждает на сто процентов.

Миллионы картинок, поступающих в общество, направляют нервные системы людей то в одну, то в другую сторону. В этой кажущейся хаотичности есть и общее направление — в котором все движется.

ВЛИЯНИЕ МЫСЛЕЙ ЛЮДЕЙ

Зеркалим отзеркаленное.

Неожиданная находка

Однажды на дне рождения, поздравляя именинника, я заметил происходящую внутри меня работу и удивился. Для чего она? Вряд ли это бессмысленный труд. Действительно, смысл был. Созданный во время поздравления образ именинника словно растворялся в нем и помогал ему жить.

Это было удивительное возвращение человеку его же образа.

Смотришь на человека и думаешь: чего ему не хватает, как можно его улучшить? Мысленно убираешь слабые места, добавляешь детали.

И вот если ты все сделал на совесть, то человек принимает свой улучшенный образ в подсознание и меняется. Это происходит незаметно: мы словно сеем в нем семена нового. Вслед за интуитивным откликом разворачиваются глубокие процессы.

Сам именинник тогда ничего не понял: его внимание было занято — впереди ждали стол и подарки. Но он почувствовал себя лучше, в его взгляде была искренняя благодарность.

Было удивительно наблюдать, как маленький образ в моем сознании вызывал изменения в другом человеке. Он словно переходил к нему. Это напоминало обратное отражение: отражение отраженного или отзеркаливание отзеркаленного.

Создавая образы людей в своих мыслях,
мы влияем на них. Они так же, в свою очередь,
влияют на нас.



Чувствуя, что о нас думают, видя свои образы в других, мы впускаем эти образы в себя, и они вызывают в нас изменения. Люди отражают нас, а мы, в свою очередь, отражаем созданный ими наш образ и меняемся.

Какими нас видят? Маленькие образы в головах других людей вызывают большие изменения в нас. Это в своем роде чудо.

Кто ты есть?

Думая об окружающих, мы влияем на них, формируя их образы в нашем сознании. Точно так же они влияют на нас. Какими нас видят: богачами, молодцами, красавцами, умницами или убогими, кривыми, больными?

> *Помните, как иногда бывает: вы встречаетесь с человеком взглядами, он ничего не говорит, но вам хочется, чтобы он поскорее ушел и никогда больше не возвращался. Почему? Он же просто смотрел.*
>
> *Да, но смотрел так, что вам становилось неуютно. Подсознание подсказывало: вы можете стать слабее.*

Но не думайте, что мы видим себя в других буквально. Нет явной картинки — есть ощущение, отклик в чувствах, неясная тень, намек. Мы понимаем, какими нас видят, не логически, а иррационально. И реагируем, отзываемся.

Наши образы, возникшие в других,
раскрываются в нас спустя какое-то время.

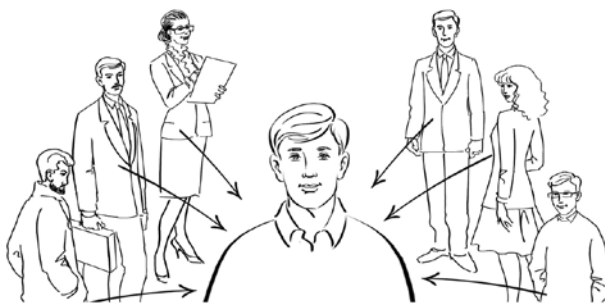
Окружающие влияют на нас, даже когда просто смотрят. Ведь при этом они преобразуют наш образ в себе, и мы это чувствуем. Слово «преобразуют» здесь также не случайно: оно говорит нам о работе с образом.

Оказывается, если врач верит в выздоровление больного, то оно наступает быстрее. Это подтвердил эксперимент.

Две группы врачей лечили пациентов одним и тем же плацебо, но одна была уверена, что лечит современным лекарством, а другая знала правду. Первая группа показала лучшие результаты.

Хорошо известен и обратный эффект от ложного диагноза. Когда врач уверен в болезни пациента, тот чувствует себя хуже, даже будучи здоровым.

Не сразу, не быстро, но все же наш образ, созданный другим, обретает в нас жизнь.



И поэтому важно знать, кто находится рядом, ведь не в каждом нам было бы хорошо отражаться.

Этапы возвращения образа

Возвращение образа происходит в четыре этапа:

1. Во время общения в нас создается образ собеседника.
2. Образ меняется к лучшему или к худшему. От чего это зависит, мы узнаем позже.
3. Преобразованный нами образ всплывает в собеседнике, будто переходя из нашего сознания. И становится источником его будущих изменений.
4. Новый образ превращается в новые возможности собеседника.

Схематично это выглядит так:

ЧЕЛОВЕК ⇨

ОБРАЗ ⇨

НОВЫЙ ОБРАЗ ⇨

НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК

Что в итоге

Соприкасаясь с окружающим миром, мы изменяемся. Это древний, но пока неизвестный механизм прошивки людей зеркальными нейронами.

Мы не слышим о роли образов и влиянии отражений ни в детстве, ни в зрелом возрасте. И в итоге не замечаем этого влияния.

Тем временем всю жизнь совершаем два действия, делаем два упражнения — прямое и обратное, отражение и переотражение:

- *В нас оживают образы окружающих людей и образы из картинок;*
- *В нас оживают наши образы, возникшие у окружающих.*

Мы все время занимаемся тонким фитнесом: настраиваемся на актеров, дикторов, собеседников и немного под них меняемся; настраиваемся на свои образы в других людях и тоже меняемся. Будто выполняем команды:

- *Встань внутрь другого (реального или изображенного);*
- *Встань внутрь себя — каким тебя видит другой.*

В нас постоянно встраивается новая жизнь, но мы не замечаем ее и продолжаем удивляться: «Все не так, как хотелось бы!»

Итак

- Интерес к общению — часть стремления к совершенствованию.
- Мы подобны зеркалам с памятью отражений. Здесь уместны термины: подражание, отражение, копирование, перенос, отзеркаливание, сопереживание, эмпатия, настройка, непосредственно-чувственное восприятие, эмоциональный резонанс, работа зеркальных нейронов.
- Отражения оставляют «царапины на стекле нервной системы», которые постепенно углубляются.
- Отражения — это передача знаний, навыков и мастерства.
- Состояния находятся не только в людях, но и в картинках.
- Мы вбираем в себя состояния из людей и картинок и меняемся — это прямое влияние.
- При обратном влиянии мы меняемся, считывая свои образы с других, чувствуя их мысли о нас. Это похоже на возвращение образа, отражение отраженного.
- Своими мыслями люди изменяют нас, а мы, в свою очередь, изменяем их.
- Воспринимая состояния людей и картинок, а также мысли других людей о нас, мы можем становиться лучше и сильнее или хуже и слабее.

ЧАСТЬ 2.

ДВЕ ПОЗИЦИИ ЖИЗНИ

Фабрики образов

Хочется думать, что мы сами выбираем, как нам влиять на окружающих. По крайней мере, что это зависит от нашего к ним отношения: нравятся они нам или нет, считаем их понятными, можем открыться или чувствуем в них опасность и держим на расстоянии.



Работа с образами

Мы оцениваем людей интуитивно, полагая, что хороших будем улучшать, а плохих — нет.

В какой-то мере так и происходит: отношение влияет на нашу образную работу, направленную на человека. Но это влияние не очень существенное. Все определяется нашей жизненной позицией. Кто мы — созидатели или защитники?

У нас две роли, две линии жизни, две позиции, две «одежды души» — какую надели, ту и носим, хотя правильнее будет сказать: во что нас облачил мир.

Изо дня в день мы ходим в одной и той же одежде: созидателей или защитников. При этом по-разному действуем на окружающих: сосредотачиваем внимание на их сильных сторонах, которые мысленно еще усиливаем, или на слабых, которые мысленно еще ослабляем.

Подобно разным «фабрикам по обработке образов», производим разную продукцию, по-разному преобразуем мир.

Интуитивно мы чувствуем разницу между позициями, но все же не понимаем, что происходит, не видим своего участия в преобразовании мира.

Будто надеваем костюм доброго робота-созидателя или злого робота-разрушителя, а может, робота-защитника справедливости.



- Позиция обороны требует от нас ослабления всех окружающих, чтобы освободить место для себя. Ее инструменты: поиск слабостей в людях, размытие их образов, хитрость, ловкость, изворотливость и тому подобное. Сегодня она преобладает в мире.
- Позиция созидания направлена на улучшение жизни. Как из того, что есть, сделать лучшее? И это реальное действие, а не слова о прекрасном. В этом случае продукцией нейронной сети становятся улучшенные образы, жизнь улучшается.

Оборона

Для чего нужна оборона? Она спасает людей в критических ситуациях и укрепляет их на будущее.

И это хорошо! Плохо, когда оборона излишняя и нефункциональная. В этом случае

она приводит к социальным, духовным и физическим разрушениям, причиняет нам вред.

Мы чувствуем: происходит что-то неправильное, но не понимаем, что именно. А тем временем ослабление продолжается. И причина — избыточная внутренняя защита, разогнанная медиа.

Как ни странно это звучит,
избыточная защита становится ядом.

Созидание, родительский инстинкт, исследование

Созидание — это создание нового, улучшение жизни и рост возможностей на будущее. Эта позиция улучшает мир.

Как узнать ее в людях? Она похожа на отношение матери к детям. Ей присущи справедливость, доброта, бескорыстность, самоотдача, творчество. Создание хороших условий для всех и обязательно для себя. Вспомните, как часто в кино, даже в боевиках, главные положительные герои — добрые отцы и матери, символизирующие созидание. Итог этой позиции — улучшение жизни, создание нового и совершенствование настоящего. Сегодня эта линия все больше теряется.

Любовь как пример улучшения людей

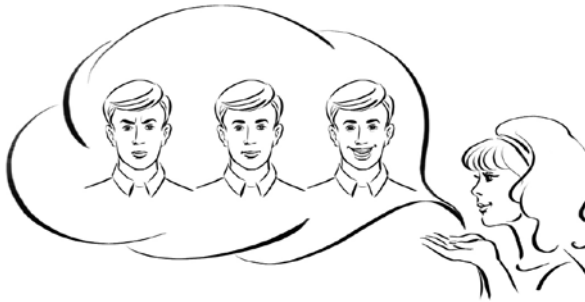
Один из примеров улучшения — любовь.

Когда мы любим человека, то сильнее на нем сосредоточены, больше о нем думаем и при этом идеализируем, наделяем возвышенными качествами. Не только видим его сильные стороны, но и продолжаем усиливать их в своих мыслях.

В любви потенциал совершенствования — в этом ее суть.



- *Действие любви — это то, что происходит под ее влиянием: мы образно лепим других совершенными и воплощаем это в жизнь.*
- *Любовь ценна тем, что умножает возможности и ресурсы тех, на кого она направлена.*
- *Улучшенный образ и его воплощение — продукт любви: так она материализуется.*
- *В любящих глазах мы видим лучшую версию себя и подтягиваемся к ней.*



Раз действие любви — это улучшение представлений о людях и тем самым их самих, то любовь ко всем — это улучшение всех окружающих: реальное и полезное действие. Может, в этом и заключается смысл любви ко всем — в улучшении мира.

В состоянии любви создается и образ ребенка. Задолго до его рождения, еще в детстве, будущая мать формирует представление о новом человеке.



Еще совсем маленькой девочкой она создает гармоничный образ, который спустя годы передает ребенку.

Взаимная симпатия

Мы хорошо относимся к людям, которым нравимся. Почему? Все очень просто — они приносят нам пользу.

Сосредоточиваясь на наших лучших качествах, они делают нас сильнее и здоровее. Кроме того, расширяют диапазон наших возможностей, добавляя к нашему образу что-то свое, индивидуальное.

Они со своей точки зрения видят, какими мы можем стать, и этим показывают путь нашего улучшения. Ведь легче увидеть более совершенный образ другого, чем свой.

Образная война: три вида разрушений

В стремлении к выживанию мы ослабляем других людей: ищем в них слабости и создаем образы этих слабостей, подчеркнутых и преувеличенных, а затем возвращаем эти образы людям, разрушительно влияя на них.

Представьте такое странное общество, где все при встрече выплескивают друг на друга немного яда, стремясь ослабить каждого, — можно сказать, заранее обороняясь.

Странное зрелище? Да.

Но так же поступаем и мы!

Единственное отличие в том, что у нас «яд» невидимый.

Конечно, это гротескная иллюстрация. В жизни все сложнее.

Но почему так происходит в мирное время?

Как далеко не всегда нас улучшают «возвращаемые» нам образы (как хотелось бы), так далеко не всегда и мы положительно влияем на других (помните, как в примере про любовь?). Чаще наоборот: сосредотачиваем свое внимание на слабых сторонах людей и представляем их еще слабее.

Это разрушение «про запас» — одно из проявлений работы нашего инстинкта самосохранения: так мы поступаем, когда настроены на оборону. Смысл этого действия хорошо понятен: нам нужно знать слабости врагов, чтобы при необходимости нанести по ним удар.

Ну а в мирное время? Следовало бы заняться улучшением, но этого почему-то не происходит. Мы по-прежнему ищем в каждом слабые стороны, готовясь к столкновениям.

Продолжается образная война. Но хотя она и образная — ее последствия реальны.

Мы обращаем внимание на слабости окружающих и мысленно еще больше их ослабляем. При этом считаем, что делаем это тайно: это наш личный «информационный помощник» — анализ для самозащиты — и никакого действия на окружающих он не оказывает, ведь никто наши мысли не читает. Однако это не так. Влияние идет в трех направлениях, в двух из которых ослабляет нас и наших детей.

Да, ослабляя окружающих, мы ослабляем и себя, и своих детей. Получаются три действия.

- *Ослабление окружающих.*
- *Ослабление самих себя.*
- *Ослабление детей, потомства.*

Образная война, рожденная мотивом выживания, вместе с ослаблением окружающих приводит к ослаблению нас и наших детей — уже рожденных и будущих.

Конфликт на ровном месте

Часто простые разговоры превращаются в конфликты. Почему так происходит? Все зависит от нашего отношения к собеседнику: хотим мы что-то ему добавить или разрушить какое-то его представление.

Пусть даже ему мешающее. Возникает реакция, как на скальпель в руках хирурга.

Вот две задачи: усиление (улучшение) и ослабление (разрушение). То, какую из них мы в данный момент решаем, зависит от нашей позиции. Кем мы сейчас являемся — созидателем или защитником, человеком с созидательным или оборонительным сознанием?

Представьте, что наше внимание направлено на положительные стороны людей. При этом мы стараемся понять, как их улучшить, что в них развить, чтобы они стали красивее и сильнее. В этом случае наша речь принимается окружающими благосклонно и с благодарностью, хотя они не понимают, что происходит, а просто комфортно себя чувствуют и довольны. Если же наше внимание направлено на недостатки людей, то, что бы мы ни говорили, возникает протест.

Ведь какими бы благими намерениями мы ни руководствовались, что бы ни утверждали, сосредотачиваясь на недостатках людей и внимательно их исследуя, будто под микроскопом, мы усиливаем в них эти недостатки, причиняя им реальный вред. Даже если этого не хотим!

Кроме того, делаем недостатки видимыми для окружающих, что снижает социальный статус людей и, конечно, тоже их не радует.

Так две образные позиции определяют ход общения.

Кем мы становимся в жизни

Какую дорогу мы выбираем? В каком направлении предпочитаем двигаться? Это интересный вопрос. Разве с рождения человек стремится разрушить мир, а не улучшить его?

Напротив, в детстве мы верим в разумность мира, нам свойственно созидание. Куда же это уходит?

Дело в том, что мы не сами формируем свою жизненную позицию — мы ее даже не понимаем, а живем по принципу: «Как все — так и я».

Нас формирует среда —
в основном через образы из медиа.

Не только семья и ближайшее окружение, но и общество и медиа как его олицетворение выстраивают наши жизненные позиции. Угадайте, какие?

Насколько телевидение наводнено насилием? По всем каналам бьют и защищаются. Так было вчера и, по всей вероятности, будет завтра.

Послушно следуя за образами с экранов, мы сами начинаем разрушать направо и налево, уверенные, что так устроена жизнь и такова природа человека.

Но это не природа человека вообще, а природа «человека-защитника», который сильно отличается от «человека-созидателя», так же как «агент зла» от «агента добра». По сути «созидатель» и «защитник» — совершенно разные существа!

Находящиеся у власти защитники могут превращать жизнь других людей в ад, что часто и происходит, ведь им нужно укреплять свою власть, захватывать новые ресурсы.

Будем ли мы улучшать мир вокруг себя или разрушать его, зависит от того, чему нас научило общество.



Чрезмерная защита

Чем живут актеры, ведущие, публичные лица на экранах, тем же живем и мы: подражаем им, перенимаем их чувства, стремления и мечты, не понимая, что делаем и зачем.

