

Григорий Курлов

# Проктология Счастья



ФИЛОСОФИЯ СМЕХА



Как бы книга



ВЕСЬ

Григорий Курлов

# Проктология Счастья

Как бы книга



Григорий Курлов о себе сообщает, что пола он — устойчиво мужского, роста — периодически высокого, возраста странного и трудно определяемого — от крайне древнего до трепетно детского.

Образования на данный момент не имеет уже никакого — деобразовался полностью. Жизненная позиция — неустойчивая и вводящая в заблуждение. Жизненное кредо — Дурак.

Род занятий — определяет себя мастером холистической терапии и фулологом, чем пользуется совершенно бессовестно и безответственно — валяет дурака из всех сил и где ни попадя, периодически меняясь с ним местами.

Семейное положение — непозволительно многообещающее и вызывающе радостное. Книги не пишет, а вспоминает. Подозревает, что это они вспоминают его, смиренно позволяет этому происходить.

Влюблен. Всегда.

О чем эта книга? Понятно уже, что о счастье, нет, лучше вот так — о Счастье, но! — о Счастье с изнанки. Мы попробуем взглянуть на Счастье под непривычным и неожиданным углом. И для этого нам, действительно, придется забираться к нему в такие места, куда еще не ступала нога цивилизованного человека (кошмар какой!). Ибо проктология, нами затеянная, еще только в начале своего неприличного, но неизбежно исцеляющего пути.

Издательская группа  
«ВЕСЬ» —  
ДОБРЫЕ ВЕСТИ  
<http://www.vesbook.ru>



9785957308416

УДК 159.9  
ББК 88.6  
К93



Защиту интеллектуальной собственности и прав  
ИЗДАТЕЛЬСКОЙ ГРУППЫ «ВЕСЬ» осуществляет  
агентство патентных поверенных «АРС-ПАТЕНТ»

*Художник В. М. Разгуляева*

**Курлов Г.**  
К93 Проктология Счастья. Путеводитель Дурака  
по внутреннему пространству Счастья. — СПб.: ИГ  
«Весь», 2007. — 256 с.  
ISBN 978-5-9573-0841-6

Представьте, что у Счастья есть «проктология» или,  
проще говоря — *это самое* место. Сомневаетесь?

Напрасно — у большого человеческого Счастья всег-  
да есть столь же большое *это самое* место. А как иначе?  
Ведь счастье-то — человеческое, и без *этого* места ему  
просто никак.

Большинство из вас подумает: «Нет, мое счастье дру-  
гое — красивое и без непотребств всяческих. Потому что  
оно — *счастье*». А чуть позже смущенно признается:  
«...Правда, у меня его нет пока, ни с задницей, ни без. Но  
зато я хорошо знаю, каким оно должно быть».

Так и живет большинство — в радужном ожидании  
принца без задницы, на белом коне, без непотребств вся-  
ческих. Так и умирает.

И имейте в виду — *это самое* место не только у Счас-  
тья есть, скажем вам по секрету великому — у Бога тоже зад-  
ница имеется! И там та же беда, и там непорядок, ибо чело-  
век — геморрой в ней. Так что помогите Богу со срамом этим  
справиться — займитесь проктологией своего Счастья.

УДК 159.9  
ББК 88.6

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроиз-  
ведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев  
авторских прав.

© Григорий Курлов, 2007  
© Разгуляева В. М., иллюстрации, 2007  
© Лисовский П. П., 2007  
© Оформление. ОАО «Издательская группа  
„Весь“», 2007  
© ОАО «Издательская группа „Весь“», 2007

ISBN 978-5-9573-0841-6

*Научно-популярное издание*

**Курлов Григорий**  
**ПРОКТОЛОГИЯ СЧАСТЬЯ**  
**Путеводитель Дурака**  
**по внутреннему пространству Счастья**

Подписано в печать с готовых диапозитивов 10.11.2006.  
Формат 84 × 108<sup>1/32</sup>. Печ. л. 8. Заказ №

Налоговая льгота — общероссийский классификатор продукции  
ОК-005-93, том 2 — 953130 — литература по философским наукам,  
социологии, психологии

**Издательская группа «Весь»**  
197101, Санкт-Петербург, ул. Мира, д. 6.  
Тел.: (812) 325 2999. E-mail: info@vesbook.ru  
**Посетите наш сайт:** <http://www.vesbook.ru>

**По вопросам размещения рекламы**  
в книгах Издательской группы «Весь»  
обращайтесь в Отдел рекламы.  
Тел.: 325 2999 (многоканальный). E-mail: ad@idves.spb.ru

