

Введение

Цели

Настоящий трактат является попыткой осмысления основных понятий психологии подсознания с точки зрения индийской философии, главным образом, философии Веданты в ее современном изложении (Свами Вивекананда, Йог Рамачарака, Бхагаван Шри Раджниш). По мере возникновения текста автору стало ясно, что его усилия по отделению своих мыслей и концепций от тех, на которые он опирался (в том числе принадлежащих З. Фрейду, Э. Берну и указанным выше авторам), не приводят к желаемому результату, в связи с чем он отказался от этого, тем более, что при этом отпадала необходимость описывать как восточную философию, так и западные концепции подсознания.

Автор отдает себе отчет в ограниченности предлагаемых им моделей психики; выражения типа "в то время как на самом деле..." и т. п. следует воспринимать не в их буквальном смысле, а как фигуры речи. Что касается терминологии, то автор по мере сил старался ее уточнять по ходу изложения; однако трактат написан скорее как литературно-философский, чем научный, и исходный смысл всех терминов, в особенности психологических, таков как в литературном языке, а не в специальных монографиях.

Хотя автор внешне стоит на выраженных идеалистических позициях, по существу описываемые модели психики легко могут интерпретироваться с более или менее материалистической точки зрения. Однако автору было важно использовать именно ту терминологию, в которой этот трактат написан. Понятия, которых не удастся избежать при обсуждении душевной жизни человека - это *психическая энергия* (основная валюта подсознания) и *чакры* (центры, через которые она проходит). Эти понятия в явном виде в современную западную психологию пока, к сожалению, не вошли.

Настоящий трактат является антинаучным - в том смысле, что автор постоянно апеллирует не к объективной реальности, а к довольно тонким и принципиально субъективным движениям души и явлениям внутреннего мира. Человек, не имеющий привычки самоанализа, может вполне искренне сказать: "Помилуйте, у меня ничего подобного и в помине нет, откровений не бывает, внутренние голоса молчат, ничего, кроме внешних обстоятельств, на меня не давит". Для такого человека все излагаемые автором концепции и критерии покажутся плывущими и произвольными; это вообще стандартный упрек к восточной философии, не дающей точных внешних рациональных понятий и критериев. Однако эти трудности в природе вещей. Мир внешний и тем более внутренний плохо поддается рационализации, и если западная мысль традиционно пытается представить его в виде чертежа, выполненного тушью, то на Востоке обычно пользуются как бы масляными красками, когда вблизи все (например, основные понятия) расплывается и делается многозначным, но тем не менее общий взгляд на всю систему в целом дает вполне отчетливую картину. Однако на Востоке к интуиции ученика апеллируют явно, а на Западе - втихомолку.

* * *

Одна из причин, сильно затрудняющих изучение подсознания, заключается в том, что последнему отнюдь не безразличен этот процесс. Холодный взор аналитика замораживает все душевные движения, и психика, естественно, вырабатывает соответствующие защитные механизмы. Поэтому мы, во-первых, вместо огня души видим пепел, а во-

вторых, видим далеко не все, поскольку в существенные места нас (в виде рационального сознания) никто не пустит; о них можно догадываться лишь косвенно.

Основной целью автора было разобраться в структуре подсознания и его роли в психической жизни человека. Предлагаемая концепция никак не претендует на истину; это, скорее, один из возможных взглядов на вещи, который в некоторых случаях помогает что-то понять (вернее, интерпретировать) и связать воедино.

Терминология

Главные герои нашего повествования суть *дух*, *эго* и *подсознание*. Согласно древнему индийскому учению Веданте, у каждого человека есть индивидуальный дух (Атман), или его *высшее "я"*, который следит за его духовным (эволюционным) продвижением и расширением его сущностного сознания (последний термин ниже будет уточняться). Конечной целью духа является такое расширение сознания, при котором человек полностью осознает свою высшую природу и отождествляется со своим высшим "я".

В психике каждого человека имеется ряд механизмов, поддерживающих его существование на текущем эволюционном уровне (в частности, как биологической единицы, члена вида и сознательного существа); применяя антропоморфный образ, мы говорим о *низшем "я"*, или *эго*, осуществляющем указанные функции. Впрочем, эпитеты "высшее" и особенно "низшее" традиционны, но, видимо, неудачны; по мнению автора, правильнее было бы говорить *потенциальное* и *актуальное* (текущее) "я", соответственно; иногда далее будут использоваться именно эти термины.

Большая часть психических механизмов эго человеком не осознается и находится в подсознании в виде различных программ действий.

Человек живет в единстве ментальной (умственной), эмоциональной (душевной) и материальной жизни; мы будем говорить соответственно о мысли, чувстве и жесте. Духовная жизнь сама по себе не является, так сказать, наблюдаемой величиной. О движениях духа можно судить лишь косвенно, по определенным *макцентам* ментальной, эмоциональной и материальной жизни. Дух, однако, присутствует в любой нашей мысли, любом чувстве и жесте; просто он по большей части так глубоко скрыт, что ощутить его трудно. Основным признаком проявления духа служит такое качество реакции (мысли, эмоции, жеста), которое называется сущностным (экзистенциальным, глубоким, внутренне значимым), в противоположность поверхностному. Здесь следует подчеркнуть, что сущностная мысль совсем не обязательно является "умной", и наоборот; сущностная эмоция не обязательно сильна, и наоборот.

При появлении сущностной реакции имеет смысл вопрос "Каков ее духовный смысл?" Ответ на этот вопрос имеет принципиальное значение в судьбе человека.

Сущностное (экзистенциальное) знание - это *то*, о чем иногда говорят: "Я знаю это не теоретически, а на основании жизненного опыта". Последнее высказывание является, конечно, рационализацией (не слишком удачной) соответствующего мистического опыта, откровения, лишь косвенно связанного с определенными внешними событиями в жизни данного человека: другой человек, пройдя через те же обстоятельства, аналогичного сущностного знания может и не получить.

Динамика развития личности, в частности, расширение сознания, регулируется законом кармы (судьбы), задающим общее направление, в котором дух постепенно открывает себя сознанию человека (конкретные подробности в какой-то мере зависят от последнего). Закон кармы именуется также законом причин и следствий, поскольку каждое действие имеет определенный духовный смысл и определенные последствия в процессе духовной эволюции мира. Он регулирует взаимодействия разных людей, судьбы всевозможных коллективов, народов и т. д.

* * *

Основную роль в функционировании психики играет *психическая энергия*, которая излучается человеком и воспринимается им через центры в тонком теле, называемые *чакрами*. Восточная традиция представляет их в форме лотосов с различным числом лепестков, расположенных с внутренней стороны позвоночника и обращенных назад. Основных чакр насчитывается семь: муладхара - чakra жизни и смерти, находится в основании позвоночника (на уровне копчика); свадхистхана - сексуальный центр, находящийся на уровне крестца; манипура - низший волевой и эмоциональный центр, который располагается на уровне солнечного сплетения; анахата - сердечный центр, на уровне сердца; вишудха - горловой центр, на уровне шеи; аджна - "третий глаз", центр высшей воли, между бровями; сахасрара, или дыра Браммы, - центр, находящийся в макушке черепа.