Встав в детстве на путь борьбы, продолжаем двигаться по нему всю жизнь: искать в людях лучшее «оружие» для себя и слабые места для ударов.

Соотношение созидания и обороны в людях

В гармонии люди живут в созидании, переходя при необходимости к обороне. Но сегодня этого не происходит. Мы живем в обороне, устаем от этого и болеем. Оборона, помогая нам в одном, тормозит многое другое. Движение вперед останавливается, мы стоим на месте и даже разрушаем то, что есть. Жизнь замедляется и разваливается. Начинаются депрессии, болезни, лечение.

Созидание уходит с экранов, нам становится не с кем его сопережить, и оно перестает в нас накапливаться. В результате созидательные взаимосвязи теряются, а некоторые — навсегда. Необходимо возвращать их, ведь в них наше здоровье.

Из людей уходит созидание. Казалось бы,
ну и что — пусть уходит. Но без него
мы плохо себя чувствуем.

Все в меру

Но мы не призываем к отказу от защиты. Тем более это невозможно! При необходимости она сметет все на своем пути и займет освободившееся пространство. Однако если жить одной защитой, жизнь будет ухудшаться. Где-то глубоко мы это чувствуем. Чрезмерная, лишняя, нефункциональная защита разрушает отношения между людьми, их здоровье и в целом общество.

Состояния людей — это вложенные в нас инструменты, они должны применяться по назначению.

Равновесие

Равновесие защиты и созидания в людях похоже на баланс витаминов. При нехватке витамина С начинается цинга, которая проходит при его поступлении с пищей.

Людей усиливают созидательные мотивы, а избыток оборонительных — разрушает. Созидательных сегодня не хватает. Поэтому пора добавлять в общество позитив и уменьшать негатив.

Созидательные взаимосвязи — вибрации гармонии и здоровья. Хочется видеть их вокруг, прикасаться к ним, но все реже они встречаются на нашем пути. Следует добавлять их специально, создавая индустрию медийного здоровья.

Итоги двух позиций

- Линий жизни две: созидание и выживание. Они смешаны, но одна преобладает. Для лучшего понимания мы их разделяем.
- Людям свойственны два вида образной работы: усиление или ослабление окружающих. В созидательном состоянии мы всех усиливаем, в оборонительном — ослабляем.
- Любовь — это улучшение людей. Любовь ко всем — улучшение мира.
- Реакция собеседника бессознательна. Она зависит от нашей позиции: мы либо нравимся, либо вызываем протест.
- Чрезмерная борьба за выживание приводит к образной войне в обществе. Из людей выделяется невидимый «яд», разрушающий жизнь.
- Людей формирует информационная среда (медиа), в основном через звуковое поле.
- Чрезмерный настрой на оборону токсичен. Ослабляя окружающих, мы одновременно ослабляем и себя, и своих детей. Происходят три ослабления, два из которых — побочные последствия борьбы за выживание.
- Все зло в мире создается чрезмерно усиленным (нефункциональным) инстинктом выживания.

ЧАСТЬ 3.

ТРИ НАПРАВЛЕНИЯ ВЛИЯНИЯ

В человеке непрерывно работают два механизма: отражение окружающего мира и преобразование возникающих в нем образов.

Но самое интересное в том, что результаты их работы могут быть противоположными. Эти механизмы способны вести либо к нашему развитию, усилению и оздоровлению, либо, наоборот, к ослаблению и разрушению.

От чего зависит результат их работы?

Оказывается, направленностью этих механизмов управляет наша жизненная позиция. Именно она определяет, в какую сторону будут работать отражение и преобразование образов — в сторону нашего развития или в сторону ослабления и разрушения.

О том, как это происходит, и пойдет речь далее.

ДВЕ ЖИЗНЕННЫЕ ПОЗИЦИИ ЧЕЛОВЕКА

Человек может находиться в одной из двух жизненных позиций, или режимов работы:

- развитие, созидание;
- выживание, защита.

От жизненной позиции зависит направленность внимания и интереса человека. Она определяет:

- какие состояния и образы он преимущественно воспринимает;
- как он преобразует возникающие в нём образы.

В позиции развития человек ищет возможности для укрепления здоровья и собственных сил, а также для более эффективного созидательного действия.

В позиции выживания ищет средства защиты от опасности, а также обращает внимание на слабости и уязвимые места возможного противника.

Эти две позиции задают направление работы механизмов, которые мы рассмотрим далее, — тех самых, от которых в большой степени зависит наша жизнь.

ПЕРВЫЙ ЗАКОН — ЗАКОН ОБЯЗАТЕЛЬНОГО ОТРАЖЕНИЯ

Эти зеркальные нейроны.

Мы непрерывно отражаем окружающий мир. При этом из образов окружающих людей каким-то почти непостижимым способом **выхватываем заключенные в них состояния**.

Воспринимая другого человека, мы видим его внешний образ и одновременно считываем заключенное в этом образе внутреннее состояние. Это состояние возникает в нас самих. Мы словно **примеряем его на себя** — на какое-то мгновение оказываемся в подобном состоянии.

Это происходит и со всеми другими воспринимаемыми нами образами. Каждый образ как будто **декодируется на предмет заключенного в нем состояния**. Если состояние содержится и может быть считано, мы **примеряем его на себя**.

Если мы слышим музыку, песню или голос, мы улавливаем заключенное в них состояние. Если видим картину, фотографию,

сцену в кино или другой образ, мы также считываем запечатленное состояние.

Воспринимая окружающий мир, мы постоянно извлекаем из встречающихся образов содержащиеся в них состояния и примеряем их на себя. В нашей нервной системе на какое-то время возникает подобная конфигурация. Мы словно проверяем встреченное состояние, соотносим с собой: **интересно ли оно нам, подходит ли оно нам, нужно ли оно нам, насколько оно целесообразно и эффективно для нас.**

Процессу отражения свойственны обязательность и непрерывность.

Обязательность отражения

Отражение окружающего мира — одно из фундаментальных свойств нашей природы. Его смысл — в нашем развитии, в поиске новых возможностей.

Этот механизм встроен в нас с рождения. Он связан с работой зеркальных нейронов и действует независимо от нашего желания и воли. Его невозможно каждый раз произвольно включать или выключать.

Мы не принимаем решение, отражать воспринимаемое или нет, — это происходит так же автоматически, как сердцебиение или дыхание. Едва в поле нашего восприятия появляется состояние другого человека

или состояние, запечатленное в каком-либо объекте, механизм действует сам.

- Стоит нам услышать музыку или песню — нервная система уже обращается к заключенному в них состоянию.
- Стоит увидеть картину, фотографию, сцену в кино или другой образ — и мы сразу соприкасаемся с запечатленным в нем состоянием.
- Стоит увидеть другого человека — и его состояние тут же попадает в нас.

Непрерывность отражения

Отражение начинается раньше нашего осознанного отношения к миру и продолжается на протяжении жизни: **воспринимая окружающий мир, мы отражаем заключенные в нем состояния.** Все, что попадает в поле нашего восприятия, в той или иной степени отражается в нас.

Еще в младенчестве, задолго до осознания себя, мы начинаем отражать состояния тех, кто находится рядом. В первую очередь — мы воспринимаем состояние матери, поскольку именно она проводит с ребенком основную часть времени.

С возрастом меняются люди, образы и обстоятельства, которые нас окружают, но **процесс отражения не прекращается.**

Объекты отражения: живые люди и «картинки»

Образцом для отражения может служить как живой человек, непосредственно находящийся в поле нашего восприятия, так и «картинка», в которой запечатлено состояние.

Под картинкой мы понимаем не только визуальное изображение. Картинками мы называем различные носители состояния, содержащие визуальные или акустические образцы: картины, скульптуры, фотографии, рисунки, музыку, песни, кино и видеоролики.

Таким образом, состояние может быть представлено непосредственно — через живого человека — или опосредованно — через картинку. Картинка похожа на копию состояния.

Запечатленное в ней состояние становится также образцом для отражения: воспринимая картинку, мы в той или иной степени воспроизводим состояние в себе.

Два уровня отражения

Первый уровень — прямое отражение

При прямом отражении мы непосредственно воспринимаем и копируем состояния других людей либо состояния, запечатленные в картинках. **В обоих случаях перед нами —**

внешний образец, который мы в определенной степени воспроизводим в себе.

НАШЕ СОСТОЯНИЕ ⇨

ОТРАЖЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА ИЛИ КАРТИНКИ ⇨

ИЗМЕНЕНИЕ НАШЕГО СОСТОЯНИЯ

Второй уровень — отражение отражения

На втором уровне мы воспринимаем собственный образ, возникший в другом человеке. Сначала другой человек воспринимает нас, отражает наше состояние и формирует внутри себя наш образ.

При этом он не просто механически копирует нас: в его восприятии наш образ преобразуется.

Затем мы сами тонко считываем этот образ, преобразованный другим человеком, воспроизводим его в себе и невольно начинаем в некоторой степени ему соответствовать.

Получается отражение отражения:

НАШЕ СОСТОЯНИЕ ⇨

ОТРАЖЕНИЕ ЕГО ДРУГИМ ЧЕЛОВЕКОМ ⇨

ПРЕОБРАЗОВАНИЕ НАШЕГО ОБРАЗА В НЕМ ⇨

ОТРАЖЕНИЕ НАМИ НАШЕГО ПРЕОБРАЗОВАННОГО ОБРАЗА ⇨

ИЗМЕНЕНИЕ НАШЕГО СОСТОЯНИЯ

В итоге человек копирует как непосредственно воспринимаемые формы окружающего мира, так и внутренние образы, сформированные другими людьми.

Отражение отражения можно назвать обратным отражением — в том смысле, что другой человек отразил нас, а мы в ответ отражаем уже свой новый образ, сформировавшийся в этом человеке.

Мы воспринимаем этот образ интуитивно и сонастраиваемся с ним.

При многократном обратном отражении соответствующее состояние накапливается и закрепляется. Человек постепенно изменяется в сторону того образа, который ему устойчиво предлагают окружающие.

Пример — отношения матери и ребенка. Мать формирует в себе образ ребенка: представляет, каким он может быть и какие возможности способны в нем раскрыться. Находясь в состоянии любви, в созидательной позиции, она передает ребенку этот образ и тем самым помогает ему разворачивать собственные возможности.

Тот же механизм может работать и в противоположном направлении. Если кто-либо постоянно воспринимает нас как слабых, формирует наш ослабленный образ и возвращает его нам, мы также невольно сонастраиваемся с этим образом. Это можно назвать механизмом обратного разрушения, в его основе попрежнему лежит обратное отражение.

Избирательность отражения

Хотя отражение непрерывно и все, что попадает в поле нашего восприятия, в той или иной степени отражается в нас, разные состояния мы воспроизводим с разной интенсивностью. Это свойство можно назвать избирательностью, или направленностью отражения.

Направленностью отражения управляет наша позиция — действующая в нас доминанта. Она реализуется через интерес — через духовное ощущение интереса. В этом смысле можно говорить об отражении сквозь инстинкт.

То, на что направлен наш интерес, мы замечаем, отражаем и копируем в большей степени. При этом остальное, находящееся в поле восприятия, продолжает в определенной степени отражаться в нас.

Избирательность в позиции развития

В доминанте развития созидательная позиция направляет интерес человека на возможности и инструменты развития, которые он видит в других людях. Он замечает лучшие качества других людей — то, что помогает им эффективнее развиваться и действовать в этом мире. Сюда же относится интерес к укреплению здоровья.

Интерес к развитию побуждает человека обращать внимание на соответствующие качества окружающих. Многократно отражая эти качества, он тренирует их в себе.

Так созидательная позиция усиливает сама себя: через направленность интереса человек становится более развитым, здоровым и сильным в созидательном направлении.

Избирательность в позиции защиты

В защитной позиции действует тот же механизм избирательности, но направленный в другую сторону. В доминанте выживания человек ищет в других людях лучшие защитные возможности — качества и способы поведения, которые могут помочь ему защититься и выжить.

Одновременно с этим он обращает внимание на слабые стороны людей. В условиях реальной борьбы это функционально: если другой человек представляет опасность или может стать противником, важно понимать его слабые места, чтобы при необходимости нанести по ним удар и выжить.

Но у такой направленности отражения есть и обратная сторона. Чтобы обнаружить слабости другого человека, приходится на них концентрироваться. Многократно прокручивая чужие слабости в себе, человек невольно тренирует соответствующие состояния.

Образно говоря, человек «пачкается» в недостатках других людей. Постоянно ища слабости вокруг себя, он ослабляет самого себя.

В условиях настоящей опасности эта цена может быть оправданной: ради выживания допустимо мириться с некоторым ослаблением. Проблема возникает, когда механизм выживания работает нефункционально. А именно когда при отсутствии реальной опасности человек продолжает прокручивать тревожные мысли, сохраняет подозрительность, ищет недостатки и слабые места окружающих, тем самым накапливая ослабляющие образы и разрушая себя.

Закон приобретения — отраженное становится нашим

Первоначально отражение носит временный характер. Наше состояние ненадолго изменяется, после чего мы возвращаемся к своему привычному состоянию.

Однако многократное отражение одного и того же состояния приводит к его тренировке, накоплению и закреплению. Мы научаемся самостоятельно его воспроизводить.

Образцом при этом может служить как человек, с которым мы много общаемся, так и картинка, к которой мы регулярно возвращаемся: фильм, песня, изображение или другой носитель состояния.

Образно говоря, мы научаемся светить тем же «светом», что и исходный объект. В нас формируется соответствующая конфигурация. Состояние, которое первоначально мы отражали лишь временно, постепенно становится нашим собственным — частью нас.

Например, у другого человека может быть интересная улыбка — ироничная, добрая или имеющая иной оттенок. Постоянно общаясь с ним, мы постепенно учимся улыбаться похожим образом. Образцом может стать и улыбка героя фильма или человека на фотографии. Многократно ее воспринимая и сонастраиваясь с ней, мы постепенно перенимаем эту новую для нас конфигурацию. Можно сказать, принимаем на себя «позу души» другого человека.

По мере тренировки приобретенное состояние становится более выраженным. Иногда ученик может даже превзойти своего учителя — воспроизвести его состояние глубже, с большей амплитудой.

Так Закон обязательного отражения приводит к Закону обязательного приобретения: то, что мы постоянно отражаем, мы постепенно приобретаем.

Формирование человека

Отражение является одним из главных механизмов формирования и развития человека с раннего детства. Человек похож на

зеркало, в котором часто повторяющиеся отражения не исчезают бесследно: они отпечатываются, накапливаются и постепенно становятся частью его самого.

Поэтому мы в значительной степени становимся похожими на тех людей и на ту среду, которые нас окружают. Это относится как к непосредственному человеческому окружению, так и к медиасреде.

С самого детства многократное отражение окружающих образов формирует нашу внутреннюю структуру, нашу жизненную позицию.

Современная среда в значительной степени транслирует состояния, связанные с защитной позицией. Поэтому она преимущественно формирует людей с выраженной защитной позицией — защитников. Это не способствует здоровью общества.

ВТОРОЙ ЗАКОН — ЗАКОН ПРЕОБРАЗОВАНИЯ ОБРАЗОВ

Закон обязательного отражения объясняет, как в нас возникает образ. А далее этот образ начинает преобразовываться.

В этом смысле человек отличается от обычного зеркала: он не возвращает образ неизменным, а что-то в нем усиливает, что-то ослабляет, улучшает или ухудшает.

В какую сторону образ преобразуется? И снова это зависит от нашей жизненной позиции — от того, сквозь какой инстинкт мы воспринимаем другого человека.

Преобразование в созидательной позиции

Как мы уже говорили, позиция развития человека управляет избирательностью отражения, направляя внимание на возможности других людей, их сильные стороны, здоровье и развитие.

Эта же позиция определяет и направление преобразования образа: он преобразуется в сторону усиления, развития и улучшения.

Мы словно видим, каким этот человек может стать и какие возможности способны в нем раскрыться.

Через механизм обратного отражения другой человек воспринимает свой усиленный образ, сформированный нами, сонастраивается с ним и получает возможность развиваться в этом направлении.

Таким образом, люди становятся друг для друга помощниками в развитии и оздоровлении.

Преобразование в защитной позиции

Как уже было сказано, позиция выживания человека управляет избирательностью отражения, направляя внимание на возможные угрозы, слабости и уязвимые места других людей.

Эта же позиция определяет и направление преобразования образа: воспринимаемый нами образ другого человека преобразуется преимущественно в сторону ослабления, подчеркивания его слабостей и уязвимостей.

В условиях настоящей борьбы данный механизм функционален — мы не только находим слабые места противника, но и возвращаем ему его ослабленный образ, тем самым дополнительно его ослабляя.

Однако возникает и побочное действие. Настраиваясь на слабости другого человека, мы прокручиваем эти слабости в себе и тем самым ослабляем себя.

Таким образом, преобразуя образ другого человека в сторону ослабления, мы ослабляем не только его, но и себя.