**Филиал в г. Москва**  
127521, Москва, ул. Веткина, владение 2г.  
Тел.: (495) 619 2180.  
E-mail: moscow@vesbook.ru

**Филиал в г. Нижнем Новгороде**  
603028, Нижний Новгород,  
Спортсменский пер., д. 12а, оф. 309б.  
Тел.: +7 (8312) 72 3728.  
E-mail: nnov@vesbook.ru

**Генеральный дилер в Украине**  
**книготорговая компания «Библос»**  
Тел. +38 (044) 461 4930. E-mail: sd@biblos.kiev.ua

**Вы можете заказать наши книги:**  
в России («Книга — почтой») по адресу издательства:  
197101, Санкт-Петербург, ул. Мира, д. 6, ИГ «Весь»,  
или на сайте [www.vesbook.ru](http://www.vesbook.ru)

в Германии  
+ 49 (0) 721 183 1212.  
+ 49 (0) 721 183 1213.  
atlant.book@t-online.de  
[www.atlant-shop.com](http://www.atlant-shop.com)

в Белоруссии  
+10 (37517) 242 0752.  
+10 (37517) 238 3852.

Отпечатано по технологии StP  
в ОАО «Печатный двор» им. А. М. Горького.  
197110, Санкт-Петербург, Чкаловский пр., 15.

---

## СОДЕРЖАНИЕ

---

Предисловие от Автора . . . . .	6
Предисловие от Дурака . . . . .	9
Предисловие от Бога . . . . .	11

### **Часть первая. ПрОктологические изыскания**

Процедура первая: ознакомительная . . . . .	12
Анатомия счастья . . . . .	12
Процедура вторая: смешная . . . . .	34
О смехе . . . . .	34
Процедура третья: серьезная (до невозможности) . . . . .	56
О внутренней динамике свободных и связанных систем, или Лечим Счастье от запора (и поноса) . . . . .	56
Процедура четвертая: не очень приятная . . . . .	100
Внешние точки опоры, или Цивилизация некрофилов . . . . .	100
Процедура пятая: освободительная . . . . .	136
Внутренние точки опоры, или Снимаем крест с груди . . . . .	136

### **Часть вторая. ПрАктологические рекомендации**

Танец Дурака . . . . .	168
Внутренний смех . . . . .	184
Смех тонкими оболочками. Клеточный уровень смеха . . . . .	198
Расколдовать пространство . . . . .	220
Вдогонку . . . . .	237





## ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ АВТОРА

*Моей милой музе,  
моей любимой,  
моей Владке*

— ...Ну вот, совсем докатились. Ну какая, скажите, у счастья «проктология» может быть? Неужели у него... ну, как бы это помягче сказать, — *это самое* место есть? То место, которое к нему ну никакого отношения иметь не может? Вы там говорите, да не заговаривайтесь, господа писаки, а главное — не трогайте мое счастье своими оскверненными чужой проктологией руками.

Возможно, именно такой будет реакция большинства на эту книгу. Что им сказать в ответ?

— Даже не сомневайтесь — у большого человеческого Счастья всегда есть столь же большое *это самое* место. А как иначе? Ведь счастье-то человеческое, и без этого места ему просто никак. Да вы сами попробуйте, потом расскажете...

— И зачем оно мне такое? — дружно ответит большинство. — Нет, мое счастье другое — красивое и без непотребств всяческих. Потому что оно — *счастье*. Какая еще проктология? Откуда у моего счастья задница взяться может? Да еще больная?

— ...Правда, у меня его нет пока, — смущенно признается большинство чуть позже, — ни с задницей, ни без. Но зато я хорошо знаю, каким оно должно быть. Знаю!.. Мне рассказывали. И другого мне не надо.

Так и живет это большинство — в радужном ожидании принца без задницы, на белом коне без непотребств всяческих. Так и умирает. А мы иначе попробуем. По-честному, по-взаправдашнему.

Итак, о чем эта книга? Понятно уже, что о счастье, нет, лучше вот так — *о Счастье*, но! — о Счастье с изнанки. Мы попробуем взглянуть на Счастье под непривычным и неожиданным углом. И для этого нам, действительно, придется забираться к нему в такие места, куда еще не ступала нога цивилизованного человека (кошмар какой!).

Уж если мы завели разговор о проктологии, то рано или поздно нам придется поговорить и о лечении. О лечении Счастья?! Да мыслимое ли это дело — Счастье лечить?

— *Счастье лечить, что Дурака учить*, — смеется Дурак.