Каждая чakra может находиться в более или менее раскрытом состоянии, пропуская соответственно больший или меньший поток энергии. По мере эволюционного роста человека все чакры постепенно раскрываются; однако на любом эволюционном уровне у человека время от времени бывают особые состояния, когда некоторые его чакры раскрываются более обыкновенного, и тогда он бывает способен на то, что в обыкновенном состоянии для него невозможно; на что именно - зависит от того, какие чакры открываются. Таковы состояния сильной влюбленности, творческого подъема, солдата, бросающегося в атаку, просветления после тяжелой болезни или утраты и т. д.

Психическая энергия воспринимается чакрами, а не органами чувств. Субъективно сильные энергетические потоки могут переживаться как "давление на психику" другой личности, коллектива или ситуации в целом. В определенном смысле любая жизненная ситуация, в которую попадает человек, является магической, поскольку воздействует на его психику не только опосредовано, через органы чувств и мышление, но и прямо, потоком психической энергии определенного вида. Выражения "нагнетать напряжение", "атмосфера любви", "лицо, светящееся радостью" и т. п. следует воспринимать буквально, а не как метафоры.

Потоки психической энергии несут определенную информацию (например, человек способен различать, хотя бы грубо, различные виды энергии); правильнее говорить об информационно-энергетических потоках. Наоборот, информационные потоки (в обычном смысле) всегда несут с собой психическую энергию. Ее недостаток субъективно переживается как скука, избыток - как "чрезмерная" интересность; в обоих случаях внимание переключается: в первом - рассеивается, во втором - обращается на некоторое время внутрь себя, чтобы человек мог усвоить избыточную энергию. При правильном соотношении информации и энергии в потоке ее восприятие и усвоение легко балансируются человеком.

* * *

Эволюцию мира в целом можно описать как постепенное превращение Хаоса (потенциального, непроявленного мира) в Космос (проявленный мир) путем информационно-энергетического воздействия, именуемого в библейской традиции *творением*.

Очерк ситуации

Момент, когда в сознание человека поступает первый сигнал о том, что внутри него не все в порядке, что там нет единства и постоянно происходит борьба между реально существующими высшим и низшим началами, является важнейшим в духовной жизни человека. Теперь он может (при желании) попытаться отследить эту борьбу и сознательно влиять на нее. Это, однако, непросто. И подсознание, и дух имеют веские причины для сокрытия от сознания своего существования и мотивов; порой они предпочитают промолчать, но не обнаружить себя. Тем не менее, их деятельность и взаимодействие не проходят бесследно, и человек по определенным косвенным признакам может научиться разбираться в том, что происходит внутри него. Сначала полной уверенности не будет, но потом многие сомнения отпадут.

Основной целью духа является эволюционный рост человека и осознание им своей истинной сути. Таким образом, дух хочет явить себя сознанию; подсознание же по многим причинам этому препятствует; и главной из этих причин является *то*, что сознание *не готово* воспринять откровение явления духа. Это долгий и трудный процесс и подсознание является необходимым, хотя и не всегда адекватным, ограничителем его скорости.

Человек является сознательным существом в том смысле, что его центр принятия решений во многих случаях находится под контролем сознания. Дух же и подсознание управляют человеком косвенно, с помощью импульсов, которые человек воспринимает как желания (осознанные или не совсем или неосознанные), или запреты (также осознанные или нет).

Чрезвычайно важно понять, как отличить импульсы, посылаемые высшим "я", и импульсы, посылаемые подсознанием. Трудности здесь значительно *больше*, чем это может показаться. Традиционная точка зрения состоит в том, что различаются импульсы эгоистические и альтруистические. Однако имеются два обстоятельства, сильно смазывающие подобную картину. Во-первых, дух *заинтересован* в сохранении и поддержании человека как биологической единицы, и в этом смысле его цели не противоположны целям эго: если человек умрет, некому будет познавать себя. А во-вторых, внешне альтруистическое поведение может ловко прикрывать эгоистические в худшем смысле слова мотивы. Подобные люди могут предлагать и даже навязывать свои услуги, но пользоваться ими почему-то очень неприятно. Поэтому, оставаясь на уровне внешнего смысла импульса, трудно определить, откуда он идет. Кроме того, известное качество ума, которое можно было бы назвать иезуитством, позволяет любое действие и мотив оправдать с высшей точки зрения и представить как моральный образец; в этом смысле кантовский категорический императив - "Поступай так, чтобы любое твое действие могло быть возведено в этическую норму" - годится лишь для внутренне абсолютно честных людей, которым он не особенно нужен.

Проблема заключается в том, чтобы разобраться в своих внутренних импульсах не вообще, а в каждой конкретной ситуации, где часто интересы человека и окружающих сильно связаны, перепутаны и основную роль, как всегда, играет не внешняя канва событий, а подсознательные мотивы, оценки и устремления. Парадоксальность положения

вещей заключается в том, что сознание, осуществляющее принятие решений, видит очень малую часть реальной ситуации (хотя может, конечно, тешить себя иллюзией, что это не так), а подсознание и дух видят и знают все, но на принятие решений могут воздействовать лишь косвенно. Воздействие это происходит не только до принятия решения, но и после. Как дух, так и эго обладают определенными возможностями поощрения и наказания, и очень важно различать, откуда идет соответствующее воздействие.

Воздействие подсознания на сознание происходит обычно довольно тонким образом. Подсознание никогда не бывает заинтересовано в том, чтобы обнаружить свое присутствие. Оно всегда склонно создать сознанию иллюзию, что его (подсознания) - нет, а есть только одно сознание, да еще иногда непонятно откуда возникающие желания и нежелания, а откуда они берутся - это неважно, не имеет значения, они вроде как котят, которые, как известно, рождаются сами по себе.

В этом стремлении остаться инкогнито подсознание упорствует иногда даже во вред себе, уменьшая эффективность своего воздействия. Так бывает, когда человек по каким-то причинам поступает все же вопреки желанию подсознания. В этом случае, если интересы подсознания существенно затронуты, оно начинает человека наказывать, используя довольно богатый ассортимент средств, как-то: "необъяснимые" плохие настроения, депрессии, обострения хронических болезней, повышение раздражительности, ухудшение всех видов контактов с людьми и природой, обострение комплексов, сужение сферы восприятия и т. д. В случае более выраженного протеста подсознания мы попадаем уже в сферу психопатологии.

Конечно, все эти обстоятельства человек регистрирует своим сознанием, но поскольку подсознание прямо своего присутствия все же не обнаруживает, то о существующей связи между невыполнением какого-либо желания подсознания и последующим наказанием он может только догадываться, а может и не догадаться, или догадаться, но не поверить.

Идеальной целью подсознания в случае наказания за непослушание является такая реакция человека: он, *не осознавая в чем дело*, чувствует, что в определенной ситуации сделал что-то очень не то, а надо было вот так-то, и в дальнейшем в аналогичных ситуациях ведет себя именно так, как надо, то есть повинется подсознанию.