ТРИ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЙСТВИЯ КАЖДОЙ ИЗ ДВУХ ЖИЗНЕННЫХ ПОЗИЦИЙ

Отражение и преобразование образов — два непрерывно действующих механизма.

Закон обязательного отражения — это закон возникновения в нас образов. Они возникают в результате отражения окружающей среды с участием зеркальных нейронов. Одновременно действует второй закон — Закон непрерывного преобразования образов.

Наша жизненная позиция задает направление действия для обоих законов. Она определяет:

- что именно мы преимущественно выбираем и копируем;
- в какую сторону мы преобразуем выбранные образы.

В позиции защиты человек выбирает состояния, качества и инструменты, необходимые ему для защиты, одновременно направляя свое внимание на слабости других людей. Затем он преобразует возникшие образы в соответствии с задачей выживания.

В позиции развития человек выбирает состояния, связанные с развитием, здоровьем и созиданием, а возникшие образы преобразует в сторону их дальнейшего усиления.

Каждая из двух жизненных позиций действует одновременно в трех направлениях:

- На самого человека — через формирование и изменение его собственной структуры.
- На окружающих его людей — через обратное отражение и изменение их структур.
- На будущее потомство — через формирование женщиной структуры будущих детей.

Созидательная позиция и три направления улучшения

Первое направление – улучшение самого себя при отражениях

Человек преимущественно выбирает и отражает состояния, связанные с развитием, здоровьем и созиданием. Воспроизводя эти состояния в себе, он тренирует их. При многократном повторении эти состояния накапливаются, закрепляются и постепенно становятся частью его собственной структуры.

Таким образом, человек усиливает и развивает самого себя.

Второе направление — улучшение себя и окружающих при преобразовании образов

Человек не только отражает состояния окружающих, но и преобразует их образы в своем восприятии. В созидательной позиции он видит лучшие качества другого человека и его возможности стать сильнее, здоровее и многограннее. Поэтому образ другого преобразуется в направлении развития и усиления.

Через механизм обратного отражения другой человек воспринимает улучшенный образ самого себя и в определенной степени начинает с ним сонастраиваться. При многократном повторении соответствующее состояние может закрепляться в его структуре. Но этот процесс действует не только на других. Работая с образом в направлении его улучшения и усиления, человек все время пропускает эти улучшения через себя, удерживает их внутри, погружается в них. Тем самым он сам сонастраивается с состояниями силы, здоровья и развития и дополнительно усиливает самого себя.

Таким образом, через процесс преобразования образов человек в созидательной позиции действует сразу в двух направлениях: **усиливает окружающих через обратное отражение и одновременно усиливает себя через постоянную внутреннюю работу с образами развития и усиления.**

Третье направление — улучшение будущего потомства женщиной

Результат многократного отражения и преобразования образов женщиной воплощается в структуре будущего потомства.

Если будущая мать преимущественно накапливает состояния здоровья, развития и силы, то она усиливает и оздоравливает будущих детей.

Таким образом, созидательная позиция действует сразу в трех направлениях:

УСИЛЕНИЕ СЕБЯ ⇨

УСИЛЕНИЕ ОКРУЖАЮЩИХ ⇨

УСИЛЕНИЕ БУДУЩЕГО ПОТОМСТВА

Защитная позиция и три направления ослабления

Первое направление — ослабление самого себя в отражениях

Чтобы обнаружить слабость другого человека, необходимо направить на нее внимание, сонастроиться с ней и в определенной степени воспроизвести ее в себе. Постоянно прокручивая чужие недостатки и слабости, человек невольно тренирует их в собственной нервной системе.

Образно говоря, он «пачкается» в слабостях других людей: при многократном повторении они в нем накапливаются.

Поэтому, действуя в направлении усиления собственной защиты, человек попутно ослабляет самого себя.

Второе направление — ослабление себя и окружающих при преобразовании образов

В защитной позиции человек, заметив чужую слабость, отражает ее в себе, после чего преобразует образ другого в направлении ослабления. Затем включается обратное отражение: другой человек воспринимает сформированный и преобразованный образ самого себя и в определенной степени сонастраивается с ним. При многократном повторении соответствующее состояние закрепляется в его структуре.

Но этот процесс действует не только на другого человека. **Работая с его образом в направлении ослабления, человек-защитник все время пропускает через себя эти ослабляющие образы, удерживает их внутри, как бы варится в них.** Тем самым он невольно ослабляет самого себя.

Таким образом, через процесс преобразования образов человек-защитник действует сразу в двух направлениях: **ослабляет окружающих через обратное отражение**

и одновременно ослабляет себя через постоянную внутреннюю работу с образами слабостей.

Третье направление — ослабление будущего потомства женщиной

Накопленные женщиной преобразования воплощаются в структуре будущего потомства.

Если женщина постоянно находится в защитной позиции, направляет внимание на слабости окружающих, многократно отражает и накапливает соответствующие состояния, это накопленное ослабление проявляется в структуре будущих детей.

Так возникает третье направление — ухудшение качества будущего потомства. **Происходит естественный отбор наоборот.**

Таким образом, защитная позиция действует сразу в трех направлениях:

ОСЛАБЛЕНИЕ СЕБЯ ⇨

ОСЛАБЛЕНИЕ ОКРУЖАЮЩИХ ⇨

ОСЛАБЛЕНИЕ БУДУЩЕГО ПОТОМСТВА

Три действия двух разнонаправленных позиций

Жизненная позиция человека воздействует не только на него самого, но и на окружающих людей и на следующее поколение.

Созидание: усиление себя → усиление окружающих → усиление потомства.

Защита: ослабление себя → ослабление окружающих → ослабление потомства.

Следовательно, две жизненные позиции задают два противоположно направленных процесса, каждый из которых распространяется одновременно на человека, его окружение и будущее поколение.

Общая схема действия

Связь описанных механизмов можно представить следующим образом.

В человеке преобладает либо позиция развития, созидания, либо позиция выживания, защиты. При этом он обязательно отражает окружающую среду: копирует и примеряет на себя воспринимаемые образы. Через интерес жизненная позиция управляет избирательностью отражений — определяет, какие образы человек копирует преимущественно.

Тут же начинается преобразование образа. Направление преобразования также задает жизненная позиция. Часть преобразованных образов реализуется в самом человеке, часть возвращается другим людям через обратное отражение.

Многократно отражая и преобразуя образы, человек тренирует связанные с ними

состояния. Они накапливаются, закрепляются и постепенно становятся частью его собственной структуры. Возвращаясь другим людям через обратное отражение, преобразованные образы со временем воплощаются в их структуре.

Кроме того, часть накопленных женщиной преобразований передается будущему потомству в виде особенностей структуры детей.

Этот процесс можно представить в виде следующей схемы:

ДВЕ ЖИЗНЕННЫЕ ПОЗИЦИИ ⇨

ИНТЕРЕС И НАПРАВЛЕННОСТЬ ВНИМАНИЯ ⇨

ОТРАЖЕНИЕ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ ⇨

ВОЗНИКНОВЕНИЕ ОБРАЗОВ И СОСТОЯНИЙ ⇨

НАКОПЛЕНИЕ И ЗАКРЕПЛЕНИЕ ⇨

ВОПЛОЩЕНИЕ: В СЕБЕ И ДЕТЯХ

Одновременно с возникновением образов начинается их преобразование и обратное отражение...

НЕПРЕРЫВНОЕ ПРЕОБРАЗОВАНИЕ ОБРАЗОВ ⇨

ОБРАТНОЕ ОТРАЖЕНИЕ ⇨

НАКОПЛЕНИЕ И ЗАКРЕПЛЕНИЕ ⇨

ВОПЛОЩЕНИЕ: В ОКРУЖАЮЩИХ, СЕБЕ И ДЕТЯХ

ЧАСТЬ 4.

МИР СОСТОЯНИЙ

Мы живем в поле состояний. Состояния содержатся в людях и созданных ими объектах. Невидимая информация «прошивает» нашу нервную систему и управляет нами в самом широком смысле: от физиологии до взглядов на мир. Здесь и наши возможности!

Сегодня людям все труднее жить в психологическом плане, нравственность и здравый смысл теряются, здоровье ухудшается.

Почему?

Незаметная «тонкая» информация от окружающих и медиа усваивается и изменяет нас. Проникает в нас и остается.

Можно ли ей управлять? Можно, если узнать, как она устроена.

СПРЯТАННОЕ СОКРОВИЩЕ

«Не смотрите туда, там все ясно», — сказали нам, спрятав сокровище навсегда!

Мы не всегда понимаем написанное. Вот и, читая про состояния людей, будем думать, что речь идет о настроениях, эмоциях, интонациях, двойном смысле фраз, манипулировании. Но все глубже.

При изменении состояний меняется эмоциональный фон, тембр голоса, тонус гладкой мускулатуры, тип дыхания, а также наше мировоззрение, отношение к окружающему миру, его восприятие. Меняется «настройка на космос».

Состояния передаются между людьми с помощью древнего механизма, который управляет человеком и всем человечеством много лет. А мы так и не научились им управлять, более того — не обратили на него внимания. С появлением медиа понять этот механизм стало жизненно необходимым, ведь медиа ускорили метаболизм состояний.

Многое мы не понимаем из-за стереотипов: принимая одно за другое, думаем, что давно это знаем и нет уже смысла интересоваться повторно.

Так мы перестали интересоваться тонкой информацией, получаемой друг от друга, решив, что все про нее знаем. И когда о ней заходит речь, отмахиваемся, как от давно известного, хотя на самом деле многого не знаем, не понимаем ее роли в нашей жизни. В результате считаем главное второстепенным развлечением.

- *А вспомните, как развиваются дети, как они тонко копируют взрослых.*
- *Как хочется встретить абсолютно гармоничного человека и прикоснуться к его совершенству, раствориться в его гармонии, принять ее частицу.*
- *Или как мы проникаем в другого человека и сливаемся с ним.*
- *А послевкусие от искусства, остающееся после хорошего кино или похода в театр.*
- *Ну а почему голос одного певца нам нравится, а другого — нет? Так мы ограждаем себя от негативного влияния. Но иногда защита ломается, и тогда нам нравится даже то, что разрушает. Это называется «испорченный вкус», «безвкусица».*

СКРЫТЫЙ СЛОЙ

Информация, скрытая в информации.

Пирог с начинкой

Как выглядит пирог? Снаружи тесто, внутри начинка. Так же выглядит и пирог информационный.

Снаружи явные сообщения: факты, данные. Мы хорошо их знаем. Это разные новости и события в мире: куда кто поехал, где что произошло. Здесь и социальная информация, и технические сведения.

Внутри — скрытая живая информация, непосредственно-чувственная, тонкая.



Мы мало о ней знаем, редко говорим и совсем не замечаем ее действия. А в ней тонкие смыслы, образные понятия, представления, отношения. Она вплетается в наш организм, из нее мы и сотканы.

От этой информации и зависит,
счастливы мы в жизни или нет.

И это не двадцать пятый кадр и не скрытое гипнотическое действие. Мы эмоционально-чувственно настраиваемся на актера, ведущего, политика, собеседника и воспринимаем его состояние, его эмоционально-образную, мировоззренческую и духовную структуру: его мысли, взгляд на мир, ценности и самочувствие.

Черты скрытого слоя

О скрытом слое не задумываются, на него не обращают внимания, а он продолжает действовать как ни в чем не бывало. Ему все равно, знают о нем или нет, он делает свое дело, как делал его все предыдущие тысячелетия, — корректирует людей изнутри. Каковы его черты?

- *Во-первых, он всем понятен — универсальный, общечеловеческий, международный.*
- *Во-вторых, он емкий — намного вместительнее внешнего слоя.*

- *В-третьих, он активный — быстро передается.*
- *В-четвертых, в нем особенное содержание — готовые представления, в том числе неосознаваемые нами понятия, ценности, чувства, вкусы, взгляды, намерения, мировоззрения.*
- *В-пятых, он улучшает нас или ослабляет.*
- *В-шестых, с появлением медиа его влияние возросло.*
- *В-седьмых, он прошивает нервные системы людей.*

Где его найти? Как понять? Мы постоянно с ним соприкасаемся, но не обращаем на него внимания, не понимаем, как он меняет нашу жизнь.

Где живет скрытый слой

Скрытый слой растворен в людях и их творениях.

В людях он содержится:

- *в голосе;*
- *во взгляде;*
- *в выражении лица;*
- *в пластике тела.*

Есть он и в произведениях, которые после появления на свет живут самостоятельной жизнью, но сохраняют растворенные в них частицы авторов:

- *в книгах;*
- *в картинах, в рисунках, в фотографиях, в скульптурах;*
- *в музыке, в вокале, в аудиокнигах;*
- *в фильмах и видео;*
- *в других объектах творчества.*

Музыкальные произведения требуют исполнения, и тогда к вложенному автором добавляются частицы исполнителей.

Другие произведения (книги, картины, скульптуры, фильмы, произведения дизайна и архитектуры) выходят в готовом виде и не требуют исполнения.

Речь

Скрытый слой хорошо виден в живой речи, здесь он не в словах, а в голосе.

Голос своими вибрациями вносит
в слова дополнительное наполнение,
которое мы часто упускаем,
увлекаясь внешними оболочками:
формулировками, фразами,
фигурами речи.

В голосе сливаются два вида информации: словесно-символьная и образно-чувственная, в результате чего звучащие слова оживают. Однако мы не по своей воле наполняем голос содержанием. Параметры, задающие состояние, меняются автоматически. И распознается вложенное интуитивно. Но пока не все — главную часть вложенной информации мы еще не видим, у нас нет для этого зрения.

Живая речь гораздо богаче, чем кажется; кроме сообщения, в ней и физическое, и духовное состояние человека — большая ценность, которую мы воспринимаем интуитивно. Но придет время, и мы ее увидим. Скорее бы.

Для примера разделим слои следующим образом.

голос...	*слова...*
эмоции, чувство...	*символ, фраза, текст...*
тембр, окрас, образность звучания голоса...	*информационное сообщение...*
нейронная структура...	*сухая информация...*
духовное ощущение...	*информационный блок...*
живое...	*неживое...*

Книга

В книге те же слова, что и в речи, однако скрытый слой в ней не так заметен. Иногда даже кажется, что его нет, а он есть, просто вводится не непосредственно-чувственно,

как в речи. Растворение живой информации в книге – более сложная задача, чем ее растворение в голосе, однако талантливые писатели и поэты с успехом вкладывают свои состояния в тексты. Собственно, в этом одна из сторон их таланта и заключается: в их произведениях скрытая информация глубокая и увлекает за собой.

Состояния авторов попадают в их произведения без особых усилий — форма и стиль складываются автоматически. Авторы просто творят что-то интересное для людей и не думают о том, что при этом передают свое состояние.

Кроме речи и литературы, скрытый слой есть и в музыке, и в кино, и в живописи, и в других формах творчества — всюду его можно обнаружить.

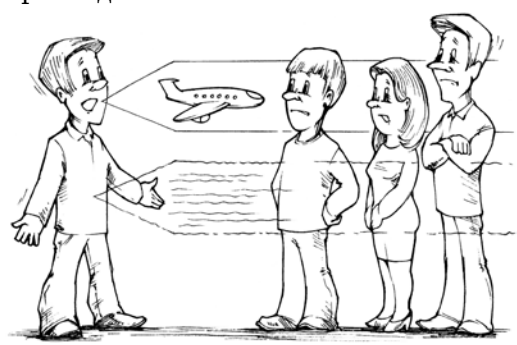
Чувственный крик — пример скрытого слоя

Что-то подобное скрытому слою есть и в так называемом чувственном крике у животных. С давних пор обезьяны подают эмоциональные сигналы голосом. Издавая крик, сообщают разную информацию: страх, опасность, призыв, восторг, еда, победа, страсть... И всегда понимают друг друга правильно. Как им это удается?

Разная вибрация голоса задает разное его содержание. Внутреннее состояние животного модулирует звук, и смысл сообщений меняется. Однако не думайте, что обезьяны сознательно управляют своим голосом, волевым усилием вкладывают в него смысл, — они просто кричат, находясь в разных состояниях, и это отражается в их крике. Остальным остается лишь распознать вложенное, что происходит само собой.

Скрытым слоем мы рассказываем о себе и изменяем других

Живой информацией мы сообщаем много больше, чем выражают слова, — тут и наше отношение к обсуждаемому, и мировоззрение, и жизненная позиция, и здоровье. Начав говорить, мы выставляем напоказ свое содержание — так вещь сообщает о материале, из которого сделана.



И диктор, передающий сообщение, передает их два (а может, и больше): одно о событии, а второе о себе — своем мировоззрении, отношении к событию и просто о самочувствии.

Кстати, по этой причине мы избегаем появляться на людях, находясь в разладе с собой.

Но, показывая свое содержание, мысли и отношения, мы незаметно влияем на других людей. То есть одновременно сообщаем о себе и изменяем собеседника.