Стоп, стоп, достопочтимый Дурак, похоже, ты немного поторопился со своим появлением на этих страницах. Чуть позже я обязательно представлю тебя уважаемой публике, но сейчас еще не время, не видишь разве — консилиум у нас.

Итак, может ли Счастье быть больным? Вряд ли. Зато тот, кому оно досталось, — вполне. Иными словами, не Счастье мы собираемся лечить, а свое отношение к нему. Свое сознание. Свое неумение жить в Мире. И, увы — сам Мир, давно инфицированный таким отношением и теперь столь же активно инфицирующий нас. Ну, об этом мы еще всласть наговоримся, а сейчас пару слов вот о чем.

У меня был большой соблазн предельно «засерьезить» эту книгу и придать ей подчеркнуто академический вид, дабы привлечь внимание заинтересованных исследователей. Даже название для нее

было готово «*О внутренней динамике свободных и связанных систем*». Но, к счастью, возобладало другое желание — сделать эти темы максимально доступными и функциональными по причине их невероятной актуальности и необходимости. Отсюда — подчеркнутая эмоциональность, ироничность, а порой даже — эпатажность в подаче материала.

Но вовсе не этим объясняется присутствие на страницах (между ними, в паузах и многоточиях) Дурака. Дурак — это не образ, не персонаж и даже не авторский прием, это... просто Дурак. И все. Дело в том, что никуда уже не деться от Дурака тому, кто однажды открыл его в себе. Кто читал мои предыдущие книги («Путь к Дураку», книги 1 и 2), хорошо понимает, о чем это я.

Дав согласие на Дурака, вы теперь просто обречены ощущать его присутствие повсюду, вы с удивлением услышите его дурацкий смех и язвительные замечания в самые неожиданные и на первый взгляд малоподходящие моменты. Он примется будить вас от ментальной спячки точно так, как некогда это делали с ним, а особенно — когда вы будете абсолютно уверены, что не спите. Это мой Дурак! — но возможно, что и вам он пригодится.

— *Твой Дурак!* — смеется Дурак. — *Я свой собственный Дурак. Дураков много не бывает, Дурак всегда один.*

И, наконец, — что плохого в этой книге? В ней много слов. В ней слишком много слов. В ней до омерзения много слов. Делайте с этим что-нибудь. Что именно? Да что угодно, главное — делайте. Не позволяйте мне превращать вас в учеников — не умножайте мой грех. Только делание сделает вас собственными учителями. Можете пробовать то, что предлагаю я, можете что-нибудь другое, но главное — освободите делом энергию, заключенную мною в слова, помогите в этом мне и можете не сомневаться — она обязательно поможет вам.

---

## ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ ДУРАКА

---

Так ты уже понял, кто настоящий лекарь Счастью твоему? Конечно же, я. Только круглый Дурак может вылечить столь же круглое Счастье. Но не жди привычного — лечить я тебя буду по-своему, по-дурацки. Моя задача — стать гвоздем в этой твоей проктологии и торчать там до тех пор, пока ты в нее окончательно не поверишь. Пока от боли да конфуза великого ты смеяться как следует не научишься. Пока не поймешь, что сам же этим гвоздем и являешься.

Имей в виду — это самое место не только у Счастья есть, скажу тебе по секрету великому — у Бога тоже задница имеется! И там та же беда, и там непорядок, ибо человек — геморрой в ней. Так что помоги Богу со срамом этим справиться — займись проктологией своего Счастья.

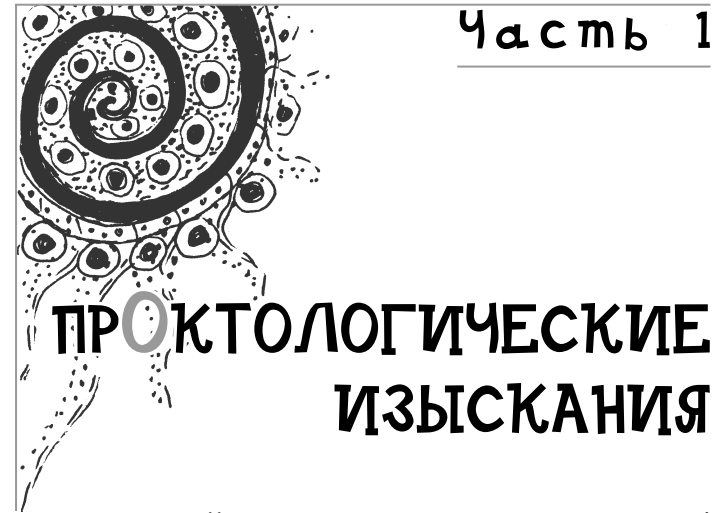
---

ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ БОГА

---

— Ну-ну...