Беспокойный ум человека может все же попытаться осознать происходящее; но не следует думать, что подсознание при проявлении рассудка сразу же сдает свои позиции. Наоборот, оно может увести рационализацию по любому удобному ему направлению и заставить человека сделать какие угодно выводы относительно происходящего: превратить эгоизм в альтруизм, выкрасить белое черным и т. д. При этом человеку будет совершенно искренне казаться, что это *он сам* своим сознанием и умом все увидел, рассудил и пришел к таким-то вот выводам.

* * *

Те, кто надел на глаза шоры, должны помнить, что в комплект входят еще узда и кнут.
С. Е. Лец

Почему человек не хочет что-либо осознать, подумать об определенных моментах своей душевной жизни? Это стремление часто мотивировано страхом. Страхом обнаружить в себе что-то ужасное. Но что ужасное можно обнаружить у себя в подсознании? Нормальный человек не склонен думать, что в душе у него скрываются какие-нибудь

жуткие сексуальные стремления или мания убивать всех без разбора. Не этого он боится. В подсознании находятся самые обыкновенные эгоцентрические представления и эгоистические устремления, и никто не придет в ужас, обнаружив, что где-то в самой глубине души он очень себя любит и считает центром Вселенной. Обнаружить это не страшно. Также ничего страшного не произойдет, если человек обнаружит, что какие-то желания эго не выполнены и вытеснены в подсознание. Желания эго носят обычно конкретно-чувственный характер, и никому не придет в голову всерьез убиваться из-за того, что он за всю жизнь так и не попробовал молока кокосового ореха. Это не страшно.

Что же страшно? Страшно обнаружить, что кроме хорошо понятного эго имеется еще другая инстанция - дух, который тоже *требует* чего-то от человека, но его требования совершенно иного, непонятного характера, и их невыполнение ведет к другому, не до конца понятному наказанию.

Не страшно обнаружить внутри себя, что ты несчастен, потому что тебя недостаточно любят. Страшно обнаружить, что ты не реализуешь себя и несчастен потому, что недостаточно любишь сам.

Таким образом, подсознание охраняет неподготовленное сознание от вторжения во всю область бессознательного, но главным образом - от вторжения в область духа. Подсознание даже предпочитает порой, скрепя сердце, пропустить неудобный импульс духа (не упуская при этом случая кое-что подкорректировать), лишь бы человек не понял о себе чего-нибудь лишнего.

Богатейший опыт, накопленный за всю историю человечества разнообразными лжецами, лицемерами, иезуитами, политиканами и прочей порицаемой публикой, не идет ни в какое сравнение с умением самого заурядного подсознания, скажем мягко, трансформировать картину окружающего мира в приемлемую для сознания форму. Представить белое черным - это еще простейшая из задач, ежедневно успешно решаемых подсознанием.

Задача подсознания трудна. А кроме того, ему мешают сознание и дух, постоянно путающие его карты. Делают они это по разному: дух имеет свои цели, которые, хотя в общем не противоречат целям эго, имеют зачастую неприятные для него побочные эффекты; сознание же имеет власть принимать решения, которые также, с точки зрения подсознания, могут иметь крайне нежелательные последствия.

Здесь важно сказать, что сознание фактически осуществляет вспомогательную функцию, *распределяя роли* между высшим "я" и подсознанием, которые реально ведут человека по жизни, не появляясь в сознании явно, но обнаруживая свое существование косвенно, внутренними импульсами. Человек, который считает, что он сам, то есть сознательно, вершит свою судьбу, жестоко заблуждается. Фактически он находится под *полным* контролем подсознания, которое с помощью хитрого (или не очень) механизма управляет направлением его рационализаций, то есть тем, что в быту именуется "логическим мышлением" и не имеет никакого отношения к математической логике. *Сознательным* следовало бы называть человека, способного разобраться в том, *откуда* идут его внутренние импульсы (желания, мысли, настроения, мечты и т. д.) и действовать в соответствии с этим.

Отлаженный механизм трансформации реальности в приемлемую для сознания форму подсознание пытается перенести на несколько непривычную для него ситуацию, когда помимо внешней реальности появляется внутренний фактор - дух - со своими целями, энергетикой и методами воздействия на сознание и подсознание. Основной целью духа

является расширение сущностного сознания. Это субъективно переживается человеком как открытие духовного зрения: он начинает за определенными формами отчетливо ощущать, "видеть" одухотворяющее их начало; эти формы начинают вдруг казаться ему наделенными особой, высшей красотой: "что не можно глаз отвести", как сказано у Пушкина. Однако, открытию духовного зрения (в любом аспекте) предшествует трудная духовная работа, сопровождающаяся ментальной и душевной работой, а также преодолением определенных трудностей в материальном плане. Существует мнение, что главный результат (и цель) духовного роста - соответствующее поведение человека в материальном плане; это не так. Основная цель духовного роста - открытие духовного зрения, следствием чего являются изменения в ментальном и эмоциональном планах, а также в плане поведения.

Дело в том, что сущностные эмоциональные и ментальные реакции человека определяются именно тем, что он видит духовными глазами, и этим же определяется его поведение в существенных для него ситуациях. Такие понятия, как долг и совесть также являются вторичными, ибо голос совести звучит совершенно по-разному у людей с различным духовным видением. Так, добрый человек (у которого в соответствующем плане раскрыты духовные глаза) снимет с себя в дождь последнюю рубашку и отдаст ее другому потому, что он *видит другого как себя*, и иначе поступить ему просто невозможно; и, если он почему-то все же этого сделать не сможет, он будет страдать не от мучений совести, а по-другому, как тот, который мокнет. Совестьливый человек (у которого духовные глаза в соответствующем плане начинают раскрываться) почувствует, что хотя на дворе мокро и холодно, но рубашку отдать надо, иначе его будет грызть совесть (что иногда оказывается неприятнее холода и дождя, а иногда приятнее, смотря по сезону). И хотя оба - и добрый и совестьливый - отдадут свою рубашку, поступки их совершенно различны. И уйдут они с разными чувствами: добрый вспомнит этот эпизод без эмоций, а совестьливый с приятным чувством, что он совершил хороший поступок.

Итак, главной задачей высшего "я" является расширение духовного зрения и, следовательно, сущностного сознания. Тогда становится понятным, почему подсознание тратит столько усилий на всевозможную маскировку и ограничивает расширение сознания. Ведь раскрывающийся духовный взор обращается внутрь и начинает освещать хитрые механизмы подсознания и - о ужас! - беззащитное уязвимое эго; и многое из того, что он здесь обнаруживает, испепеляет на месте. Жизнь человека, раскрывающего свои духовные глаза, идет под постоянный похоронный звон: он по частям хоронит низшие программы своего подсознания, заменяя их (относительно) высшими.

Видимо, где-то здесь начинается любимая тема русской интеллигенции об очищении страданием. Очищает, однако, не страдание, а пробуждающийся духовный взор, а страдание лишь сопутствует его пробуждению, сигнализируя об умирании части эго. К сожалению, не всякое страдание очищает; хитрое подсознание может (и склонно) трансформировать его себе в пищу. Разница между очищающим страданием, сопутствующим трансформации эго, и страданием мазохистского толка заключается, во-первых, в ощущении внутренней работы (тогда говорят, что человек *изживает* свои страдания), а во-вторых, в последующем ощущении внутреннего обновления, внутренней свободы и расширении сознания.