Соответственно, находясь с другой стороны, мы узнаем и изменяемся. Если собеседник здоров — мы становимся здоровее, если болен — наоборот. Это неизбежный результат эмоционального резонанса — люди невидимым образом изменяют нас, а мы — их.

Как по звуку мотора можно понять его состояние, так и по звуку голоса — многое узнать о человеке. Но мы не примеряем состояние мотора (хотя и тут можно поспорить), и это не влияет на наше самочувствие, в то время как состояние человека примеряем.

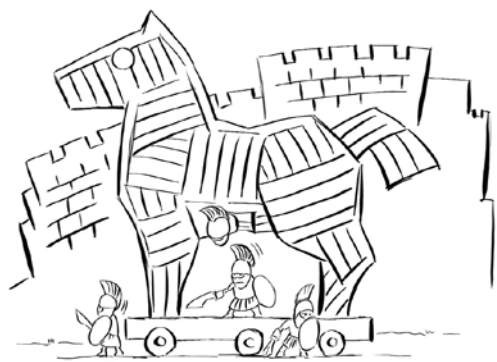
В скрытом слое готовые понятия, представления и взаимосвязи, определяющие наше существование в мире и обществе, — принципы, реакции, отношения, взгляды. Мы делимся ими друг с другом, будто частичками жизни. В результате этого складывается наша основа, внутренний стержень, здоровье и, в конце концов, жизнь.

Поступающая к нам информация:

- С одной стороны, воспринимается нашим сознанием: мы узнаем факты, делаем выводы, даем оценки, негативные и позитивные. Об этом все знают.
- С другой стороны, незаметно изменяет наше духовное и физическое состояние, психику и мировоззрение. Это связано с невидимой частью информации, остающейся в сообщениях, даже если авторов уже рядом нет. Она содержится и в разных творениях — вот почему мы так ценим предметы искусства.

Информация действует на нас не так прямолинейно, как мы думаем. Главный спектакль, в котором принимают участие возможности, здоровье и мировоззрение, идет на скрытой сцене.

Можно сравнить информацию с троянским конем. Она приходит к нам открыто и мирно, а после берется за работу изнутри: формирует



отношение к окружающему миру, меняет понятия, представления и поведение. Всегда вместе с внешней информацией в нас попадает и внутренняя, подобная компьютерным вирусам. Любое сообщение бьет и в логику, и в глубину. В нем два потока, каждый из которых попадает в свое место. Виден только один из этих потоков, другой незаметен, но именно он встраивается в организмы людей.

В нас постоянно идет перестройка нейронных структур — серьезная часть жизни. Мы все время находимся «under construction» (в процессе строительства), вместе с информацией вбираем в себя состояния и меняемся.

С одной стороны, люди думают, что принимают информацию к сведению; а с другой, чувствуют, что она запускает гормональные и мышечные реакции, настраивает по своему подобию. Как это происходит?

Мы знаем, что в информации могут быть призывы к действию, например в рекламе, но уверены, что воспринимаем их разумом и сами решаем, следовать им или нет.

С видимым слоем так и есть. А вот невидимый целиком состоит из команд, воспринимаемых нашими зеркальными нейронами и сразу же выполняемых. Мы даже не успеваем их заметить!

Что это такое?

В любой информации есть сведения о внутреннем устройстве людей, образцы ценностей, способов жизни, и хочется скопировать их себе на «жесткий диск».

Стоит увидеть новое, как мы тут же бросаемся его копировать. Оно будто приказывает нам: «Примерь меня, попробуй». Вложенная в нас программа требует: «Примерь все, не упусти». И мы примеряем в интересах своего совершенствования.

Люди относятся к информации снисходительно, уверенные в том, что сами решают, как с ней поступать, и не видят, что в это время ее невидимая часть уже вносит в них свои изменения.

Скрытое можно видеть

У человечества до сих пор нет повседневного знания о скрытой начинке информации. Мы ее не видим. Соответственно, в ней беспорядок, хаос. Как навести порядок? Сначала научиться видеть скрытое и уже потом браться за наведение порядка, действуя не на ощупь, а с пониманием происходящего.

Всем известна событийная информация, а живая, готовая, внутренняя упущена из виду. Она проникает в нас и остается, и может наделать много «шума», оказать серьезное влияние. Пора говорить о ней друг с другом, разбирать на части, ведь это не развлечения и игры, а выстраивающие нас программы.

В скрытом слое не только наше совершенствование, но и ежедневное самочувствие, здоровье. Постепенно мы научимся его видеть, различать в нем полезное и вредное и таким образом придем к созданию индустрии информационного здоровья.

В ГЛУБЬ ВЕКОВ

У истоков

Давным-давно, когда люди жили еще общинами, сам человек был единственным образцом своего состояния.

Но вот люди стали рисовать. В рисунках появились намеки на состояния. Можно сказать, это были первые неуверенные «слепки» состояний. В наше время их набор расширился.

В него вошли:

- картины, фотографии, скульптуры;
- аудиозаписи, радио;
- кино, телевидение, видеозаписи.

Слепки состояний — это сохраненные черты людей и их жизненных проявлений: голоса, внешности, пластики и т. д.

Но вернемся к истории. Огромная часть информации скрыта в голосе человека, именно поэтому рисунки не оказали значительного влияния на духовный климат, хотя многие из них и до сих пор остаются ценными образцами. Другая причина была в малом количестве рисунков — еще не пришло время тиража.

Рождение реплик состояний

Вслед за изобразительным искусством к людям пришла музыка, принеся с собой состояния авторов и исполнителей. Но и ее влияние было недостаточно сильным. Затем появились письменность и книгопечатание. После — фотография и немое кино.

Все ожило с изобретением звукозаписи.

Во-первых, люди обрели *первый эффективный слепок своего состояния — записанный голос;* во-вторых, научились тиражировать звук. Это стало началом индустрии состояний. Появившиеся СМИ и новейшие медиа начали массово воспроизводить «образы-возможности», взяв на себя производство духовного климата — прежнюю функцию самих людей. Все стало зависеть от армии картинок в медиа.

Да, в людях оживают экранные образы
и вносят изменения по своему подобию.

Классический и современный круг общения

Нам известны два круга общения:

- Первый круг — классический. Это люди в прямом общении.
- Второй — современный. Это люди в окружении медиа.



В первом круге личное общение было практически единственной возможностью взаимного влияния. Люди отражали состояния друг друга, сонастраивались, и постепенно складывалось общее состояние группы — ее духовный климат. Особую роль играли лидеры: их состояние становилось ориентиром.

Со временем появились рисунки, музыка, позже — фотография, кино и современные медиа. Они многократно расширили круг



воспринимаемых нами образов, сделали их воздействие массовым. Настойчиво и многократно передавая одни и те же образы и заключенные в них состояния огромному числу людей, медиа стали своеобразным камертоном для нервных систем. Люди неизбежно отражают эти состояния и сонастраиваются с ними.

Теперь медиа создают духовный климат общества.

Стремление к лучшему

Некоторое время после появления медиа еще звучали призывы использовать их для демонстрации лучшего и гармоничного, но вскоре об этом забыли. Стремление к прекрасному ослабло, вкус размылся, интуиция запуталась, а интерес к гармоничному сменился интересом к необычному. В итоге все настолько запутались, что перестали понимать происходящее. Пришло время снова осмыслить роль медиа.

ГОСПОДИН ТИРАЖ

Тираж вмешался в ход естественного отбора у людей, нарушил равноправие состояний: усилил одни и ослабил другие. Теперь все получают не лучшее, а распространенное.

Сегодня в обществе процветают не сильные и оптимальные для жизни состояния, а получившие доступ к СМИ, часто ненужные, нездоровые.

Три свойства медиа

Медиа несут нам информацию. А что происходит с точки зрения их нейронного влияния? Что принесли они в мир людей?

Отметим три свойства:

- *тиражирование (размножение образов);*
- *скорость передачи информации (быстрая рассылка аудио и видео);*
- *проницаемость (доставка информации в любое место планеты).*

1. Тираж

Тираж нарушил ход естественного отбора у людей. Ведь одним из способов развития было подражание лучшим. И вот это сломалось. Сегодня выбирается не лучшее, а распространенное. Ведь выбор падает на то, что захватывает внимание. Раньше это было лучшее, а теперь — то, что навязчиво льется со всех сторон и от чего нет возможности укрыться. Даже если это действует во вред.

Тираж породил миллионы копий состояний,
что привело к неравномерности влияния.

Принцип «все на всех» был нарушен, превратился в «один на всех». Свободный выбор был подавлен, образцы для подражания стали навязываться. Возникло неравноправие, растиражированные состояния одержали победу над остальными. Они не дают с собой конкурировать и просто навязывают себя. Теперь в обществе процветают не более сильные и оптимальные для жизни состояния, а получившие доступ к медиа, зачастую бесполезные, даже вредные.

Если раньше все копировали более гармоничное, лучшее в своем роде, то теперь это ушло, уступив место навязыванию, похожему на активный маркетинг в торговле, притом что обычно «продается» ненужное.

Кроме того, навязывание формирует и новый вкус, новый критерий отбора.

Как ни парадоксально это звучит,
но технический прорыв привел к нарушению
естественного отбора у людей, ухудшению
их здоровья и взаимоотношений.

Так, вместе с медиа мы получили в подарок механизм ухудшения.

2 и 3. Скорость и проницаемость

Но эффект тиража не был бы столь заметен, если бы его не поддержали другие свойства медиа: скорость и проницаемость.

- Во-первых, все пришло в движение: забурлили потоки информации, заструились реки образов — и хороших, и не очень. Ускорилось смешение состояний, участились соприкосновения людей. Словно включился огромный миксер.
- Во-вторых, медиа сделали общество проницаемым сверху донизу. Образцы состояний проникли во все закоулки, стали доступны богатым и бедным, аристократам и простолюдинам. «Пирог с начинкой» попал к каждому. Сегодня у всех на столе один и тот же медийный пирог.

Этот дуэт — скорость и проницаемость — ускорил перемешивание состояний людей, стал катализатором их метаболизма.

Общество превратилось в организм
с ускоренным обменом веществ.

Парадокс отрицательной новости, или ловушка новостного рейтинга

Главная сила новостей — в тиражировании. Новость не только сообщает о каком-то событии, но и передает определенные образы и понятия.

Новостные тезисы можно представить как своеобразные смысловые единицы — то, что сегодня называют мемами. Они одновременно возникают в сознании огромного количества людей.

Один из параметров силы новости — число новостных касаний, или восприятий новости. Это суммарное количество ее повторений в сознаниях людей.

Каждое восприятие новости считается отдельным соприкосновением, включая повторные восприятия одним и тем же человеком.

Например, если сообщение один раз увидели миллион людей, это миллион новостных касаний. Если те же люди встретили его еще три раза, суммарное число касаний возрастает до четырех миллионов.

Конечно, сила воздействия зависит также от яркости, выразительности и эмоциональной насыщенности сообщения. Но количество повторений в сознаниях людей имеет очень важное значение.

Парадокс заключается в том, что, желая опровергнуть, осудить или высмеять какое-то негативное высказывание, журналист может способствовать его закреплению в сознаниях миллионов людей.

Например, публичный человек высказал отрицательный тезис о стране. Средства массовой информации начинают его цитировать будто бы для того, чтобы показать несправедливость или несостоятельность сказанного, а на самом деле ради хайпа и рейтинга. При этом миллионы людей получают сам отрицательный образ — он отпечатывается в их сознании.

Получается парадокс: мы выступаем против определенного представления, но в итоге формируем его в сознании людей. Тем самым работаем против себя.

Поэтому важно учитывать не только то, с каким отношением передается информация, но и то, какие именно образы и представления при этом формируются.

Сила новости — в повторениях. С учетом этого задача журналистов — не только сообщать о происходящем, но и учитывать последствия, к которым приводит распространение выдаваемых ими образов и понятий.

Итоги тиража

- Медиа наполнили общество информацией.
- Разогнали информационные потоки.
- Добавили «участников» в виде картинок.

Это привело к навязыванию образца на фоне быстрого обмена состояниями.

Если раньше человек влиял на других лишь при личной встрече, то теперь медийные персоны влияют на миллионы людей, тиражируя свои состояния.

ИНДУСТРИЯ СОСТОЯНИЙ

Новая эпоха наступит, когда мы научимся отличать нужные состояния от ненужных, узнаем их правильную пропорцию.

Алфавит состояний

Как описать состояние? Это сделать непросто. В книге часто приходится «ходить вокруг да около».

Точно попасть в цель, показать состояние легче всего непосредственно-чувственно: от человека к человеку. Поэтому многие учения требуют присутствия учителя. Учитель находит состояние, удерживает его, ученик настраивается, резонирует и получает то же самое, даже без словесного общения.

Но если трудно описать состояния, то как обучать им? Способ есть! Состояния можно показывать в видеозаписи. Для этого нужно создать видеоязык, видеоалфавит состояний.

Урок состояний — новый предмет в школах

Давайте немного помечтаем.

Однажды у людей появится институт состояний. Его сотрудники будут находить в себе состояния, развивать их и показывать. Состояния тщательно распределят по назначению, разложат по полочкам. А окончательно отобранные покажут средствами медиа.

Это будет одновременно теоретическая (научная) и практическая (актерская, режиссерская, театральная, художественная) работа.

Институт изучит сочетания состояний по силе и времени, смену одного состояния другим. Он выпустит видеообразцы, видеоуроки гармоничных состояний с привлечением актеров, известных личностей, медийных лиц.



В мире появится новая индустрия — гармоничных состояний. А в школах и других учебных заведениях — новый предмет: «Состояния человека», «Урок состояний».

Это кажется фантастикой, но вспомните: недавно мы еще ничего не знали об Интернете, а мобильная связь показалась бы чудом.

Полезное и вредное вокруг нас

По ходу повествования мы говорили о полезных и вредных состояниях. Это порождало вопросы. Однако все не так прямолинейно! Условно можно сказать, что в медиа пять процентов хорошего, пять плохого, а остальное — частности, мелочи, суета. И мы получаем команды на суетные, мелочные состояния и выполняем их. Тем самым наше «процессорное» время уходит на мелочи, мы в них упражняемся.

Можно сказать, что каждый день
в нас происходит «фитнес мелких, суетных
состояний», в результате чего
суетное превращается во вредное
из-за своей избыточности.

В этой избыточности и заключается главный вред. Из-за нее становятся вредными наши оборонительные состояния: в основном

это страх, гнев, тревога, хитрость, зависть и другие. Избыточные состояния мешают нашему развитию и здоровью.

Суть токсичности в многократном повторении не нужных сейчас состояний, в наработке нефункциональности.

Токсичные образы

А есть ли образы, вызывающие отравления?

Образов, способных мгновенно отравить, вызвать болезнь, не существует.

О чем же мы тогда говорим? О том, что это может происходить постепенно и незаметно.

Образ вызывает в организме биохимические реакции, запускает процессы, перестраивает нейронную сеть.

В этом смысле наш организм похож на музыкальный инструмент, воспроизводящий аккорды биохимических всплесков. Образы — это «пальцы», нажимающие на клавиши рояля.

Какие же образы токсичны?

Те, которые запускают ненужные в данный момент процессы, запускают их впустую, нефункционально, и при этом (внимание!) делают это много раз. Как правило, эти образы ощутимо задевают нас эмоционально. В основном они относятся к инстинкту продолжения рода, очищению, отрицанию и выживанию.

В качестве примера возьмем набор оборонительных реакций. Мало того, что они сами по себе не направлены на поддержание здоровья, так еще, накапливаясь в людях благодаря бесконечной демонстрации в медиа, раз за разом разрушают здоровье. Это хорошо всем известные страх, гнев, тревога, зависть, жадность, ненависть, нетерпимость, брезгливость, хитрость, ложь, неприязнь, неудовлетворенность, боль, агрессия и тому подобное.

> *Своеобразным примером является нецензурная речь. Будучи основанной на сексуальных образах и отрицании, она вытаскивает сопутствующие реакции (в большей или меньшей степени — это зависит от конкретного человека) и усиливает их, что также не способствует здоровью.*

Частые повторения биохимических процессов приводят к их закреплению в нашей нейронной сети. Повторяющиеся образы поселяются в людях.

Еще раз повторим: токсичность — это часто повторяющаяся нефункциональность, она со временем становится вредной.

И потому образы, медленно разрушающие людей изнутри, можно считать ядовитыми.

Токсичная медиаиндустрия излучает
в пространство множество образов, ведущих
к разрушению здоровья людей и стран.

В первую очередь страдают отношения между людьми. Рождается стяжательство, коррупция, бюрократизм, групповщина, агрессия, пьянство, наркомания и другие болезни общества.

Помощь книг

При смене состояний также меняется наша настройка на «космос». Собственно, системы совершенствования как раз направлены на поиск новых, более высоких «вибраций». Как их получить? Как сменить состояние?