Часть 1



# ПРОКТОЛОГИЧЕСКИЕ ИЗЫСКАНИЯ

Человечество давно выросло из пеленок!  
Правда, запах еще остался...

*Дурак*





## ПРОЦЕДУРА ПЕРВАЯ: ОЗНАКОМИТЕЛЬНАЯ

### АНАТОМИЯ СЧАСТЬЯ

— Доктор, у меня странный случай дальтонизма. Я не вижу один цвет.

— Какой именно?

— Ну, доктор, откуда мне знать? Ведь я его никогда не видел!

*Дурак смеется: «Ты хочешь стать счастливым? А ты уверен, что знаешь, что это такое?»*

Вообще-то, последнее это дело — Счастье анатомировать. Правильно сказал Дурак: Счастье, оно ведь круглое. Оно цельное и неделимое. Оно либо есть, либо его нет. Не бывает Счастья наполовину, почти или чуть-чуть. Пресловутая «крупичка счастья» — это всего лишь жалкая выдумка разуверившегося в себе человечества.

Но все же рискнем, попробуем разобраться в своем Счастье, и дай нам Бог ничего не перепутать, когда придется собирать его обратно.

Итак, объект исследования — Счастье. Состоит оно из... себя. Все. М-да... Так мы, пожалуй, далеко не уедем. Ну, а что делать прикажете, если оно та-

кое упругое, Счастье-то наше? Вы никогда не пробовали шарик от подшипника разобрать? То-то же... Упругое и неделимое. Одно слово — Целостное. И если оно стало таким, то фиг нам теперь с ним справиться. Вывод из этого, кстати, следующий — кто сумел ощутить настоящее Счастье хоть раз, хоть на мгновение — обречен на него всегда. Конечно, если он был честен в своих ощущениях. Счастье, оно ведь необратимо. Его нельзя вначале открыть, а потом закрыть. Не получится. Но давайте не будем пока спешить с выводами, тут бы как-то с вводом разобраться.

Как нам проникнуть в структуру Счастья, дабы провести его диагностику и нащупать в нем болезненные места? Напрямую это не получается... Ну что ж, попробуем тогда в обход, для чего начнем вот отсюда.

Вы, конечно, помните древнюю притчу о слепцах, исследовавших слона? Помните? Один из них ощупывал ногу, второй — хобот, третий — хвост. Однако в этом рассказе ощущается определенная недоговоренность. На самом деле их не трое было, а больше — четверо или даже пятеро. И эти неупомянутые старцы тоже кое-что ощупывали. Угадайте, что? И когда первые трое заявили, что слон — это, дескать, колона, труба и хлыст, оставшиеся двое тоже вынесли свой вердикт. Как вы думаете, чем для них стал слон? Как они его называли? Правильно, примерно так же, как мы порой величаем Счастье свое неказистое, посылая друг друга (из лучших побуждений, естественно) то на слона, то, соответственно, в него.

Не будем повторять их ошибки, а уж тем более абсолютизировать сомнительные объекты чужих исследований. Да, несомненно, — и *это* тоже слон. И без *этого* он вряд ли смог бы состояться. Но это еще не весь слон. Слон — это когда все вместе. Когда

без всяких вычетов. Ваш слон должен быть полноценным (цельнотельным!), не следует его кастрировать своей ложной избирательностью.

Первостепенная задача каждого — узнать своего слона и честно его исследовать, не пропуская ни одной ложбинки, ни единой частности. Так же, как все другое в своей жизни. Так же, как Счастье. У вашего Счастья непременно есть своя «неприличность», своя проктология, и, лишь признавшись себе в этом, вы сможете превратить этот «срам» во что-то другое, более светлое и радостное.

Очень много говорится о неумении человека проживать свою жизнь вообще, но очень мало — о необходимости проживания того плохого, стыдного и болезненного, что неизбежно присутствует в ней. Мы постоянно забываем, что именно отрицательное создает разность потенциалов — динамику жизни! — взаимодействуя с положительным. А иначе — что за безжизненная такая жизнь у нас получится?