* * *

Так скорбим, но хороним,
переходим к делам,
чтобы смерть, как синоним,

разделить пополам.

И. Бродский

Из написанного выше не следует, что сознание человека бессильно против козней подсознания; напротив, хитрые (а по большей части нехитрые) приемы последнего вполне можно разгадывать. Однако для этого человеку нужно сначала признать или хотя бы допустить как гипотезу, что у него внутри имеются различные силы, которые хотят, оставаясь инкогнито, управлять его действиями.

Один из самых замечательных законов этого мира заключается в том, что когда событие подготовлено, оно происходит. "Когда ученик готов, Учитель приходит", - говорит восточная мудрость. И наоборот: когда готов Учитель, у него появляются ученики. То же самое относится к познанию мира и своего "я": если человеком владеет не любопытство, а настоящая внутренняя потребность, то информация, а также средства, надежно помогающие отличить истину от лжи, начинают поступать к нему (почти) сами по себе. Критерий истины в познании, а тем более в познании самого себя, единственный: глубокое внутреннее ощущение уверенности в том, что *это - так*. Это ощущение нельзя ни с чем спутать, оно отличается от веры в авторитет, от информации, полученной из любого косвенного источника, как объемное изображение от плоского, как сильная любовь от легкого увлечения.

Внутренний мир поддается изучению еще труднее, чем внешний. Для того чтобы в него проникнуть, нужно сильное желание. Человек, не подозревавший о наличии у него подсознания и случайно о нем узнавший, начав *любопытствовать*, рискует не обнаружить ничего и сделает стандартный вывод: все это фрейдистские штучки, может, у невротиков подсознание и есть, но у нормальных людей, и во всяком случае у меня лично, уж точно нет.

Действительно, добиться внутренней уверенности в том, что ты правильно трактуешь события собственной жизни и приписываешь истинное авторство внутренним голосам довольно трудно. И если человеку непонятно, зачем вообще нужно все это "самокопание", то он точно не разберется в себе. С другой стороны, если у человека появляется соответствующая внутренняя потребность, то (при условии честности исследования!) он через некоторое время начинает получать о себе информацию *вместе* с необходимой степенью уверенности в ее истинности.

Содержание этого трактата дает большие возможности для рационализации внутренней жизни. Поэтому автор считает необходимым сказать следующее: любые исследования и логические построения человека, касающиеся его внутреннего мира, ценны и истинны лишь тогда, когда *результат* этих исследований сам по себе мистическим образом освещается в его душе как несомненная истина, безотносительно к степени логичности пути рассуждений, приведшего к нему. Истина обязательно постигается как откровение; пути к ней уже не так существенны.

* * *

У каждого человека в сознании имеется картина мира, которая играет существеннейшую роль в его жизни. Прежде всего, эта картина мира определяет способ мировосприятия (например, *то*, что в эту картину не укладывается, человек склонен просто игнорировать или забывать). Во-вторых, картина мира позволяет человеку определять свое поведение и место в мире. И в третьих, картина мира обеспечивает определенный уровень стабильности и комфорта в душевной жизни. По этим и другим причинам подсознание

стремится обеспечить устойчивость картины мира; в частности, в функции подсознания входит согласование с ней информационно-энергетического потока, постоянно поступающего извне. Этот поток подсознанием воспринимается полностью. Однако по двум существенным причинам он не может быть воспринят непосредственно сознанием: во-первых, последнее недостаточно дифференцировано, то есть не может видеть одновременно слишком много деталей, а во-вторых, недостаточно широко. Сознание, в частности, картина мира, нуждается в очень мощной защите от внешнего информационного потока (иначе человек сойдет с ума). Эту защиту обеспечивает подсознание, которое обладает такой властью, что *ни одна* мысль (наблюдение, чувство, желание), к которой сознание не подготовлено, не появится в голове человека, не будет им осознана. Появиться может лишь легкий косвенный намек: непонятный энергетический толчок, неудобство и т. п. Если же какая-то мысль, к которой человек не подготовлен, приходит к нему извне, то сработает защитный механизм, и в голове тут же появится следующая мысль: "Это неправда, потому что этого не может быть". Именно такова реакция ребенка, которому в грубой форме сообщают тайну зачатия. Затем, под давлением фактов, заставляющих сознание принять истину, подсознание начинает срочную работу по цензуре и адаптации данного факта, с тем чтобы он стал приемлем для сознания и хоть как-то уместился в картину мира.

Картина мира человека может быть уподоблена дому для его психики. Роль стен, крыши и стекол играют различные защитные механизмы подсознания. Информационно-энергетические потоки из внешнего мира могут быть уподоблены дождю, снегу, солнцу, ветру, луне, диким животным из ближайшего леса. С течением времени происходят два вида события. Во-первых, растет человек, ему становится в доме тесно, душно и требуется более просторное помещение - это влияние духа. А во-вторых, в ближайшем лесу появляются новые хищные животные неизвестного вида, которые явно способны разрушить стену и даже иногда пытаются это сделать - это агрессия внешнего мира. Правда, дом этот обладает замечательным свойством самовосстановления - это очень устойчиво по отношению к любым воздействиям. Дыры в стенах дома сами по себе зарастают, щели шпаклюются, окна застекляются. Как сказал поэт:

Ушиб растает. Кровь подсохнет.
Остудит рану жгучий йод.
Обида схлынет. Боль заглохнет.
А там, глядишь, и жизнь пройдет.
И. Губерман

Глава 1. Программы подсознания

Король и министр

Древний тезис "познай самого себя" является прозрачным намеком на существование подсознания. Однако по определенным причинам, о которых еще будет идти речь ниже, подсознание ведет себя очень похоже на незримого, но всемогущего министра, который, пользуясь тщеславием, глупостью и доверчивостью короля, управляет страной его руками. Можно, наверное, не добавлять, что в роли короля выступает сознание.

В человеке, если можно так выразиться, существует власть законодательная (король) и исполнительная (министр). Обычное действие происходит по следующей схеме. Сначала король (сознание) принимает решение: встать с кровати. Затем управление (приказ) передается министру (подсознанию), который уже производит конкретные действия: посылает приказы по нервам в мышцы, контролирует равновесие и т. д. Во время

выполнения действия сознание от него отключено, а вниманием (или его необходимой частью) управляет подсознание. Когда действие министра окончено, то есть программа подсознания отработала, происходит возврат управления и внимания сознанию.

У внимания есть два принципиально разных состояния: оно может принадлежать или сознанию, или подсознанию; однако из-за того, что обычно внимание переключается достаточно часто, мы не всегда можем это отследить. Специфика взаимоотношений сознания и подсознания заключается в том, что сознание практически ничего не может сделать само; единственное, что в его власти - это запустить (инициировать) ту или иную программу подсознания, передавая ей управление вниманием. Так король ставит на указ свою королевскую печать и отдает его министру; фактически сделать что-либо сам король не в состоянии.