Книжные методики обычно не работают: воспринимая излагаемую в них информацию, человек остается в привычной настройке, смены не происходит! Сдвинуть состояние книгой непросто. Интересный парадокс заключается в том, что легче это делает классическая литература. Она меняет состояние, даже не задаваясь такой целью! Произведения Толстого, Тургенева, Достоевского и других писателей вводят людей в новые «вибрации». Причем у каждого автора они свои. Но это совсем не те «вибрации», которые люди хотят получать: обычно мечтают о волшебном и мистическом.

Учебная литература обещает делать людей успешными. Приступая к чтению, мы вбираем информацию. Но одних знаний о том, как улучшить жизнь, недостаточно. И если при этом наше состояние не меняется, то не меняется ничего, лишь пополняется запас знаний.

Поэтому большинство книг о том,
как улучшить жизнь, бесполезны.

Эффект возникает при переходе в новое состояние. Как попасть в него, что для этого нужно сделать? Да, без помощи живой информации здесь не обойтись!

Поле состояний

Мы живем в поле состояний, в резонансе с которым складывается наше собственное состояние, наше отношение к миру. Забегая вперед, скажем, что это в первую очередь акустическое поле, а во вторую — зрительное. Вокруг нас огромное количество состояний, и мы подвержены их влиянию.

Сначала мы попадаем в поле матери, которая пребывает в особом, необходимом для ребенка состоянии. Затем постепенно начинаем воспринимать состояния других людей, голоса из динамиков, музыку, картинки.

Поле состояний — это общее духовно-эмоциональное поле, в котором находится человек или общество.

У него два источника:

1. С одной стороны, это люди, которые несут в себе устойчивые состояния и транслируют их — через голос, мимику, осанку, поступки;

2. С другой — картинки, то есть все визуальное, медийное, информационное, что человек воспринимает. Это и лица, и фильмы, и новости, и реклама — все, что формирует эмоциональный фон.

В здоровом обществе поле состояний сбалансировано: оно включает как функциональные сигналы тревоги, так и образы роста, спокойствия, доверия. В современном мире поле хаотично, в нем преобладают негативные образы.

Состояние, вызываемое гормонально (например, голод, усталость, влечение, интерес), как правило, функционально по своей природе. Но внешние воздействия — например, медиа, конфликты, токсичные образы — часто вызывают нефункциональные состояния, которые не помогают адаптироваться, а, наоборот, разрушают здоровье и социальные связи.

Если в поле преобладают нефункциональные отрицательные состояния, то человек утрачивает способность развиваться, принимать решения, формировать здоровые отношения. Именно это мы наблюдаем сегодня: хаос состояний, подавляющее большинство из которых — отрицательные и нефункциональные. В результате поле создается случайно и хаотически.

Гармония возможна, только когда положительные и отрицательные состояния применяются функционально — как

инструменты адаптации и развития. Поэтому сегодня жизненно необходимо управлять полем состояний. Носители устойчивых созидательных состояний способны создать духовный климат, в котором остальные смогут восстановить свое равновесие.

Осознание роли поля состояний — первый шаг к наведению порядка в нем. Следующий шаг — ответственность за трансляцию состояний в общественное пространство.

Что мы узнали

- Люди постоянно обмениваются состояниями и усваивают их. Идет метаболизм состояний.
- Среди людей происходит не только эмоциональный обмен, но и информационно-физический. Словно передача данных между станками с программным управлением.
- В обмене состояниями участвуют и картинки: видео, аудио, фото, печать, театр, выставки. Они влияют на каждого и на итоговое состояние общества.
- Последствия обмена могут быть положительными или отрицательными.
- С появлением медиа интенсивность обмена увеличилась. Это привело к необходимости медиагигиены.

- На людей влияют два информационных слоя. Один из них — невидимый, внутренний (воспринимаемый неосознанно) — формирует нашу основу. И медиа в первую очередь воздействуют на нас не формальной информацией, а живой, внутренней, глубинной — гораздо сильнее, чем мы думаем.
- Перенос состояний происходит при передаче любой информации.
- Состояния накапливаются в людях и усредняются, формируя духовный климат общества.
- Мы живем в поле состояний. Духовный климат действует на всех и каждого. Он прошивает нервные системы.
- У людей коллективное состояние здоровья.
- Процесс информационного потребления, как и процесс питания, требует чистоты. Многое в людях остается, и поэтому нужна защита от информационных отравлений — информационная гигиена.

Индустрия состояний

Метаболизм состояний с участием картинок влияет на здоровье каждого и всего общества в гораздо большей степени, чем принято сейчас считать.

Поэтому требуется особый подход к состояниям, демонстрируемым медиа:

- отбор гармоничных состояний;
- их сохранение;
- распространение.

Придет время, когда все станут гоняться за лучшими, коллекционными состояниями. Впрочем, у ценителей истинных предметов искусства подобное происходит и сейчас. Возможно, торговля станет стимулом создания «коллекционных состояний», ведь она бывает инициатором развития и критерием отбора лучшего через конкуренцию. Экономические интересы ускорят и официальное признание.

Люди будут видеть разные по своему назначению состояния, отличать нужные от ненужных и, наконец, тиражировать гармоничные.

Новая эпоха

Однажды мы научимся видеть лучшее и полезное. То, что помогает развиваться, делает нас увереннее, успешнее, здоровее.

Обмен саморегуляцией идет независимо от желания людей, а значит, необходимо отличать полезное от вредного. Придет время, и мы научимся!

- Во-первых, будем понимать, что нас окружает: состояния, «нейронные узоры», вплоть до отвечающих за здоровье.
- Во-вторых, станем отбирать те, которые нам нужны и полезны. При этом будем сочетать их в правильной пропорции.

С одной стороны, это приведет к созданию индустрии полезных состояний и появлению медиаэкологии, а с другой — сам отбор состояний станет привычным делом.

Домохозяйки будут часами обсуждать по телефону состояния любимых актеров, ведущих, лидеров и просто знакомых, как сегодня обсуждают рецепты для похудения, цены на рынках и сюжеты сериалов.

Обмен состояниями станет таким же очевидным, как вращение Земли вокруг Солнца.

Тогда и наступит новая эпоха — люди откроют здоровье.

ЧАСТЬ 5.

ВЛИЯНИЕ МЕДИА

Сравнение медиа с пищей,
разноцветными огнями,
приправой к супу, лекалами
портного, камертонами.

МЕДИА В РАЗНЫХ СРАВНЕНИЯХ

Мы меняемся по встреченным образцам.

Медиа как пища, или мы то, что мы «медим»

Мы вбираем в себя информацию со словами «это надо переварить». Она переваривается, усваивается, и часть «информационного пирога» остается в нас.



Принято считать, что наше здоровье зависит от еды. Это верно. Но оно также зависит от информации вокруг нас.

Наряду с фразой «Мы то, что мы едим»
можно сказать: «Мы то, что поглощаем из медиа»
или «Мы то, что мы „медим"».

А раз главное «предложение к столу» — телевидение, то в итоге мы и состоим из его продукции, но (внимание!) не из новостных блоков, а из скрытой информации, которую несут в себе ведущие, актеры, политики.

Что «съедаем» — тем и становимся.
А «съедаем» мы состояния людей.

Что это такое? Незаметная тонкая информация от окружающих, на которую откликаются миллиарды нейронов. Именно ее наш организм получает помимо сознания, и благодаря ей мы меняемся. Она проникает в нас и остается.

Какие вокруг нас состояния,
такими становимся и мы сами!

Вся наша жизнь — это постоянные ответы на воздействия окружающей среды. Мы, словно камбала, принимаем цвет общего фона.

Сами мы тоже являемся частью окружающей среды и влияем на других людей.

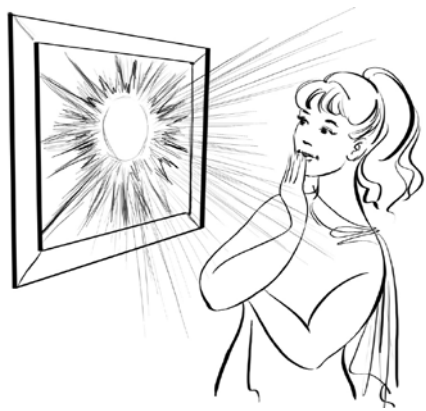
Медиа — лучи без света

Представим, что все носители состояний рассылают в пространство свои невидимые лучи.

- Люди.
- Фотографии, рисунки, картины.
- Аудиозаписи.
- Видеозаписи.
- Иное.

Теперь людей исключим. Ведь они не только светят, но еще вбирают излучение. Нас же будут интересовать чистые излучатели.

Получается, что телевидение, радио, кино, пресса, интернет, видеозаписи, аудиозаписи, фотографии, картины, графика, музыка,



Картина — источник «лучей», она светит невидимым светом.

архитектура, скульптура, книги — все это источники огромного количества лучей-состояний.

Все пространство вокруг нас заполнено лучами, и, как бы мы ни хотели от них спрятаться, они все равно коснутся нас, отразившись в других людях.

Что происходит на выставке художника? Картины проникают в нас своими лучами, и мы невольно меняемся, становимся подавленными или окрыленными. Художник передает свое состояние. И хотя влияние одной картины незаметно, выставка все равно нас изменит.

Медиа — оживающие в людях картинки

Медиа посылают в общество картинки, те поселяются в людях и оживают в них.

Можно сказать, что картинки превращаются в наши состояния. Однако через некоторое время все повторяется — приходят новые картинки и сменяют предыдущие.

Медиа — большой фитнес

Каждый объект культуры похож на урок с тренером. Соприкасаясь с таким объектом, люди будто выполняют упражнения.

И хотя все вокруг уверены, что культура, эстрада, телевидение, театр, пресса — лишь развлечения и информация, они еще и комплексы духовных упражнений, изменяющие нас сильнее или слабее, ненадолго или навсегда.

Медиа, выдавая состояния людей, действуют по принципу огромного фитнеса, продолжающегося всю жизнь. В нем каждый медийный персонаж — тренер.

К сожалению, этот фитнес хаотичен. Мы прикасаемся ко всему, что нас окружает: и к хорошему, и к плохому. Но к чему прикоснешься, то и получишь! И если вокруг много плохого, то мы ухудшаем свою жизнь. А как ее улучшить? Прикоснуться к гармоничному. Человек всегда стремится к этому. Но где найти гармоничное? Нужно самим его создать. Это вполне осуществимо в современном мире, если разобраться, что к нам приходит и как это на нас влияет.

Вся приходящая к нам информация наполнена командами, на которые организм отвечает как на команды тренера: нейронная сеть принимает позы и постепенно в них застывает.

Часто медиа несут нам излишнюю экспрессию, ажиотаж, самоутверждение, зависть, напряжение, готовность к эмоциональной агрессии. И все это остается в нас, вносит путаницу и расходует нашу внутреннюю энергию, запасы которой не безграничны.

С появлением медиа мы оказались
в пространстве команд.

Выполняя команды, мы что-то в себе тренируем, но не понимаем что. Думаем, что все держим под контролем, всем управляем, но почему-то чувствуем себя то лучше, то хуже. Пытаясь понять происходящее, говорим про магнитные бури, вспышки на Солнце. А на деле к нам приходят разные команды и заставляют нас делать незаметные движения, перестраивают на свой лад. И то, в какую сторону мы меняемся, зависит от вида этих команд. Если больше негармоничных, то образуются нездоровые взаимосвязи, происходят психофизические «отравления».

Нужно это учитывать и стремиться в пространство здоровых команд.

Становится понятно, что театр также представляет собой тонкий фитнес. Вообще истинный смысл зрелищных мероприятий — представить на всеобщее обозрение новые состояния-возможности, чтобы все могли их взять при просмотре.

Да, театр — это фабрика по производству новых
состояний, как, впрочем, и спорт, и эстрада,
и другие зрелищные мероприятия.

Театр предлагает нам тонкие упражнения, и каждое посещение спектакля — это своеобразный поход в духовный фитнес-зал на сеанс духовной гимнастики.

Но какой гимнастики? Она не всегда бывает полезной. К сожалению, современные театры часто создают негармоничные образы, ухудшающие жизнь.

Медиа — спички, зажигающие в людях огни разного цвета

Состояния в людях и в медиа отличаются, как «живое» от «застывшего». Как природа от фотографии. С одной стороны — сами люди с их состояниями, с другой — копии состояний. Одно записано в нервных связях людей, другое — на носителях. Но и то и другое — информация, только помещенная в разные места. И еще: одно порождает другое, как спичка — огонь.

Медиа похожи на «спички»
для разноцветных «огней» души.

Точки духовной среды мы знаем: это состояния людей, «огонь» в их душах. А точки медиасреды? Это хаос из копий состояний в звуке и изображении. Они, словно спички, зажигают новые огни в душах, и «костер» духовного состояния общества разгорается. Представьте костер. Пламя переходит с ветки на ветку, его языки сливаются и зажигают все вокруг. Пламя — химическая реакция. Так же и у людей: они «зажигают» друг друга своими состояниями. Но у людей

разные состояния, разные цвета пламени, и поэтому костер общества разноцветный. Сегодня в нем много оборонительных красок и мало красок гармонии.

Медиа — отопление домов и квартир

Медиа совершили переворот в психологической «энергетике» людей, как электричество и нефть в энергетике стран. Образно говоря, с медиа к нам пришло «психологическое отопление» наших организмов и нервных систем. А чем нас «отапливают»? Гармонией или наоборот? Какой микроклимат создают?

Погода, которую несут медиа, должна быть хорошей, ведь нет зонтов и крыш, чтобы укрыться.

Телевизор излучает «тепло» или «холод». Но это не температура в прямом смысле, а «тепло» или «холод» для нервных систем, скрытые в информационных потоках.

Скрытая информация, приходящая, в частности, из телевизионных передач, может «согревать» нас, гармонизируя, повышая уровень эндорфинов, или «охлаждать», ухудшая настроение и разрушая. Каково ее действие сейчас?

Когда становится жарко, мы снижаем температуру в радиаторах, а когда холодно, наоборот, повышаем. Так же надо поступать

с медиатемпературой — регулировать, когда она выходит за рамки гармонии. Но как определить эти рамки? Где шкала плохого и хорошего в медиа?

Медиа — камертоны для людей, лекала их состояний

Спрятанные в информации камертоны настраивают духовный климат общества, формируют духовные состояния людей.

Люди — камертоны друг для друга.
А медиа — служба доставки
камертонов.

Медиа похожи на лекала, по которым «шьются» состояния людей.

Медиа — инкубатор состояния общества

Медиа: музыка, слова, видео — это льющиеся на нас потоки.

- Медиа приносят импульсы.
- В ответ в нас совершаются движения, мы обретаем навыки.
- Со временем навыки усредняются.

МЕДИА ⇨

КАРТИНКИ ⇨

ДУХОВНЫЙ КЛИМАТ ⇨

СОСТОЯНИЯ ЛЮДЕЙ ⇨

ЗДОРОВЬЕ И ПОВЕДЕНИЕ

Получается, что медиа являются инкубатором духовного состояния общества и поведения людей в нем.

Медиа — краска для людей

Люди окрашиваются в цвета, к которым прикасаются, затем окрашивают ими других людей, а те — следующих. И так много раз. В результате цвет приближается к тому, который встречается чаще.

Теперь мысленно заменим людей шариками.

Представим, что шарики, окрашенные в зеленый и красный цвета, поместили в корзину и потрясли ее. Если зеленых было больше, то все позеленеют, если красных — покраснеют. Однако если добавить в корзину еще краску, то она окрасит все шарики.

Так и люди окрашивают друг друга своими состояниями, а медиа окрашивают своим цветом сразу всех.

Медиа — производство картинок, а значит, состояний

Медиа представляют собой массовое производство картинок. Но в картинках находятся состояния. И поэтому индустрия картинок — это индустрия состояний.

Однажды созданные картинки рассылаются по всему миру. Спрятанные в них состояния проникают в людей и остаются. Надолго ли? Бывает по-разному.

Состояния похожи на бестелесных существ, поселяющихся внутри людей. Стоит поселиться одним, как уже стучатся другие. Жильцы сменяются, но и новые остаются ненадолго — уже спешат следующие.

Медиа — погода для всех

Солнце, воздух, радиация, экология...
Их принцип действия — один на всех.
Они однозначны и неотвратимы.
От их влияния не уйти!

Можно сравнить медиа с погодой, настраивающей всех на свой лад. Особенно хорошо это видно на вновь прибывших. Да мы и сами чувствуем ее влияние в разных странах.

Она выстраивает всех под себя, как информационный шаблон. Как солнце, как температура воздуха за окном — согревает

или охлаждает все «предметы» сразу. Мы зависим от нее, мы «ее производные», ее дети. И то, нравится ли нам жить в обществе или нет, зависит от духовной погоды в нем.