Так вот она откуда, проктология. Из необходимости проживать жизнь во всех ее проявлениях, пусть даже забираясь для этого в самые труднодоступные и пикантные места. То есть — протестировав свое Счастье «слоном», мы пришли к первому и, пожалуй, главному выводу — а Счастье-то, оказывается, весьма неоднородно! — и состоит не только из хорошего, но и из того, что принято считать откровенно нехорошим, неприличным и даже опасным. Короче — есть-таки у него задница! — но только от нас теперь зависит, что с ней делать — восхищаться ее замысловатыми формами или кривиться, представляя содержимое.

В таком подходе ключ к решению всех проблем. Что вы увидите в своей проблеме, тем она и станет. Так, например, мы привычно уверяем всех, а себя особенно, что болезнь для нас — это проблема. Увы, на самом деле — решение. Решение спрятаться за



болезнь от истинной проблемы, от той внутренней задачи, которую необходимо решить.

— *Быть жертвой — лучшее алиби,* — смеется Дурак.

Хоть если даже вы выбрали болезнь, не спешите расстраиваться — это не самый плохой выбор. Со временем вы поймете, что в нашей жизни нет ни одной дороги, которая не вела бы к Счастью.

— *Не важно, что ты делаешь,* — напоминает Дурак, — *важно, что ты делаешь.*

— *Любая твоя ошибка,* — хохочет он, — *это начало твоей свободы.*

Главное теперь — болеть честно и с удовольствием, а это значит — не пропуская ни одного нюанса своего болезненного состояния, ни одного его ощущения. Сделав это, вы откроете неожиданное — оказывается, ощущения только для того вызывают у нас страдания, чтобы на них обратили внимание. Как только мы это делаем, страдание исчезает. Всю болезненность в нас формируют лишь отвергнутые ощущения.

И здесь тема, рассматриваемая нами, начинает обретать гораздо более емкий и масштабный характер. Оказывается, все (абсолютно все!) наши *неприятности* — это всего-навсего наши *непринятости*. Увы, друзья, сколько копий сломано, сколько трактатов написано в тщетных спорах и бесплодных попытках найти «корень зла», первопричину всех проблем, а она между тем все это время была рядом — буквально на кончике нашего языка. Просто мы давно разучились слышать себя. Мы сделали свои слова настолько лживыми, что не считаем нужным прислушиваться даже к тому, что говорим сами. А напрасно.

Этимология слов, которые мы используем, смысл, заложенный в них изначально, являются подсказкой, проходом в то беспроблемное целостное



пространство, о котором мы все мечтаем. Любое *несчастье* случается с нами только по одной причине — оттого, что мы *не с частью*, оттого, что мы что-то отвергли, от чего-то отказались, и — заметьте! — речь идет не столько о событиях, сколько о состояниях, то есть — о тех ощущениях, которые этим событиям соответствуют.

— *Дураком нельзя быть отчасти*, — смеется Дурак. — *Дурак может быть только с частью. И в этом его Счастье.*

Отсюда следует элементарно простой вывод. Тебе надоели неприятности (*неприятности*)? Так сделай их приятностями — прими их. Тебе отравляет жизнь стук в дверь? Отвори ее. Отворите в себе все двери! Только так в вас *часть с частью* соединится, создавая *Счастье*.

Но почему это сделать так непросто? И как сделать, чтобы это стало возможным? Об этом — все наше исследование. Укрупняем тему.

Мы окружены огромным Миром, который управляется множеством законов и принципов. Их действительно великое множество, начиная от законов ухаживания и заканчивая фундаментальными законами сохранения. Но все это — Мир Человека. И что бы ни утверждали по поводу объективности такого мира, ее не существует. Наше пространство создано человеком, создано им исключительно «под себя», а потому совершенно субъективно, и все законы в нем условны и не абсолютны.

Глубоко вдаваться в эту тему я сейчас не буду, во-первых — по причине ее необъятности, во-вторых — в предыдущих книгах она уже обсуждалась, и, наконец, — чуть позже мы к ней обязательно еще вернемся. Поэтому, пользуясь моментом, просто повторю свое наглое утверждение — мы живем в достаточно условном мире, который создали сами, а все законы этого мира субъективны и услов-



ны. Это значит, что их может и не быть. Это значит, что дважды два вовсе не обязано равняться четырем, что скорость света далеко не всегда константа, а смерть совсем не так естественна и неизбежна, как принято считать.

Любой закон в нашем пространстве всего лишь отражает глубинную потребность человека в самом себе. Любой! — кроме одного. В Мире существует только один **надчеловеческий закон** — **Закон Цельности и Единства**. Все прочее — суета сует. Только один Закон *и только одна изначальная, абсолютной силы динамика, направленная на восстановление и сохранение этого закона*. Все прочие динамики, создаваемые, например, электромагнитными силами, силами гравитации и другими, — всего лишь ее следствия. Все динамики природного и стихийного характера — ее следствия. Все динамики социальных и межличностных отношений — всего лишь ее следствия.