Всякая программа подсознания имеет дело с огромным количеством информации, в принципе недоступной сознанию. Однако есть информация, которая должна поступить из сознания в момент начала работы программы, и информация, которая, наоборот, поступает в сознание после того, как программа подсознания отработала и вернула управление и внимание сознанию. Так, для того чтобы пройти кратчайшим путем по пересеченной местности, человек замечает (сознательно) конечную цель, после чего запускает соответствующую программу и идет к цели, ни о чем не думая, или думая о чем-то своем. Подсознание при этом само управляет вниманием: человек смотрит то на цель, то себе под ноги, то по сторонам... Закончив работу, подсознание посылает в сознание сигнал: *пришли*, и передает внимание обратно, то есть сознанию.

Одна программа подсознания может по ходу своего функционирования передать управление (всегда вместе с вниманием) другой программе, не обращая при этом к сознанию, и, получив от той управление обратно, может быть, вместе с какой-то необходимой информацией, продолжить свою работу. Так бывает, когда человек, идущий к цели, споткнется, упадет, встанет (сработала другая программа) и, не обратив на это внимания, идет дальше.

Кроме этих, так сказать, естественных передач управления, в подсознании предусмотрена система "аварийных" прерываний, когда по определенному сигналу (боль, опасность) происходит прерывание выполнения (в любом месте) почти любой программы и внимание переключается на сознание или на какую-либо специальную программу подсознания, скажем, в ситуации неожиданно обнаруженной прямо под ногами анаконды.

Следует подчеркнуть, что внимание всегда принадлежит той программе, которая в данный момент функционирует, но большая часть программ содержит в себе достаточно частые прерывания, когда внимание на очень короткое время передается сознанию, за счет чего возникает *иллюзия*, что внимание принадлежит сознанию постоянно. В каждый момент времени функционирует не более одной программы подсознания - той, которой принадлежит внимание. Заметим еще, что каждая программа направляет внимание по-своему; художник смотрит на хлеб не так, как голодный, и информацию они получают разную.

Сами по себе программы действий подсознания достаточно сложны, но, по-видимому, не менее сложны программы, которые занимаются распределением во времени последовательности функционирования программ действий. В идеале программа действий, будучи запущена, отработывает до конца без промежуточного включения сознания и других программ, после чего, отработав, возвращает внимание сознанию или вызвавшей ее программе. Однако реально по многим причинам все более или менее

длительно работающие программы периодически прерываются программой *общей безопасности*, которая проверяет, все ли в порядке и идет как надо во внешнем мире (нет ли поблизости начальства, на месте ли кошельки и т. п.). Если все в порядке, то программа общей безопасности передает управление обратно, той программе, которая была прервана.

Наибольшую трудность для человека представляют именно переключения программ. Наиболее мучительны переключения, происходящие через сознание. (Так, особенно трудно учиться вождению автомобиля, пока есть необходимость осознавать моменты переключения передач.) Однако именно здесь таится возможность сознательного творчества. Следующие по трудности ситуации возникают тогда, когда переключением ведает программа типа распознавания образов, которая, относя сложившуюся ситуацию к одному из нескольких имеющихся типов, включает соответствующую программу реагирования. От таких переключений человек быстро устает.

Программа выбора

Выше был описан "мирный" ход функционирования психики. Перед тем как описать ситуацию внутреннего конфликта, следует сделать некоторое отступление.

Центральная проблема - по сути, единственная проблема, стоящая перед человеком, это проблема выбора. Проблема выбора не есть специфически человеческая проблема; так, например, окунь, ощутивший определенную вибрацию в воде, стоит перед выбором: включить программу бегства (если это опасность), программу охоты (если это съедобно) или проигнорировать сигнал. (Подобного сорта колебания перед выбором дальнейшего поведения хорошо заметны у домашних животных.) Однако наличие сознания вносит в проблему выбора у человека такие особенности, что она меняется качественно.

У каждого живого существа имеется центр, принимающий решения относительно дальнейшего поведения, то есть включающий ту или иную программу подсознания. Этот центр функционирует как некоторая особая программа, именуемая далее *программой выбора*, которая осуществляет, так сказать, общее руководство. Эта программа получает от других программ только информацию, в каком-то смысле существенную для живого существа в целом (опасность, голод, интерес и т. п.), и, проведя ее грубый, но быстрый анализ (иначе ничего не успеешь и упустишь добычу, либо съедят тебя самого), реализует выбор, включая после этого соответствующую программу действий.

В реальной жизни иногда (а в зоопсихологических экспериментах зачастую) программа выбора становится в тупик. Животное как бы не знает, как поступить, и ведет себя "человеческим", а правильнее сказать, атавистическим образом, включая более древние и примитивные программы: впадает в истерику, падает в обморок и т. п.

Сложность работы программы выбора заключается еще и в том, что сигналы, которые она получает от инициирующих ее программ, несут не только информацию в чистом виде, но всегда еще определенную энергию, в соответствии со степенью важности сигнала. Если уровень этой энергии слишком высок (например, немедленно угрожающая опасность!), программа выбора начинает работать хуже, то есть идти по более древним, примитивным и менее дифференцированным путям, но зато быстрее. Аналогично, действие программы выбора ухудшается, если поступающие сигналы противоречат друг другу, то есть требуют различных и несовместимых реакций (Буриданов осел).

* * *

Появление у человека сознания выразилось в том, что он получил дополнительную возможность принимать участие в *формировании* программы выбора. Представление о том, что он производит выбор сам, то есть сознательно, крайне наивно, хотя у подсознания есть веские причины для культивирования подобного мнения. Правильнее представлять себе огромный айсберг программы выбора, маленькая верхушка которого показывается с появлением у человека сознания. По существу, сознание человека чрезвычайно беспомощно. Он может одновременно держать в сознании очень малое число предметов, понятий. Сознание напоминает глупого короля, окруженного толпой советников-референтов (программ подсознания), к которым он постоянно должен обращаться за справкой в течение переговоров. При этом минимально сложную информацию король понять или запомнить не может; сам он мыслит в достаточно примитивных терминах: да-нет, хорошо-плохо, выгодно-невыгодно и т. п. Однако роль короля довольно существенна: он должен подписать или отвергнуть основные указы и законы, то есть принять решение; другое дело, как истолкует эти законы изворотливый министр-подсознание.

В ситуации сознательного выбора сознание фактически беспомощно, так как оценку вариантов производит не оно, а подсознание. Единственное, что может сделать сознание в случае колебаний, то есть когда программа выбора не отдает решительного предпочтения одному из вариантов, это следующее: иным способом *распределить внимание*, то есть определить заново, какие именно программы подсознания должны рассмотреть возникшую ситуацию. Если повезет, то, перестроив пару раз свой взгляд на вещи, конфликт можно разрешить.