Живя в обществе, мы не можем
спрятаться от духовной погоды.
Только если уйдем в отшельники,
что неприемлемо.

В известной песне есть слова: «Главней всего погода в доме». Так вот, главней всего погода в стране, в обществе, в коллективе. Духовная погода. Она влияет на всех, как солнце. И делает это материально.

В нервной системе образуются новые связи, железы выделяют секреты, возникают новые желания, совершаются поступки, появляются цели, мотивы. Человек становится другим. Как? Ведь он ничего не делал. Лишь прикоснулся к «краске» и окрасился. Вдохнул информацию и изменился. Просто и незаметно. Медиапогода, как и обычная погода, влияет сразу на всех.

Духовный климат продвигает всех к своему уровню!

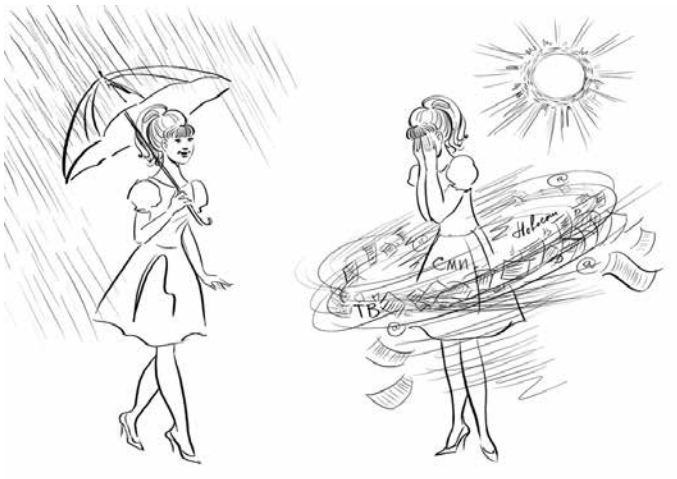
Выходит, что мы сами создаем для себя погоду и сами от нее зависим.

Замечая влияние медиаклимата на свое здоровье, мы никак не признаем официально его существование. Вокруг этой темы сохраняется ореол надуманности и морализаторства.

А это настоящий закон природы: переход информации в нервные связи, психические и физические состояния.

Закон действует как в отношении положительного, так и отрицательного. Как для гармонии, так и для патологии. В соответствии с ним «здоровье — коллективное состояние человечества».

Медиа — это не просто приятная мелочь, развлечение, «кисточка» для поглаживания души, а наша среда существования. Такая же, как воздух, радиация, экология. Это климат, который создается излучаемыми состояниями и влияет на здоровье людей, материализуясь внутри них.



Нам не укрыться от медиапогоды

Это абсолютный факт, закон природы. Медиа превращаются в физиологические процессы, нервные связи и духовное состояние. Но никому не нужны разрушающие здоровье взаимосвязи; все хотят гармонии, здоровья, успехов — взаимосвязей, способствующих развитию и достижению целей.

Медиа — вода из крана

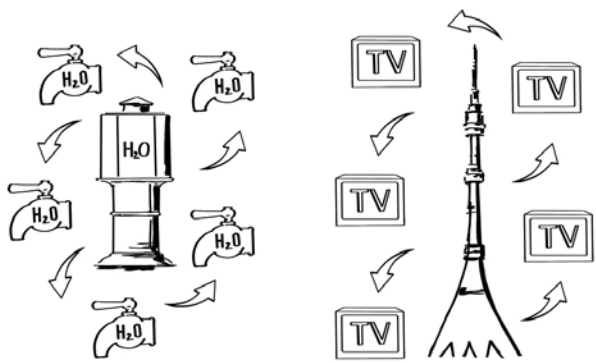
Как устроено водоснабжение? Вода очищается и доставляется в квартиры. Что бы произошло, если бы в нее попали вредные вещества? Ведь мы не проверяем воду дома, принимаем как есть: пьем, используем для приготовления пищи. Ухудшилось бы здоровье людей: все стали бы страдать от болезней. Но при этом, не зная, что причина в воде, считали бы себя слабыми, склонными к болезням и страданиям. И, будучи уверенными, что так устроен мир, не пытались бы ничего изменить.

Нечто похожее происходит сейчас с телевидением. Это «центральный водопровод», поставляющий информацию. Но мы знаем, что информация состоит из двух слоев: явного и скрытого. Первый хорошо известен. А скрытый — подводный — может незаметно портить наше здоровье, в целом мешать жить (а может так же незаметно и улучшать нас!). И мы, не понимая причин происходящего, считаем, что такова реальность,

так устроено общество: оно безнравственное, слабое и больное, и патология в нем — норма.

Интуитивно мы чувствуем, что с телевидением происходит что-то неправильное, не совсем нормальное. По аналогии с водопроводом ощущаем некий привкус, и в нас рождается недоумение: откуда он берется, зачем его добавляют? На это нам говорят: «Есть спрос». Мы удивляемся: «Каких-то не вполне адекватных, испорченных людей это интересует. Значит, придется и нам потерпеть. Ну что же, потерпим». И не понимаем, что это не просто вкус, а «яд», который нас разрушает.

Нам кажется, что ничего страшного не происходит: ну, «невкусно», «не лезет», не хочется... Кому-то нравится невкусное. Что же, потерпим и мы. И не понимаем, что именно в этом причина нашего плохого самочувствия: и духовного, и физического.



Центральное телевидение подобно центральному водоснабжению

Теряются нравственные основы, рвутся духовные связи, рушатся отношения между людьми, теряются стимулы роста, ломаются уклады жизни, приходят болезни.

Вряд ли кому-то в голову придет добавлять в водопровод яд, а тех, кто выступает против этого, называть цензорами и борцами со свободой и демократией. Но с медиа так и происходит: криками о свободе закрепляется право незаметно подливать всем «яд», официально добавлять «мышьяк в водопровод».

Сегодня вопрос об ответственности медиа за их скрытое влияние на людей остается без должного внимания.

Медиа — оружие, побеждающее людей

Теперь на духовное состояние общества влияют не только люди, но и картинки: изображения в журналах, голоса на радио и на сцене и, наконец, самое сильное — движущиеся и говорящие образы на телевидении и в видеороликах.

Телевидение, кино, радио, видео, аудио, фото, интернет — все это источники состояний.

Кто сильнее: люди или картинки? Как бы много состояний ни было в людях, еще больше их в картинках. Картинки ворвались

в мир людей и стали повсеместно влиять на нас. Они заставляют меняться, сами оставаясь неизменными. Поэтому встреча людей с картинками приводит к победе последних.

«Вода камень точит». Так же и медиа, постепенно изменяя людей в своем направлении, изменяют общество.

И с этим не поспоришь, от этого не уйдешь — какие образы к нам приходят, такими мы и становимся!

С медиа в мире появился новый глобальный фактор влияния, оружие массового изменения.

А есть ли контроружие? Есть. Но сначала нужно узнать *закон гармонии и хаоса состояний*. Ведь, как известно, осведомлен — значит вооружен.

Медиа — программатор здоровья и поведения людей

Телевидение, радио, театр или музыка меняют наше состояние: повышают или понижают наш потенциал, запускают программы поведения, формируют отношение к миру, взгляд на жизнь, влияют на здоровье.

Поток приходящих образов глубоко нас затрагивает: отзываются миллиарды нейронов, образуются новые связи.

Это воспринимается как сопереживание, заражение, ответная реакция. Мы думаем, что эти изменения временные, но они остаются.

Вспомните, как меняется наше состояние при просмотре телевизора, как мы потом себя чувствуем. Воздействие происходит не через сюжеты фильмов, информацию в передачах или морализацию — мы напрямую копируем позиции героев передач, ведущих, исполнителей, показывающих свое состояние миллионам. И если позиции мелькающих на экранах героев безнравственны, то, что бы они ни делали и ни говорили, мы приобретаем эти позиции. При этом учимся двойственности: можно, имея одно содержание, декларировать другое, противоположное. Например, если человек изображает «чистого», а на интуитивном уровне мы понимаем, что он порочен и это лишь игра, то сами невольно начинаем вести себя так же.

Конечно, бывают нюансы восприятия, но речь не о них, а о главном правиле.

Вспомните ажиотажно-тревожное состояние, возникающее при просмотре фильмов, где все — и взрослые, и дети — направляют друг на друга оружие. Создается впечатление, что это и есть норма жизни.

Тревожное состояние остается в людях,
укрепляется и разрушает их изнутри,
подрывая отношения в обществе.
Это серьезное оружие.

Наоборот, созидательные взаимосвязи — частички жизни: они помогают нам меняться и обретать новые возможности. Мы испытываем в них потребность, хотим окружить ими себя, почувствовать их, но все реже они встречаются на нашем пути.

Мы считаем медиа развлечением, а на деле они формируют наши желания, стремления, возможности, ценности, тонкое отношение к миру и в конечном счете влияют на здоровье и жизнь.

В современных медиа чаша агрессии перевесила чашу созидания, что привело к утрате людьми гармонии. Но гармонию можно вернуть, излучая с экранов состояния здоровья и духовного роста. Пора задуматься о соотношении созидания и защиты, будь то на экране, в прессе или театре. И речь не о сознательном восприятии, а об автоматическом программировании зеркальными нейронами.



Эти рассуждения — голый прагматизм, мечта о здоровой и комфортной жизни.

Настройщик медиа

Многое в нашей жизни зависит от медиа. А какие они? Из чего состоят? И что делать, если испортились? Как их исправить? Этого мы не знаем. Еще нет такой профессии: настройщик медиасреды, эксперт по медиагармонии.

Прямое действие

Медиа не оказывают влияния друг на друга — только на людей. Изменяют их на свой лад. Но люди не могут ответить им тем же. Единственное, что они могут, — это попытаться укрыться от медиа. Но, во-первых, это не всегда удается, а во-вторых, не спасает от повторного отражения состояний — можно сказать, их переотражения в окружающих людях.



Прямое действие

Отраженное действие

Даже если мы не соприкасаемся с медийной средой, не включаем телевизор или радио, она продолжает оказывать на нас влияние через других людей, которые находятся в контакте с медиа. Отражаясь в них, лучи попадают в нас. Воздействие смягчается, но тем не менее продолжается.



Отраженное действие

Поэтому, даже убрав телевизор, выключив радио, отложив утреннюю газету, отойдя от компьютера, мы продолжаем участвовать в обмене. Мы общаемся с теми, для кого медиа стали неотъемлемой частью жизни, и получаем через этих людей образную настройку.

ЧИСТОТА В МЕДИА

Мойте руки перед едой, а медиа — перед просмотром

Мы моем овощи и фрукты, но не очищаем медиа. Да это и невозможно! Как их очистить? Можно лишь употребить в готовом виде. И отказаться от них непросто — как отказаться от солнца или дождя? Укрыться под навесом! А где взять такой навес? Его нет. И мы вынуждены принимать все подряд.

Общество старается потреблять чистые продукты питания. А что с чистотой медиа? Считается, что ее просто не существует. Или медиа сами по себе чистые. Да и вообще, при чем тут здоровье? Медиа лишь способ провести досуг! Развлечение — отдельно, здоровье — отдельно. Но это неправильно.

Медиа нас программируют. Вне зависимости от наших желаний в нервную систему встраиваются работающие программы. И значит, нужна медиагигиена.

В отличие от овощей и фруктов, медиа нельзя отмыть, очистить. Об их содержании можно позаботиться лишь на этапе создания.

Раз мы все едим один и тот же медиапирог, то правильно будет следить за его вкусом и качеством. Нужно контролировать медиа с учетом их непосредственно-чувственного влияния на здоровье людей и рассматривать именно как средство формирования поведения.

Медиагигиена

Пора научиться брать из медиа здоровые состояния и отстраняться от больных. Это было бы хорошо и выгодно, но до сих пор не делается, хотя идея витает в воздухе.

Казалось бы, все просто: показывай здоровое и вредное в сравнении. Отстраняйся от ненужного и стремись к нужному. Но, к сожалению, эта мысль не получает развития, в медиа и в искусстве не формируется спрос на гармонию.

Мы не замечаем обмен состояниями между людьми, не следим за сохранением в нем гармонии.

В итоге все меняются по встречающимся лекалам, впускают в себя и нужное, и бесполезное, и вредное, не понимая, что помогает жить, а что, наоборот, мешает. Лишь научившись видеть скрытую информацию, люди смогут управлять своей жизнью. Перестанут меняться по вредным образцам, слепо брать все подряд и отравляться.

А откуда в медиа берутся вредные состояния? Почему возникает мода на них? Это отдельная и интересная тема!

Медиа программируют поведение людей и их отношение к жизни, влияют на уровень здоровья. Важно это понимать и контролировать их содержание.

Людям нужна медиагигиена, информационная гигиена, цифровая гигиена.

Медиа и общество

Многие состояния из медиа не так губительны для отдельных людей, как для общества в целом. Они разрушают отношения в обществе, и оно начинает распадаться, терять потенциал. В нем возникает напряженность. Как ни удивительно, тиражирование некоторых состояний и мода на них ведут к поражению общества, будто от применения оружия массового поражения!

Два подхода: бороться или уйти

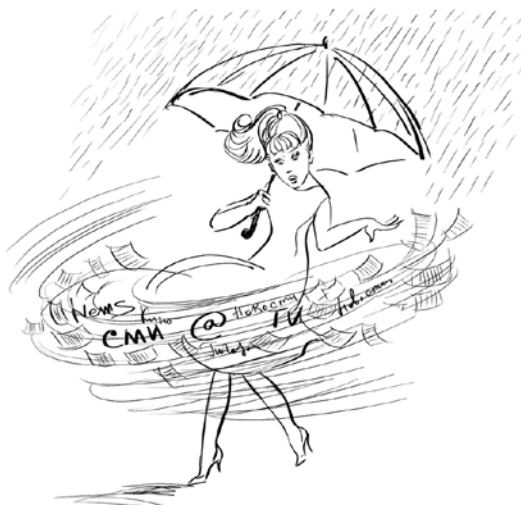
Люди мечтают о новых возможностях, непобедимом оружии. Это нормальное стремление к росту. Но многие мечты недостижимы. Особенно если их осуществлению мешают такие факторы, как погода, радиация, экология. Как мы поступаем в этих случаях?

Вместо выработки иммунитета к радиации следим за радиационной обстановкой, вместо выработки устойчивости к микробам, находящимся в воде, очищаем ее. Вместо развития способности организма бороться с экологическими загрязнениями — снижаем их уровень. Вместо сопротивления ядам в продуктах питания — контролируем чистоту продуктов с помощью санитарной службы.

Чтобы уменьшить вредное воздействие на организм, мы следим за состоянием окружающей среды.

Так же и с медиа. Правильно будет очистить атмосферу от информационных «ядов».

Это и будет началом медиаэкологии.



ЧАСТЬ 6.

ОТКУДА БЕРЕТСЯ ЗЛО

Как жизни удержаться в опасном мире и продолжать совершенствоваться, приобретая все новые и новые возможности? Для этого у нее есть механизмы развития и защиты от разрушений. Можно сказать, что она имеет два набора инструментов для двух видов работы.

Парадоксально, но со временем возникла проблема: одно стало мешать другому. Сегодня «защита» разрушает людей и мир в целом.

Настоящий детектив в эволюции! Кто преступник? Как ни странно, убийца внутри нас. Это наше внутреннее оружие!

ДВА ЯЩИКА С ИНСТРУМЕНТАМИ

Инструменты выживания

Поговорим о том, чем мы защищаемся. Что находится в чемоданчике с оружием и экипировкой?

Здесь разные приспособления (умения, реакции, действия) для сохранения жизни людей в мире законов природы и накопления в нем запаса прочности на будущее. А также различные механизмы для укрепления положения людей в обществе с его законами и правилами: лавирование в сфере денег, ценных бумаг, собственности, социальных статусов, субординации (недавно сюда добавился и виртуальный мир, в котором тоже приходится защищаться).

В арсенале защиты физиологические механизмы, психологические… и, возможно, другие. Сопутствующие ей эмоциональные реакции нам хорошо известны. Это древний классический набор: гнев, страх, боль, зависть, жадность, хитрость, ложь, лукавство, двойственность, изворотливость, тревога, настороженность, подозрительность, неудовлетворенность, самоутверждение, ненависть, злость.

Все это отрицательные состояния.

Почему они так называются? Потому что в их основе лежит отрицание всего, что мешает нам жить. И, как ни странно, в предельном случае самой жизни. Неожиданно? Да! Но к этому мы еще вернемся.

Инструменты созидания

В чем суть развития? Это отбор лучших мутаций? Или у развития свой движок? Есть ли связь с творчеством? Может быть, это биохимический фон для образования нейронных связей?

Мы знаем, что человек приобретает новые знания, возможности, предметы, создает объекты. Это созидание. Происходит улучшение жизни: благоустройство окружающего мира и накопление возможностей на будущее.