А еще существует в Мире Человека грех. Тоже один. Это нарушение Закона Цельности и Единства или сопротивление ему. Только не спешите крикаться, вспоминая религиозные страшилки, потому как грех этот... как бы и не совсем грех. Ну, скажите, сунуть пальцы в розетку — это грех? Назовите это как хотите, но, когда вас тряхнет как следует, не забудьте о Законе Цельности и Единства вспомнить. Как ни странно, вы его в этот момент злостно нарушили. Непонятно? Ничего, это скоро пройдет.

Все дело в том, что грош цена была бы этому Закону, если бы узнать о нем можно было только из книг или чьих-то уст. Истинный закон — он всегда и везде, его не нужно доказывать, а уж тем более — вбивать в чью-то голову. Он реален, как истина, потому что он *ощущаем*. Вот вы, например, ощущаете его? Нет? Точно, нет? Значит, одно из двух — либо нереален Закон, либо вы. Как вы полагаете, кто?

Мне вот почему-то за вас тревожно. За Закон я как-то больше спокоен, ну, что с ним сделается? Так в чем здесь дело? Что происходит? Вопрос, как понимаете, не праздный — речь идет о вашей реальности. Давайте разбираться.

Оказывается, человек, придя в Мир, не потерял единства с системой, его создавшей. Он продолжает находиться с ней в неразрывной связи, непрерывно ощущая каждую ее вибрацию, каждый ее сигнал. Именно — **ощущая**. Это важный момент. Только через канал ощущений человек может поддерживать непрерывную связь со своим первоисточником, можете назвать его Вселенной, можете — Богом.

И все было прекрасно, пока он не начал стремительно «очеловечиваться». Необходимость выживания в сложных условиях, а главное — непрерывное усложнение вначале межличностных, а затем социальных отношений привели к безудержному росту интеллектуальной составляющей его сознания. Человек стал не просто разумен, он стал *безудержно* разумен. Что это значит и что здесь плохого? Его разум, его *ментал* стал доминировать и постепенно узурпировал все человеческое сознание, сделав его полностью *ментальным*. Результатом стала невозможность прямого *восприятия* действительности, ментал на нее может теперь лишь *реагировать*.

Это поворотная точка в эволюции человеческого сознания. Именно в этот момент человек теряет прямое ощущение Мира, Вселенной, Бога, а значит, утрачивает единство с ними, лишается Целостности. Все, на этом его безоблачное детство заканчивается. Отныне в его пространстве нет «готового» Бога, нет безусловной радости, нет «бесплатного» Счастья и изобилия. Теперь ему все это необходимо создавать самому, причем исключительно из своих представлений. Мир для человека из потока ощущений превращается в набор понятий, он переста-



ет его ощущать, он его теперь способен только *думать*.

Ментал становится антагонистом каналу ощущений. Сосуществовать с ним он не в состоянии. Поэтому мы можем или ощущать, или думать об ощущениях, то есть — или жить, или составлять бесконечные планы по поводу жизни. Мир, Бог, Счастье превращаются всего лишь в набор понятий, они стремительно отдаляются от человека, ибо перестают быть для него *данностью*. По-другому быть не может — для человека реально только то, что он ощущает; то, что он ощутить не в состоянии, ему надо доказывать.

С этого момента начинается страшное одиночество человека. Он больше не ощущает в себе единство с чем бы то ни было и изо всех сил пытается заполнить эту пустоту бесчисленными ментальными системами и схемами. Он строит культуру — набор ментальных предписаний и правил, цель которых — вернуть утраченную радость жизни человеку и сделать его счастливее. Он создает многочисленные системы воспитания, дабы никто не ошибся в выборе правильного счастья. Он заполняет свою жизнь массой искусственных источников удовольствия — все больше теряя радость как таковую и все дальше оказываясь от себя естественного и целостного.

...Уф-ф, а ну признайтесь — вы еще не устали от всей этой зауми, еще не уснули?

— Ну, что ты, что ты... — отвечает Дурак, смущенно прикрывая рот ладошкой. — *Просто я всегда зеваю, когда мне интересно.*

Искренне надеюсь. Ибо в том, что вы только что прочли, сокрыт ответ на вопросы, которыми каждый неоднократно изводил себя, друзей и самого Бога в придачу.