В качестве примера рассмотрим ситуацию девушки, собирающейся выходить замуж. У нее имеется жених и система взглядов (оценок), с помощью которых она собирается решать вопрос о замужестве. Вариантов три: выйти замуж, отказать, отложить решение вопроса. В настоящий момент в душе девушки имеется конфликт, заключающийся в следующем. С одной стороны, ей хочется иметь свой дом и детей (а). С другой стороны, жених вызывает двойственные чувства. Он хорошо одевается и прилично ведет себя в обществе (б); его любят женщины (в); он надежный друг (г); он не перспективен в отношении денег и карьеры (д); он приятен как мужчина (е). В пользу замужества говорят пункты а), б), г), е), против - в), д). Ситуация сложная, и советы со стороны вряд ли помогут. Как же фактически происходит выбор? Конфликт можно снять, повысив значимость одного из пунктов и понизив значимость остальных. Это делается очень просто: внимание сосредотачивается на одном из пунктов, скажем, а) или д), и включается программа подсознания, рассматривающая данный аспект проблемы. Как только программа отработала и возвратила сознанию управление и свою оценку, что субъективно переживается как *то*, что в голову пришли некоторые мысли, а в сердце - чувства, управление снова передается той же самой программе, то есть человек себя "накручивает". При этом значимость данной оценки возрастает, значимость остальных соответственно падает, конфликт тем самым снимается и выбор происходит безболезненно.

Конечно, описанное выше поведение является пародией на сознательный выбор. Фактически у девушки в данной ситуации выбор подсознательно уже произошел, и теперь ей важно устранить душевный конфликт, что она с успехом и делает. Однако и в ситуации, когда результат выбора не предопределен подсознанием заранее, человек *сознательно* делает только одно: *распределяет внимание* между различными программами подсознания, которые выдают свои оценки вариантов выбора. А фактически выбор не происходит до тех пор, пока подсознание не настроится таким образом, что программа выбора получит от различных программ анализа вариантов более или менее

согласованную (энергетическую) информацию. При этом человеку может показаться, что он принял решение сам, сознательно, что является иллюзией: фактически это означает снятие сознательной части конфликта.

Таким образом, с помощью своего сознания человек может лишь слегка корректировать программу выбора, расставляя акценты на некоторых ее подпрограммах. Наивная точка зрения, заключающаяся в том, что человек свободен в своем выборе, постоянно опровергается практикой, что не мешает ей господствовать в общественном сознании и подсознании. Вот типичный пример: очень молодой человек, "рационально" мыслящий, решает, что настало время углубить свои отношения с некоей молодой особой и для начала поцеловать ее при встрече. Однако, несмотря на неоднократные мысленные репетиции, при встрече он, будучи исполнен решимости, просто *не может* привести свое намерение в исполнение; даже конфликта толком не возникает, настолько сильна блокировка подсознания. Что происходит на деле? Программа защиты (иногда она называется комплексом неполноценности, см. ниже), к которой обращается программа общей безопасности, не возражая против воображаемых поцелуев, выдает программе выбора столь сильную отрицательную оценку варианта поведения с фактическим поцелуем, что даже конфликта с альтернативным вариантом не получается. А молодой человек (и, разумеется, девушка) считает, что он, наверное, какой-то бесчувственный.

Эго

Что представляет собой эго, или актуальное "я"? Это, с одной стороны, совокупность представлений человека о мире, идей, концепций, привычных способов поведения и реакций на окружающую среду, и, с другой стороны, система программ подсознания, регулирующих его поведение, восприятие, мышление и т. д. У эго можно выделить три слоя: осознаваемый (представления, концепции и т. п.), полуосознаваемый и неосознаваемый (программы подсознания). Второй слой чрезвычайно важен, так как именно с ним идет работа осознания. Полуосознаваемые вещи - это *то*, что в некоторый момент времени как бы касается сознания: если на них фиксировать внимание, они (хотя бы частично) выходят в сознание, если нет - благополучно уплывают в подсознание. Таково, например, чувство легкого неудобства от своего поведения в некоторой ситуации.

Эго постоянно подвергается воздействию со стороны сознания, внешнего мира и духа. Однако само по себе оно не склонно меняться, а склонно, напротив, оказывать сопротивление любой попытке изменить его. Это знает любой человек, пытавшийся заниматься самосовершенствованием, переделкой себя и т. п.

Основная функция эго - поддержание человека на его текущем эволюционном уровне, и до тех пор, пока человек нормально адаптирован во внешнем мире, эго не меняется, если только на него нет давления со стороны внешней среды, сознания или духа.

Основная задача духа заключается в постепенной трансформации эго, приближающей его к себе, то есть в приближении актуального "я" к потенциальному. При этом параллельно происходят следующие процессы. Во-первых, расширяется сознание, причем человек начинает осознавать все больше как во внешнем мире, так и во внутреннем, то есть все большая часть подсознания контролируется сознанием. Во-вторых, происходит смена программ подсознания: старые, примитивные программы трансформируются в более сложные, дифференцированные, а некоторые отмирают; иногда возникают новые.

Что означает выражение: сознание контролирует данную программу подсознания? Здесь можно выделить несколько ступеней, так сказать, владения собой. Рассмотрим в качестве

примера программу ревности, суть которой заключается в том, что она в соответствующих ситуациях вызывает у субъекта чувство ревности.

Первый уровень контроля - это просто осознание *существования* программы, то есть человек осознает, что чувства, испытываемые им в ситуациях определенного рода похожи, или, более точно, исходят из одного источника в психике.

Второй уровень контроля - это умение справиться с результатом действия программы, то есть вести себя во внешнем плане так (или почти так), как будто программа не сработала; в данном случае это значит подавить вспышку ревности.

Третий уровень - это умение в определенных пределах регулировать интенсивность результата действия программы. Например, человек говорит себе: "Буду ревновать вполсилы", - и, действительно, чувство ревности уменьшается в два раза. Снизив энергетическую составляющую до минимума, человек получает на выходе программы "укол" чисто информационного характера, то есть он получает сообщение типа: "Возникла ситуация, в которой имеет смысл говорить о ревности". После этого может идти некоторое размышление на тему ревности, как в известном анекдоте:

- Рабинович, Вы знаете, Хаймович не равнодушен к вашей жене.

- Не равнодушен - *и не надо!*

Четвертый уровень - это умение произвольно включать или выключать данную программу (и регулировать результат) независимо от внешней ситуации.

Пятый уровень - это умение подключать данную программу к другой или, наоборот, блокировать вызов данной программы другой программой.

Рассмотрим теперь эволюционную трансформацию программы ревности. Вначале она, вероятно, была частью программы защиты семьи от враждебной среды, и как таковая была вполне адекватна уровню эго древнего человека. Однако с течением времени она стала архаичной, с одной стороны, примитивной (в частности, по форме выдаваемого информационно-энергетического импульса), а с другой - не соответствующей этике (и эволюционному уровню) современного человека, поскольку современное чувство ревности это не столько чувство сохранения семьи, сколько разновидность чувства собственности, и при том на живую душу; ревнивец по сути рабовладелец.