Инструменты развития дают нам положительные эмоции. Это радость, доброта, откровение, доверие, самопожертвование, любовь, доброжелательность, вкус к жизни и т. д.

Созидание и выживание как добро и зло

На первый взгляд кажется, что между созиданием и защитой нет большой

разницы, у них общая задача — укрепить жизнь людей. Это так! Но разница есть, и очень большая. Доводящая до противопоставления. Как между добром и злом. Она в способе работы. Это два разных инструмента, они имеют разные внутренние движки: созидание — рождение, защита — смерть.

Принцип действия созидания — добавить то, что помогает; принцип действия защиты — убрать то, что мешает, удалить опасность.

- В первом случае мы создаем из ничего или улучшаем. Из пустоты — что-то, из ноля — единица.



- Во втором убираем, стираем то, что есть. Из реальности — в пустоту, из единицы — ноль.



Первое действие — это жизнь, рождение, заполнение новым: количество воплощенного увеличивается.

Второе — смерть воплощенного, и хорошего, и плохого. Было бы правильно, если бы мы брали этот инструмент для устранения плохого, но все чаще мы берем его для удаления всего без разбора.



Это похоже на карандаш и ластик у художника. Карандаш — созидание, творчество, ластик — соперничество, защита, борьба.

Инструменты созидания созвучны здоровью. Природа создавала их для длительного использования. И наоборот, инструменты защиты негармоничны, они для быстрого применения.

Созидательная позиция положительна по своей природе. Следуя ей, люди укрепляют свое здоровье и расширяют возможности; она полезна человеку и окружающему миру. Быть в созидательном состоянии выгодно энергетически, информационно и физически. Наше внимание направляется на объект, и он совершенствуется. В то же время защита стремится устранить помеху любым путем — до полного ее уничтожения. Все внимание на опасности! Выделяется энергия на ее разрушение, происходит максимальный расход ресурсов. Не важно, что будет потом: задача спасения главнейшая.

В защиту заложено простое правило: сохранить физическое (материальное) существование, остальным можно пренебречь. Поэтому человек «защиты» живет очень узко: все потеряв, он не испытывает положительных эмоций.

Разница между защитой и развитием видна и в самих названиях состояний. У защиты все состояния отрицательные, отрицают воплощенное, уничтожают реальность, не дают ей права на жизнь. Отрицание — это уничтожение, удаление в пустоту, в никуда.

У развития все состояния положительные, они утверждают реальность, создают ее, дают ей право на жизнь: свидетельство о регистрации в воплощенном мире. Это акт творения, и поэтому развитие называется созиданием, а его инструменты — созидательными.

Какие инструменты мы собираем

Итак, мы разложили все инструменты в два ящика: для развития и для защиты. Первый — это создание нового, улучшение мира, созидание, творчество. Второй — выживание, борьба, защита.

Чему мы отдаем предпочтение? Что чаще достаем, рассматриваем, применяем?

Во время боевых действий нам нужно оружие, и мы его собираем. Как? Встречаясь с разными людьми, присматриваемся к их оружию и берем себе такое же. Это понятно.

Но почему-то и в мирное время мы продолжаем делать то же самое — собирать оружие, брать его у других людей и из медиа. Все наше внимание направлено на это. В результате оружие внутри нас накапливается. К чему это приводит?

Накопление оружия, с одной стороны,
укрепляет наши возможности выживания.
А с другой, блокирует другие направления
развития, забирая их ресурсы.



Во время боевых действий это нормально: нельзя отвлекаться от борьбы, созидание, здоровье пусть подождут. Ну а в мирное время? Должно же произойти возвращение к спокойной жизни. Но нет, сбор оружия продолжается, созидание и здоровье ждут. В итоге оружия становится много. Ну и что, разве это плохо? Ведь много, как говорится, не мало! Само по себе это, конечно, неплохо. Но лишнее оружие мешает нам жить и развиваться, вредит здоровью, разрушает взаимоотношения.

Закон вреда лишней защиты может звучать так:
живущий одной только защитой человек
однажды начнет разрушать себя и общество.

Действительно, во внутренней перевооруженности людей и кроется разгадка многих проблем современности!

КРИЗИС ВЫЖИВАНИЯ В МИРЕ

Внутренняя перевооруженность людей, или что такое оборонительное сознание.

Чрезмерная защита — причина кризиса

Одно время все говорили о кризисе перевооруженности стран: накопленным оружием можно разрушить всю планету, и не раз.

Это верно.

Но почему никто не сказал о том, что в людях накопилось много внутреннего оружия? И это причина первой проблемы!

Да, если вникнуть в суть, то окажется, что внутренняя вооруженность людей как раз и является причиной перевооруженности стран и континентов. И именно внутреннее оружие разрушает Землю.

Но об этом не слышно ни слова!

Так для чего мы накапливаем оружие?

ПРИЧИНЫ НАКОПЛЕНИЯ ОРУЖИЯ В НАС

Почему в мире все больше защиты и меньше созидания?

Тренировка без остановки

Сегодня все больше людей встает на сторону защиты и убирает в дальний ящик созидание. Почему?

Оказывается, все просто: долгое время мы каждый день тренировали защиту, и в этом нам помогали медиа. Защита стала нормой и подавила все остальное. Более того, она захватила власть, создала свой режим, диктатуру.

Защита накапливалась в людях день за днем, и теперь ее службы стали настолько сильны и настолько перевешивают силы созидания, что уже сами разрушают жизнь без всякого смысла.

Наши проблемы — продолжение наших достоинств; наше разрушение — следствие обороны; наше оружие стреляет в нас самих; наши болезни — результат лишней борьбы.

Почему мы увлечены оружием?

Почему у людей такой большой интерес к оружию в мирное время? Почему медиа постоянно показывают сцены сражения и борьбы, образцы внутренних вооружений? На то есть две группы причин:

- Первая — внутренние причины: высокий приоритет защиты и ее потребность в усовершенствовании.
- Вторая — внешние причины, связанные с постоянным показом борьбы в медиа. Сегодня медиа являются главным генератором напряженности в обществе: отражение мировых конфликтов превратило нашу жизнь в поле битвы.

Теперь подробнее.

Внутренние причины

1. Высокий приоритет

Для каждого живого существа выживание важнее развития, ведь в случае гибели некому будет и развиваться.

Поэтому у защиты такой высокий приоритет: ее возможности передаются в первую очередь. Вспомните, как заразительны страх и гнев, как мы любим сцены сражений, мечтаем овладеть увиденными в них приемами.

2. Берем все

Мы уже говорили про потребность примерять все состояния вокруг. Пробовать их на себе — это нам интересно.

> *Интерес — тонус коры головного мозга, потенциал действия в определенном направлении.*

Также говорили об интересе к общепризнанному: одобренное всеми требуется и нам. Еще о том, что вектор «не отставать» заставляет нас впитывать состояния окружающих, и мы, словно увлеченные рыбаки, забрасываем сети и поднимаем на поверхность все: что нужно и что не нужно.

Обмен состояниями между людьми не прекращается. Мы пропускаем через себя все, однако из-за большого интереса к защите она в нас превалирует.

3. Узкий коридор восприятия

Защита ведет себя эгоистически: она совершенствуется, сужая канал восприятия остального. В ней заложен потенциал собственного развития, ее задачи первостепенны.

Извечная логика борьбы: на войне нужно побеждать — поэтому мы собираем оружие и возводим укрепления. Легче взять оружие у других, по этому пути мы и движемся. Это объясняет ажиотажный интерес

к сценам сражений. Хочется смотреть фильмы с борьбой, активным действием. Растет спрос на «боевики» и «чернуху» на телевидении: защитный «зверь», живущий в нас, ими питается. Он ищет новые приемы борьбы. Остальное перестает нас интересовать.

4. Замкнутый цикл борьбы

В защиту вложен потенциал собственного совершенствования. Один из способов совершенствования — брать возможности у других. Так мы и делаем — у нас есть интерес к этому. Через этот интерес и происходит зацикливание! Как?

Поиск лучшей защиты рождает спрос на ее новые образцы, медиа их выдают, но процесс переходит на следующий круг, на котором все повторяется.

Можно сказать, что защита размещает в медиа заказы на свои лучшие образцы, заказы выполняются, но уже требуются новые образцы для меняющихся условий.

Происходит своеобразная автоподзаводка. Обновление защиты превращается в замкнутый круг, интерес к ней не угасает.

5. Точка невозврата

А вдруг в накоплении оружия имеется точка невозврата к нормальной, спокойной жизни? Собственно, так и есть!

В людях возникает «болезнь выживания». Как вырваться из ее порочного круга? Только сравнив происходящее с другими способами жить и сделав выбор.

Возможно, в какой-то момент это сделать уже не удастся. Нужно успеть.

«Слишком замкнут цикл защитных программ человека».

Внешние причины

1. Появились медиа и стали показывать оружие

Медиа усилили «защиту» в обществе: оружие в людях стало множиться быстрее.

Теперь навязывание «защиты» происходит постоянно: медиа культивируют ее с новой силой, увеличивая скорость и глубину соприкосновений.

> *Глубина соприкосновений — это вовлечение в круговорот новых слоев населения, ранее не соприкасавшихся друг с другом, например разных сословий. Скорость — быстрая передача образов. Вспомните, сколько времени требовалось в прежние времена для доставки работы скульптора или живописца в разные города и точки мира.*

2. Линия фронта прошла через каждую семью

До появления медиа людям удавалось проживать продолжительное время созидательно. Начиналась война, линия фронта смещалась, и, независимо от результата — победы или поражения, — все возвращались к мирной жизни.

С появлением медиа линия фронта прошла через каждую семью и осталась там. Сегодня война не прекращается ни на минуту. Медиа информируют о мировых конфликтах, поддерживая тонус защитного напряжения в каждом человеке.

3. Противостояние государств

Конкуренция государств дает материал для роста защиты в людях. Освещаемые в медиа конфликты рождают принцип перманентной борьбы, ведущий к напряженности в обществе.

ТОКСИЧНОСТЬ ЛИШНЕГО ОРУЖИЯ

Общество, построенное на идее борьбы и защиты, однажды себя разрушит.

Защита разъедает изнутри каждого и все общество.

Итак, накопление в людях внутреннего оружия продолжается. В этом не было бы ничего плохого, если бы оно не стало мешать жить. И не просто мешать, а разрушать каждого изнутри и взаимоотношения в обществе.

Как это происходит?

Образные разрушения

Как действует человек, целью которого стали самоусиление и борьба со всем, что этому мешает?

В первую очередь он анализирует слабые стороны окружающих, чтобы знать, куда лучше наносить удары.

Можно сказать, что так и должно быть: это один из фронтов нашей борьбы за выживание. И это правда. Но к чему такое поведение приводит?

Выявление слабостей влечет образные разрушения:

1. *Разрушение себя.*
2. *Разрушение будущих детей.*
3. *Разрушение окружающих.*

Вникая в слабости других, мы соприкасаемся с ними и от этого ухудшаемся. А женщина-защитница ухудшает образ будущего ребенка, размывает его. Ну а про ослабление окружающих мы говорили ранее.

Из этих трех разрушений только одно функционально, два других — побочные последствия.

1. Разрушение себя

Ухудшение собственного здоровья — одно из последствий образной «боевой» деятельности. Разрушая образы окружающих, мы попутно разрушаем и себя: информационно и изнутри. Как это происходит?

Все внимание направляется на слабости людей. Это понятно: нужно быть экспертом по уязвимостям.

Повышенный интерес к слабостям приводит к постоянному их «прокручиванию» и невольному приобретению.

Начинает действовать закон токсичности большой защиты. Мы принимаем в себя всевозможные нездоровые состояния и ухудшаемся. Будто открываем двери потоку внешней патологии — изъянам, негармоничным структурам — и активно их вбираем.

Это и есть механизм образного самоухудшения (и даже саморазрушения) человека, погруженного в защиту, адепта самозащиты!

И здесь ничего не поделаешь — издержки профессии: работая с недостатками, мы в них «пачкаемся».

Можно ли этого избежать? Вряд ли.

Маляр всегда в краске.



Но раз повторение — это тренировка и накопление, значит, чем лучше работаешь, тем глубже погружаешься и тем больше в тебе остается.

Неужели так просто? Конечно.

Но очень тонко.

2. Разрушение женщиной будущих детей

Женщина, в которой запущены механизмы выживания, выполняет внутреннюю работу, разрушающую образ ее будущего ребенка.

Вспомните слово «безобразие» — что оно означает? Безобразие: без образа, он отсутствует, разрушен.

Как это происходит? Все то же самое.

Чтобы лучше узнать недостатки окружающих, женщина их прокручивает в себе. И так перенимает. Это приводит к тому, что ее собственный образ наполняется недостатками. Складывается новый — патологический.

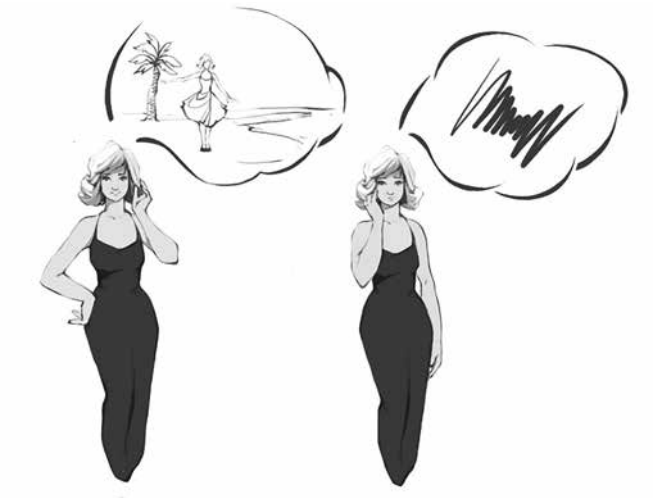
Получается естественный отбор наоборот: отбор недостатков, слабых мест и передача их потомству. Вряд ли это благодатная почва для рождения здорового человека, созидателя.

Так потомство защитников перенимает негативное. Все меньше рождается здоровых детей и все больше больных.

Да, поднимая уровень внутренней защиты в обществе, мы ухудшаем в нем качество «человеческого материала».

И что бы мы ни делали, какие бы лекарства ни создавали, эффекта не будет, пока в людях не восстановится *равновесие созидания и защиты.*

Общество с победившей защитой не имеет будущего, оно неизбежно будет разрушено не по одной, так по другой причине.



Да, как ни странно это звучит, большая защита — это яд.

3. Разрушение окружающих

В состоянии чрезмерного самоутверждения мы ищем в окружающих слабости и формируем образы этих слабостей, подчеркнутых и преувеличенных. А затем «возвращаем» созданные нами образы людям, разрушительно влияя на них.

Энергетические разрушения

Энергетические разрушения бывают двух видов: затратные — вызванные перерасходом энергии, и доминантные — связанные с подавлением здоровья.

1. Перерасход энергии

Охрана как в обществе, так и в организме требует расходов, и немалых: ее нужно «кормить и одевать». И мы платим дополнительные «налоги» своими энергетическими ресурсами. За лишнюю защиту организм платит высокую цену. Часто — ослаблением функций и болезнями, а качеством жизни — всегда.

2. Подавление необходимого

Имея высокий приоритет, защита отнимает ресурсы у необходимого, что приводит к подавлению нужных реакций.

В случае реальной опасности это обоснованная жертва ради спасения, но в других случаях — разрушение без всякого смысла.

Выводы

Во-первых, защита требует большого расхода энергии, что вызывает истощение ее запасов — одну из причин внутренних разрушений. А во-вторых, она, доминируя, подавляет другие функции, отнимая их ресурсы.

Какой вывод? Нельзя жить одной защитой, требуется созидание. Тем более при отсутствии опасности. Вопреки этому мы вообще никогда с ней не расстаемся, и она постепенно разъедает нас изнутри.



Социальные разрушения

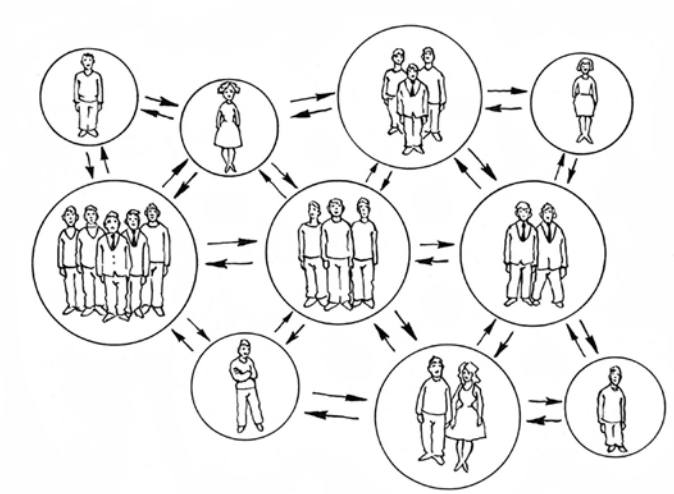
1. Объединение и разделение

Защитные мироощущения очень хорошо объединяют людей против внешнего врага. Сильный накал дает мощное сплочение общества. *Но только (!) если есть внешний враг.*



Одно из свойств защитных мироощущений — способность очень хорошо ОБЪЕДИНЯТЬ людей против внешнего врага.