— *Почему?!* — признайтесь, сколько раз вы вот так зывали к высшим силам в надежде на утешение?

И еще так:

— *Почему именно со мной?!*

И, наконец, вершина человеческой трагедии:

— *За что?!*

Чуть выше мы уже упоминали, что с какого-то момента человек перестает воспринимать окружающий его Мир и начинает на него всего лишь реагировать. Именно отсюда берут начало все его неприятности.

Вслушаемся в слово «*восприятие*» — в чем его суть? В приятии. В слово «*реагировать*» вслушиваться не надо, просто вспомните его смысл. Любая реакция — это всегда сопротивление. Вот и все. Как видите, наш язык вновь вносит предельную ясность в суть вопроса. Осталось уточнить детали.

Поскольку именно через канал ощущений человек сохраняет связь с миром, ему крайне необходим каждый нюанс проживаемого состояния, каждое ощущение. Но что делает он? Он блокирует естественную способность к восприятию искусственно созданным механизмом реагирования, а по сути — неприятия, и искренне полагает, что делает этим свою жизнь более счастливой и спокойной.

Но любое ощущение, от которого человек отказался, ему совершенно необходимо, и теперь оно будет преследовать его всю оставшуюся жизнь, требуя своего приятия. Причем с каждым новым приходом болезненность ощущений будет становиться больше, а ситуация, которая их сформировала, — масштабней.

Так система пытается восстановить свою целостность, и — можете не сомневаться — она ее восстанавливает. Любой ценой! И дело здесь не в какой-то мифической мстительности или гневливости Бога, а в общих принципах существования. Ведь напомним, самая сильная динамика нашего мира — это динамика, направленная на восстановление утраченной



Цельности и Единства, глупо пытаться с ней спорить.

Как мы уже сказали, именно здесь начало всех наших проблем, и именно в этот момент у нашего Счастья появляется табуированная «зона проктологии». Но все же — откуда она у него появляется? И из чего, в конце концов, эта окаянная проктология состоит?

Чем умнее становится человек, тем более организованной он стремится сделать среду своего обитания.

— *А как иначе?* — смеется Дурак. — *Дело известное: мухи — отдельно, варенье — отдельно.*

Совершенно верно, именно так поступает ментал. Он формирует в сознании своего рода устройство для упорядочения внутреннего пространства — механизм подавления и вытеснения. Порядок, естественно, будет наводиться в соответствии с его принципами.

— *Принципы,* — сочувственно смеется Дурак, — *неотличимы от комплексов.*

И, действительно, обратите внимание, как точно соответствуют ментальные механизмы внешнему способу существования человека. Как мы организуем свое жизненное пространство? Сортируем его, используя традиционные рецепты — отделяя зерна от плевел. Плевелы, естественно, подальше от себя, зерна — поближе. А как иначе? Все представляющее опасность — с глаз долой!

Всех преступников, например, можно собрать да и выслать куда-нибудь подальше — в Сибирь, скажем, или на необитаемый остров. А тех, кто «не высылается», тоже как-то разумно организовать — в резервации, предположим, или в гетто. Тюрьмы, впрочем, тоже неплохо, концлагеря — опять же...

У ментала тоже есть своя резервация, свои концлагерь и тюрьма. Первое, что он начинает делать,

став диктатором, именно что — «отделять зерна от плевел», светлое от темного, зло от добра, болезненные ощущения от комфортных. И все непринятое и болезненное, всю тревогу и страх, все смущающее и напоминающее о несовершенстве вытесняет затем на задворки сознания — в подсознание.

*Вытеснение и подавление* — это два мощнейших рычага механизма реагирования. Какая там Целостность, какое Единство! Если что-то вызывает дискомфорт — значит, враждебное. Так в нашем сознании формируется болезненная и неприкосновенная зона — зародыш той самой проктологии, которой мы вынуждены заниматься.

Повторимся — зона эта находится в подсознании, а значит, сознательно ее отследить невозможно. Мы даже в малой степени не догадываемся, что в ней живет. А живет там, как вы уже поняли, много чего... Любое непринятое ощущение — это энергия. Став запертой, она тут же теряет свое «человеческое лицо». Теперь это просто энергия, рвущаяся наружу, и поэтому может принять любое, самое ужасное обличие.

Весь подавленный материал автоматически превращается в энергию агрессии. Внутренняя агрессия нещадно разрывает нас изнутри, изо всех сил стремясь вырваться наружу, дабы разрушить все и там. Внутреннее пространство запертой энергии — это и есть тот ад, которым нас стращали с детства, правда, с одной оговоркой — ад этот создали мы, и находится он в нас.