Попытки подавить результаты программы ревности не приводят к успеху в том смысле, что аффект загоняется в подсознание. Единственный способ овладения этой программой - определенное расширение (сущностного!) сознания, при котором лицо, которое ревнует, начинает восприниматься человеком как часть себя (позиция жены: "*наша* любовница"). При этом программа ревности не уничтожается, а трансформируется: сгорает лишь часть ее, связанная с отрицательными аффектами, но остается внимание к другому как к себе; это то же внимание, что и в древние времена, когда требовалась защита, но на другом уровне.

* * *

Вообще говоря, дифференцировка и усложнение программ подсознания - обычный спутник эволюционного роста, хотя это и не обязательно всегда так. В то же время попытка прямого подавления действующей программы ведет к ее регрессии и упрощению

- феномен, известный в психоанализе. Однако регрессировавшая программа уводит человека еще дальше от пути эволюции. Дело в том, что программы подсознания, эволюционируя, используют все более высокие виды энергии (соответствующие все более высоким чакрам), к которым приспособляется вся психика человека. Поэтому если какая-либо программа резко регрессирует, она, соответственно, начинает требовать более низких энергий, что субъективно переживается как то, что человека необъяснимо начинает тянуть в "грязные" ситуации, у него появляются "низкие" желания и т. п. Типичный пример - это регрессия либидо при его подавлении.

В нормальных условиях мужчина определенного круга интересуется женщинами этого же круга, причем в его сексуальном восприятии женщины участвует не только ее "животный магнетизм" (энергия свадхистханы), но и эмоциональность (энергия манипуры), умение одеваться и вести беседу (энергия вишудхи), жизненная позиция (аджна) и т. д. Если же он несколько раз потерпит жестокое фиаско, то может случиться так, что его либидо будет подавлено, регрессирует, и он перестанет воспринимать все виды энергий, кроме первого, да и то в самом грубом варианте.

Чем проще программа и чем на более низкой энергии она работает, тем труднее контролировать ее сознанием. Поэтому один из эффективных путей овладения собой - это именно дифференцировка программ и перевод их на более высокие энергии. Есть, впрочем, и другие способы. Один из них в психоанализе именуется катарсисом. Именно регрессировавшая программа выводится в сознание (сущностное!), в результате чего, при несоответствии ее эволюционному уровню пациента, она сгорает и перестает иметь над ним энергетическую власть.

* * *

Воздействие духа на подсознание происходит очень мягко. Дух слегка регулирует энергетические потоки, поступающие из внешнего и тонкого миров и слегка корректирует имеющиеся программы, либо создает новые, но с очень скромными энергетическими запросами. Дух как бы дает намек, предоставляя возможность эго меняться в соответствующем направлении. У эго есть инерционность, а главное - необходимость реагировать на изменения во внешнем мире, который, наоборот, воздействует на человека зачастую очень жестко; поэтому и программы подсознания, рассчитанные на взаимодействие с внешним миром, также жесткие и зачастую работают на низких энергиях. Другими словами, дух разговаривает с нами мягко, тихо, ненавязчиво, можно сказать, *интеллигентно*, на более высоких энергиях, чем мы привыкли. Эго же шумит, спорит, угрожает, "пилит" и т. д. В частности, громкие голоса долга, чести, совести принадлежат эго, а не духу (у них бывают и тихие голоса, иногда). Здесь автор должен еще раз подчеркнуть, что в данном трактате эго рассматривается как актуальное, то есть текущее, но не "низшее" "я".

Аналогичным образом дух воздействует на сознание. Дух мягко и ненавязчиво производит легкое расширение сознания, предлагая взглянуть на мир с еще и такой-то вот стороны, подумать в таком-то направлении, попробовать ощутить то-то и т. п. Человек при этом, как правило, *может* не услышать, не послушаться, не посмотреть, не ощутить и никакого непосредственного наказания не последует. Однако возможность развязать очередной узелок кармы, получить какой-то сущностный опыт упущена, а дальше сделать это будет значительно труднее.

Следует добавить, хотя это уже не относится к теме настоящего трактата, что воздействия внешнего мира и духа на эго согласованы, так как Атман (индивидуальный дух) является

в то же время и Брахманом (мировым духом). Это означает, что внешние события, происходящие с человеком, пытаются (это называется Провидение) изменить его в том же направлении, что и дух, который влияет изнутри. Если же человек сопротивляется, упорствуя в своем нежелании изменить это, неважно, сознательную или подсознательную его части, установки, программы и т. д., то внешний мир и дух устраивают ему все новые и новые испытания (это называется Рок), пока необходимое изменение не произойдет.

Динамика развития программ

Каждая программа в какой-то момент зарождается (из ничего или из другой программы), затем проходит период развития, после чего постепенно превращается в штамп и отмирает. Кроме того, каждая программа, независимо от того, в какой фазе своего развития она находится, может или соответствовать эволюционному уровню человека, или опережать его, или отставать от него. Внешние проявления программ, отставших от человека на эволюционном пути, интерпретируются как "отрицательные". Это разнообразные так называемые пороки, ревность, алчность, грубый национализм и т. д. Никому, однако, не придет в голову считать отрицательным явлением только зародившееся в человеке национальное чувство, хотя вызывает его та же программа, что действует в махровом шовинисте (правда, в другой фазе развития).

Программа подсознания, опережающая эволюционный уровень человека, может возникнуть, например, под влиянием авторитетного духовного учителя, проповедующего здоровый образ жизни, добро, духовность и т. п. Тогда может возникнуть идея жесткого следования идеалу, в данный момент недостижимому, и соответствующая программа, которая (на время) бросит неподготовленного человека в сыроедение, альтруизм, крайние формы религиозной жизни. Через некоторое время, однако, обозначается кризис.

Когда программа перестает развиваться, она превращается в штамп (жесткий стереотип, шаблон). Так, говорят о штампах восприятия, выражения, мышления и т. п. Программа-штамп может прожить очень долго и при этом вполне соответствовать (растущему) эволюционному уровню человека. Такова, например, программа голода, вызывающая указанное чувство при недостаточном питании. Наоборот, программа, реализующая (искусственно формируемую) потребность в удовольствиях как таковых, типичная для избалованных детей, с самого начала своего существования находится ниже эволюционного уровня любого человека (и животного).