Если такого врага нет, то оружие стреляет в нас самих. Электрический потенциал борьбы разряжается «молниями» в окружающих.



Без внешнего врага защитные взаимосвязи в людях РАЗДЕЛЯЮТ общество.

В результате общество разделяется на группы (по интересам), начинается междоусобица, гражданская война.

Вот почему многие правительства ищут врага, и если не находят, то создают его образ искусственно.

Подведем итог: общество с чрезмерной внутренней защитой объединяется и успешно действует только при наличии общего врага. Если же такого нет, то оно разделяется

на группы и распадается. Начинается внутренняя конфронтация — общество взрывается, его социальный уклад рушится.

Без общего врага защитные мироощущения разделяют общество, разрушают его.

Возможно, из-за этого погибла сильная Древняя Греция.

Вспомните известное: «Всякое царство, разделившееся в себе, погибнет».

2. Рост агрессии

Мы видим, как день за днем в мире растет агрессия. Но не понимаем причин ее роста. В ответ поступают предложения совершенствовать собственную защиту.

К чему это приводит? К витку гонки вооружений: внутренних и внешних.

На деле нам нужна не более сильная оборона, а способность видеть источники напряжения, чтобы убрать их — ликвидировать причину.

3. Шаг вперед или на месте?

В некотором смысле защита — это стояние на месте, а созидание — движение вперед.

Так что же мы делаем: стоим или движемся? Создаем новое или разрушаем существующее?

Защита помогает устранять опасность. После этого наступает время улучшать жизнь. И нужен созидатель. Но защитник не может им стать. Он не способен переключиться с поиска помех и врагов на созидание. Где взять созидателя? Найти его и дать ему возможность себя проявить.

4. Потеря доверия

Мы знаем, что защита ведет к скрытой борьбе всех против всех. Перед врагом нельзя открыться, с ним нельзя быть откровенным: он может этим воспользоваться. И полученную от него информацию следует оценивать критически, ожидая подвоха. Так в обществе в основу отношений ложатся недоверие, ложь, игра. Это распространяется и на средства массовой информации, ведь там те же люди.

В результате у детей с ранних лет формируется представление о том, что ложь и манипуляция — правильное поведение. Они не получают другого представления, потому что не видят примеров.

Кем они станут, когда вырастут?

5. Утрата нравственности и морали

Внутренняя концентрация людей на борьбе разрушает принципы морали. Действительно, одолеть противника нужно несмотря ни на что, любым способом. Главное —

победить! Но нравственность, мораль часто этому мешают, и поэтому они подавляются.

6. Потеря желания трудиться

Экстремальная ситуация требует быстрого действия. Людям хочется все получать быстрее и без труда. Да и как трудиться, если созидание подавлено? Не хочется.

7. Запутывание внутренних процессов в людях

Противника нужно сбить с толку, показать не то, что ты на самом деле думаешь.

Так рождается двойная жизнь, игра. Играя, мы запутываем себя, нарушаем функциональность своих внутренних процессов.

8. Неудовлетворенность жизнью тормозит движение вперед

Чувство неудовлетворенности — инструмент, побуждающий менять ситуацию. Однако, накапливаясь сверх меры, оно мешает людям жить: не дает закреплять ежедневный опыт, чем блокирует развитие. А это очень опасно.

9. Накопление агрессии

Мы видим бессмысленный рост агрессии молодежи и удивляемся: откуда она?

Но удивляться нечему. Агрессия — обязательный элемент защиты.

Пора понять, что чрезмерная внутренняя защита (выживание) периодически превращается в бессмысленную агрессию.

10. Последствия лишней защиты

Без преувеличения можно сказать, что *все негативные процессы в обществе происходят от лишней защиты в людях.*

Бюрократия, коррупция, карьеризм — все это последствия борьбы за выживание.

Человечество сможет вернуться к здоровой жизни только путем осознания причин своего повышенного интереса к защите и контроля содержания медиа.

Живущий одним только соперничеством, вечно напряженный и недовольный человек рано или поздно разрушит себя и общество.

ПОЧЕМУ И КАК ОРУЖИЕ РАЗРУШАЕТ НАС САМИХ

Защитные механизмы разрушают здоровье именно потому, что работают хорошо. Парадокс? Нет.

Не ошибка ли это?

Раз механизмы защиты разрушают здоровье, то, может быть, в них закралась ошибка, они плохие и нужно от них избавляться?

Нет, они не плохие.

А разрушают здоровье потому, что работают хорошо!

Парадокс? Нет, только такой и может быть хорошая защита!

Ведь, сбрасывая бомбу на врага, мы попутно разрушаем и то, что не хотели бы разрушать. Так же и с нашей внутренней защитой: она избыточна и поэтому негармонична.

Победа любой ценой

Остаться в живых или погибнуть?

Первое важное правило, касающееся защитных свойств, заключается в том, что они по своей сути, природе и назначению не могут быть гармоничными. У них другие задачи. В них нет требования сохранить гармонию, не навредить здоровью.

Скажем так: об этом даже запрещено думать!

Задача защиты — максимальная активность для выживания. Для этого требуются ресурсы. Все остальное — на задний план.

В задании на разработку оружия не было строчки «сохранить здоровье», зато была «лучше, чем у других».

Любой ценой вырвать тело из беды! Слова «любой ценой» и объясняют затраты организма — то, по каким «тарифам» он платит за «услугу». Удовольствие оказывается дорогим. Нельзя пользоваться им часто, а тем более постоянно: дорого стрелять ракетами по мелким целям.

Защита расходует много энергии, как и обычное оружие. Взрыв действует мощно, но не бывает продолжительным. Почему? Прежде всего для его поддержания не хватит энергии, а кроме того, будет много потерь: погибнет не только враг. Каким было бы гармоничное оружие, без лишнего вреда?

Оружия, бьющего точно в цель и не повреждающего ничего лишнего, к сожалению, не существует, но даже если бы оно существовало, то не решало бы всех задач спасения.

Ну подумайте, какую альтернативу выберет организм (да и вы сами): выжить и заболеть или погибнуть здоровым?

Конечно, выжить!

Вот и ответ, почему мы часто болеем.

Победить и остаться здоровым

Возникает вопрос: неужели нет третьей альтернативы — выжить и остаться здоровым? Это очень заманчиво, и хочется, чтобы она была! Но, к сожалению, в стратегии защиты ее быть не может. И это можно понять, рассмотрев происходящее во времени.

Организм всегда выберет лучшее: лучшее созидание и лучшее оружие. В человеке есть механизм (кстати, очень ему нужный) совершенствования возможностей.

Теперь представим гармоничную защиту: идет повышенный выброс энергии и найден способ ее полного восстановления. Что тратим, то и восстанавливаем. Значит, можно потратить чуть больше и сделать защиту более эффективной. И механизм отбора обязательно заставит нас использовать эту возможность, лучшую для выживания, но уже негармоничную для жизни. И этому

совершенствованию не будет конца — защита возьмет всю энергию. За простой бомбой последует атомная, за атомной — термоядерная и так далее. Остановка произойдет на грани физической гибели. Затем вектор «не отставать» заставит всех перенять новый, более эффективный, хотя и негармоничный механизм у тех, кто его нашел. В противном случае возникнет риск не оставить потомство, а это неприемлемо.

Итак, первый итог: защитные механизмы негармоничны по своей природе, что следует из их назначения.

Но, с другой стороны, защитные механизмы гармоничны при кратковременном использовании. Они выжимают из человека все. Но кратковременный расход и длительное восстановление допустимы.

Получается, что гармония защиты в ее непродолжительности!

В прошлом так и было: после борьбы все возвращались к созиданию, мирной жизни.

Можно без вреда пробежать по углям босыми ногами, но если долго на них стоять — сгоришь.

Эмоциональный фон выживания

Выживание препятствует накоплению образов здоровья. Вместо этого в сознании постоянно присутствуют образы борьбы

и самоутверждения. Это приводит к перерасходу энергии, усталости, ухудшению самочувствия, болезням.

Испытывая эмоции защиты, помните, что это нагрузка на организм, неизбежная трата сил, повышенная активность обменных процессов, за которую мы дорого платим, в том числе болезнями.

Выживание — это не только страх и гнев, но и легкая настороженность, и тревога, и подозрительность, и жадность, и зависть, и самоутверждение, и ненависть, и злоба, и неудовлетворенность. И все это расход и болезни!

Последствия доминант

Причина разрушительного действия защиты — не только в перерасходе.

Академик Ухтомский открыл в центральной нервной системе свойство преобладания одного процесса над другими, ввел понятие «доминанты». Как это выглядит в нашем случае?

Активное состояние тормозит другие, пока не достигнет своего функционального завершения. А у нынешней защиты нет завершения, она нефункциональна, в этом проблема!

Доминанта, активная в данный момент, подавляет нужные для жизни реакции. Соответственно, активная защита, будучи

доминантой, подавляет все другие функции, в том числе необходимые для здоровья и развития. И делает это неопределенно долго из-за отсутствия сигнала завершения. В итоге человек слабеет.

Так защита, предназначенная помогать людям, начинает их разрушать, подрывая здоровье.

Новые возможности оружия

Благодаря медиа образы борьбы накопились в людях и стали доминировать, из-за этого внутреннее оружие приобрело новые свойства.

Разнообразие. Защита стала более разнообразной, приобрела новые умения.

Большая концентрация. Увеличились возможности мобилизации организма, возросли амплитуды состояний. Появилась возможность вырабатывать больше энергии.

Скорость старта. Защита стала быстрее запускаться от мысли. Как легко мы можем вспомнить, то есть включить в себе страх и гнев! Хранящееся в нас оружие развернется очень быстро и займет все свободное пространство, свернув то, что было до него.

Всегда наготове. Люди стали носить с собой оружие постоянно. Они держат его наготове и грозят врагам, реальным и мнимым.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

Заменим понятие «защита»
на «защита созидания» — только так все
встанет на свои места!

Защита — слуга созидания

Поразмыслив о том, как соотносятся созидание и защита в людях, можно понять, что одно должно служить другому. А именно: защита — слуга созидания!

Час от часу не легче. Что же это за слуга, который ни во что не ставит хозяина, не дает ему жизни, а занимается только собой? Задвинул господина на задний план, запер в подвале дома и иногда побивает палкой, а сам живет в свое удовольствие, ходит на фитнес, тренируется. Это что, «государственный» переворот, захват власти? Так и есть!

Равноправны ли защита и созидание в людях? Подумав, придем к интересному выводу.

Создано для жизни только созидание; защита — его вспомогательное обеспечение, которое само по себе не имеет смысла, а обретает его в охране созидания.

Чтобы это понять, давайте попробуем представить одно без другого.

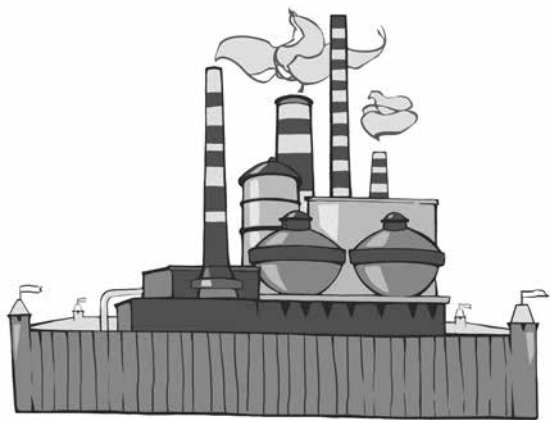
Сначала вообразим, что жизнь находится в безопасности и развивается. Это вполне гармоничная картина.

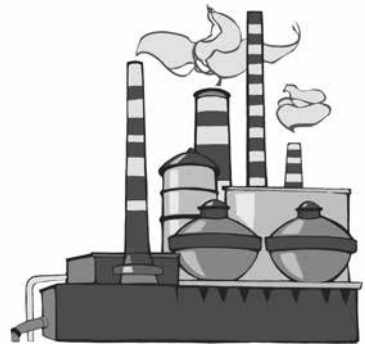
Теперь представим, что в жизни нет развития, она застыла, но все готово отражать опасность. А что дальше?

Важная… но служба

Защита очень важна, но все-таки она не что иное, как служба при созидании, и поэтому вторична.

Давайте проведем аналогию с миром людей. Где у людей охрана? Там, где есть что-то ценное. Простой пример: охрана изделий от расхищения. Без изделий она не имеет смысла: охранять нечего. В нашем примере изделия — это первичное, они имеют ценность сами по себе, а вот охрана — только вместе с ними.

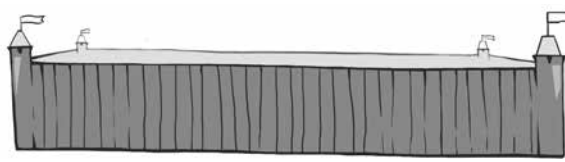




Есть объект (главное), и есть охрана (сохранение главного). Охраны отдельно от объекта не бывает, она прикреплена к нему и без него бессмысленна. Мы же не ставим ее в пустыне.

Представьте, как из пустоты что-то появляется. Может ли это быть охрана? Конечно, нет! Что охранять, если ничего нет? Сначала должно появиться что-то ценное — объект, а охрана — приложение к нему.

Конечно, вы скажете, что часто перед началом строительства возводится ограждение и ставится охрана. Да, но не забывайте, что это происходит после того, как в голове созидателя возникает ценный объект.



Вспомните выражение «приставить охрану». Слово «приставить» указывает на вторичность: уже есть первичное, к чему нужно приставить. Приставка «при» означает приближение, прикрепление, присоединение. Охрана приставляется к чему-то, присоединяется. Это благородное занятие, если защищается что-то ценное, нравственное. Сама по себе охрана бессмысленна, хотя все так же хлопотна и затратна.

Охраняем оружие, или общество охраны

В последнее время мы из созидателей превратились в охранников, стали собственной службой секьюрити.

Охранники не создают нового. Вот и мы внутри себя большую часть времени проживаем впустую. Жизнь теряет смысл.

По аналогии с фабрикой это выглядит так, будто охрана тормозит производство продукции и даже расхищает ее.

Ситуация переворачивается с ног на голову: вспомогательное приложение становится самоцелью и мешает главному, порой разрушает его.

> *Вспомним современных чиновников: в погоне за личной выгодой и из страха потерять место они блокируют новое, тормозят прогресс.*

Верный акцент — охрана созидания

Итак, вокруг много защиты, она из средства превратилась в цель. Ее исконный смысл — обеспечение условий для созидания — был утрачен, а новым смыслом стало улучшение себя самой.

Сегодня защита живет не как слуга созидания, а самостоятельно.

Впрочем, это еще не все — она активно подавляет своего господина.

Так вернем же ей исходный смысл, заявив, что людям нужна не «защита», а «защита созидания».

Такой простой взгляд на вещи ставит все в жизни на свои места.



Защита созидания

Итоги разных позиций

- Потенциал роста защиты ведет к ее зацикливанию в человеке.
- Чрезмерная защита вызывает перерасход энергии и болезни.
- Защита негармонична по своей природе, ее гармония в кратковременности.
- Человек, живущий одной защитой, однажды начинает себя разрушать.
- Чрезмерная защита вызывает три вида образного разрушения: окружающих, детей и нас самих. Разрушаются взаимоотношения в обществе.
- Избыточная защита порождает такие негативные явления, как агрессия, напряженность, ложь, двойственность, потеря доверия, нравственности, морали, желания работать, бюрократизм, преступность, карьеризм и многие другие. Почти все негативные явления. Это закон токсичности лишней защиты!
- В основу жизни людей должны ложиться гармоничные состояния. Сегодня индустрия здоровых состояний необходима в первую очередь!
- Природный смысл защиты заключается в обеспечении условий для созидания. Давно пора заменить понятие «защита» на «защита созидания».
- Все зло на Земле создается чрезмерно усиленным инстинктом выживания.

Итак

Где спрятаны корни зла?

Мы нашли их в инстинкте выживания, который потерял свою функциональность и зациклился на собственном усилении. Увидели, как маленький потенциал спасения вырастает в огромное дерево хитростей и приспособлений, способных не только причинять вред людям, но и привести к гибели всей планеты.

Что же можно предпринять?

Было бы хорошо, если бы как можно больше людей узнало об этом, осознало, что смысл жизни в созидании.

Вероятно, так однажды и случится: наша защита займет свое место, превратится в защиту созидания.

Поделитесь впечатлением:

Уважаемые читатели,
ждем ваших отзывов!

Мессенджер:
+79852114400

Электронная почта:
spkozorez@mail.r

Социальные сети:
sergei_favorov