Типичная схема жизни программы такова. Обычно возникновение программы инициирует дух, и она поначалу не является значимой для человека, так как работает на малых энергетических потоках. В процессе развития программы эти потоки растут, и в первой фазе (формирование) она сопутствует эволюционному росту личности. Однако по мере дальнейшего усиления энергетических потоков формирующаяся программа начинает нарушать имеющуюся структуру эго. Эго, с присущей ему тенденцией к стабильности, вступает в борьбу с развивающейся программой, с одной стороны, ограничивая ее рост, а с другой - трансформируя ее с целью адаптации к уже имеющейся структуре эго. (На этом этапе цели духа и эго часто противоположны.) Борьба заканчивается тем, что достигается компромисс: программа перестает развиваться и в некотором трансформированном виде остается в эго уже в виде штампа. Теперь она включена в состав эго и вместе с ним образует новую устойчивую структуру. Далее идет жизнь программы в виде штампа. Здесь возникают проблемы, связанные с тем, что она начинает тормозить эволюционное развитие эго. Во-первых, теперь она дает недостаточно дифференцированные реакции на выходе и недостаточно учитывает внешнюю ситуацию - ведь сознание расширилось и теперь взаимодействие с миром должно идти на более детализированном уровне. А во-

вторых, информационно-энергетический поток, на котором работает программа, уже слишком низкий: по ходу эволюции "рабочие частоты" эго повышаются (от муладхары к сахасраре). Таким образом, программа должна быть разрушена или преобразована. Однако это не просто: следует помнить о консервативной тенденции эго. Кроме того, программа, пусть плохо, но все же свое дело делала, ее трудно просто уничтожить, на ее место следовало бы что-то поставить. Учителя йоги рекомендуют заменять плохие привычки хорошими; к сожалению, следовать этому совету нелегко. В конечном счете происходит следующее: эго снижает интенсивность энергетических потоков на программе (и тем самым снижает ее значимость для себя), после чего дух может, как обычно, гомеопатическими средствами, ее ликвидировать или необходимым образом трансформировать.

Теперь о роли сознания. Собственно говоря, сознание выполняет единственную функцию: оно слегка вмешивается в программу выбора, то есть влияет на *последовательность* выполнения программ подсознания. На обычном языке это означает, что человек сознательно только переключает внимание, то есть решает такие вопросы: куда посмотреть, о чем подумать, вспомнить, пережить и т. п. Сами действия совершает уже подсознание. Однако, оказывается, что даже *то*, что имеется в распоряжении сознания, является достаточно мощным средством для трансформации структуры эго, как сознательной его части, так и подсознательной.

Иерархия программ. Сознанию тем труднее управлять программой, чем более сущностной она является и чем сильнее энергетический поток, на котором она работает; так, чрезвычайно трудно подавить страх смерти. То же относится и к самим программам подсознания: поверхностной программе подсознания трудно управлять глубинными (сущностными). Поэтому обычно подсознание использует цепочку: поверхностная программа вызывает более глубинную, та - еще более глубинную и т. д. Сознание фактически может вызвать только очень поверхностную программу подсознания.

К самым поверхностным программам подсознания относятся те, которые идут на уровне представлений (ментальных или эмоциональных). Слово "представление" в современном языке постепенно заменяется словом "модель". Суть дела заключается в том, что если мы не можем что-либо понять или почувствовать непосредственно, мы пытаемся это себе представить, то есть уподобить чему-то понятному, осязаемому. "Скажи нам, чему подобно Царствие Небесное?" - вопрошали ученики Христа. Вопрос поставлен правильно, так как объяснить, что *есть* Царствие Небесное, земному человеку невозможно. Притча отличается от модели только тем, что она не скрывает своей условности, то есть имеется в виду, что за притчей стоит нечто, не выразимое прямым образом; что же касается модели, то за ней не стоит ничего иррационального. Притча, согласно образу дзэн, это палец, указывающий на луну, а модель луны это ее изображение.

Таким образом, от представления (ментального или эмоционального) до сущностного знания и восприятия расстояние примерно такое же, как от изображения луны до самой луны. Если человек (сущностно) *знает* - это особое состояние, и тут ему не нужны никакие доказательства: "Когда Я прихожу, все Мои ученики узнают Меня". Однако экзотерическая западная традиция основана не на сущностном восприятии и познании, а на моделировании как зрения, так и чувств. Действительно, как отдать предпочтение одной модели перед другой? Обе они неадекватны, но каждая по-своему. Нужен очень изощренный ментальный аппарат, чтобы научиться сравнивать несравнимое, устанавливать истинность принципиально ложного, а главное, отвечать на совершенно бессмысленные вопросы. Дело в том, что на экзистенциальные (сущностные) вопросы ответы могут быть только в терминах сущностного восприятия. "Объективно"

существуют только ментальные модели, поэтому вопрос о том, например, существует ли Бог, в объективном аспекте бессмыслен, так как существуют модели мира, в которых Он есть, и существуют модели, в которых Его нет, и все эти модели где-то более адекватны, а где-то - менее, но ни одна из них *не истинна*. Истина обязательно сущностна, поэтому она субъективна. Бог существует для меня в двух аспектах: как часть моей ментальной картины мира, и в этом смысле я атеист или у меня есть верования, и в сущностном плане, то есть как я Его непосредственно воспринимаю, и в этом смысле я сплю, верую или просветлен.

К счастью, существует очень тонкий механизм, позволяющий углублять представления, превращая их в более сущностные явления психической жизни. Это программа, которую можно назвать программой *сущностного углубления*; она целиком принадлежит подсознанию, достаточно глубоким его слоям, ибо подсознание вообще очень тщательно ограждает человека от сущностных переживаний. Существование этой программы приводит к тому, что, например, представляя себе состояние влюбленности в кого-либо, можно и в самом деле (сущностно) в этого человека влюбиться. Это умение, однако, дано не каждому. Чаще всего подобная деятельность приводит к созданию большой, дифференцированной и совершенно ментальной картины влюбленности. То же относится и к познанию. Человек может прочесть огромное количество популярной литературы по современной физике и по сравнению со школьным курсом очень сильно расширить свое представление о ней, и при этом абсолютно ничего *не знает*. Однако этот пример не очень удачен, поскольку и физик-профессионал не *знает* физику в экзистенциальном смысле, то есть не видит непосредственно соответствующих законов (правильнее сказать - моделей) в окружающем его мире: современный человек не обладает концентрацией, необходимой для того чтобы непосредственно видеть электроны или Метагалактику. Более подходящим является пример познания психологии. Можно окончить психологический факультет университета, детально изучить психоанализ З. Фрейда, транзактный анализ Э. Берна и теорию деятельности А. Н. Леонтьева и иметь при этом лишь чисто ментальное представление о соответствующих разделах психологии. Это значит, что, скажем, студент-выпускник может по формальным признакам дать интерпретацию поведения и внутренних мотивов данного человека по Фрейду или Берну, однако никаких внутренних критериев правильности своей интерпретации у него пока нет. Сущностное знание соответствующих психологических концепций (но не человека!) приходит тогда, когда, увидев конкретное лицо, психолог изнутри и с полной внутренней уверенностью получает толкование его поведения по Фрейду, Берну или Леонтьеву (по желанию или обстоятельствам).

Итак, создание новой программы подсознания можно представить следующим образом. Человек сознательно строит ментальную программу, то есть представляет себе, какие именно действия (внешние и внутренние) он хотел бы совершить, после чего пытается подключить к этой программе программу сущностного углубления. Так, культура чувств воспитывается углублением соответствующих поверхностных ментально-эмоциональных программ - тема, заслуживающая особого рассмотрения.

Кроме того, сознание может моделировать условные рефлексy, то есть создавать новые программы путем склеивания старых, так что завершение одной программы ведет к инициации другой. (Увидев женщину, посмотреть, какие у нее украшения.)

Сознание может повышать значимость некоторой программы, постоянно вызывая ее - это один из простейших видов медитации. Для понижения значимости программы, наоборот, следует вызывать ее как можно реже, а если она вызывается бессознательно -