Вот такое оно, истинное обличие нашей проктологии. Ну, как — вы по-прежнему хотите приблизиться к своему счастью? И готовы для этого встретиться со своими внутренними монстрами? А-а, так теперь вы туда ни ногой? Ну, что ж, тогда они к вам сами пожалуют, даже не сомневайтесь в этом.

Дело в том, что человек живет в мире, который он непрерывно творит сам. Причем в самом бук-



вальном смысле. И создает он его исключительно «из себя», то есть из того внутреннего материала, которым располагает. Поэтому абсолютно все, что сокрыто в глубинах вашего сознания, рано или поздно вы обнаружите рядом с собой. Возможно, вы не сразу поверите, что вот эта дрянь рядом — ваша законная часть. Ну что ж, не поверите в этот раз — попробуйте это сделать в следующий. Или в последующий. Поверьте, таких возможностей у вас теперь будет великое множество, ибо дрянь, которую не приняли, неизбежно становится вашей пожизненной спутницей.

Это важно, и об этом никогда не стоит забывать: любая неприятность, болезнь, несчастный случай — это всего лишь проекция вашего сознания. Это все та же проктология, только вынесенная наружу. Проктология, которой стало тесно внутри.

— *С тобой случается только ты сам,* — хохочет Дурак.

Увы, но именно так — от болячки к болячке, от ссоры к ссоре, от аварии к аварии мы знакомимся с собой. Согласитесь — душераздирающая картина. Так и хочется сказать, что все это чепуха на постном масле, а все наши неприятности — просто досадные недоразумения и случайности.

— *Случайность,* — лукаво вздыхает Дурак, — *это внезапно наступившая неизбежность.*

Скорее всего он прав, поэтому вряд ли стоит дожидаться «гостей из преисподней» для того, чтобы сделать первые движения в сторону Счастья. Разрешаю вам оставить эту главу недочитанной и заглянуть прямо сейчас во вторую часть книги. Прочтите в ней первый раздел и пригласите на танец своего внутреннего Дурака. Он поможет вам освоить первые квадратные сантиметры *того самого места* у Счастья. И знаете, самое смешное, что вам понравится.

А для тех, кто еще здесь, — следующее замечание. Да, друзья, в каждом из нас буквально залежи подавленной боли и страдания. И для кого-то может показаться кощунственной рекомендация открыться этой боли и впустить в себя страдание. Но не спешите пугаться. Все дело в том, что болезненных ощущений на самом деле не существует.

Не существует! Боль — это грандиозная ложь ментала, направленная исключительно на его самосохранение. Любое ощущение — это просто информационный импульс, это сигнал о том, что в мире что-то произошло. Не станет зеркалу холодно от того, что в нем отразилась снежинка, и вряд ли чихнет ваше отражение, если вы пощекочете его нос соломинкой. Но очень может статься, что чихнете вы сами, всего лишь отреагировав на эту картину и автоматически запустив соответствующий рефлекс. Именно *отреагировав*.

Ментал каждому сигналу-ощущению придает конкретную эмоциональную окраску, превращая ощущение в чувство. Мы часто не замечаем разницы между ними, и это очень показательно. А разница между тем огромна. Ощущения — это окно в живой мир, чувства — в мир ментала. Боль или страдание — это всегда чувство. Это результат оценки ментала, результат его реакции на то ощущение, которое он счел опасным. По сути — это сопротивление ощущению, сопротивление прямому восприятию. Это важно.

*Страдание возникает лишь в одном случае — когда есть сопротивление тому, что ощущается.* Энергия, которую остановили неприятием, немедленно начинает рвать нас изнутри. Именно поэтому, снимая сопротивление перед болью, то есть восстанавливая в себе свободное движение энергии, мы немедленно перестаем эту боль испытывать.

Все, что мы предлагаем сейчас, равно как и все, что будет предлагаться позже, сводится к одной про-



стой рекомендации — **каждый раз делайте шаг навстречу**. Навстречу чему? Навстречу всему. Всему! Навстречу жизни во всех ее проявлениях. Навстречу каждому ощущению этой жизни. Многочисленные техники вам в этом помогут, они подскажут, как страдать, не страдая, как в боли отыскать силу, как, пройдя сквозь тоску, наполниться радостью.

Но главное все же не в техниках, а в постепенно формирующейся привычке жить в состоянии полной открытости, в состоянии распахнутого сердца. Причем вам для этого абсолютно ничего не нужно в себе менять, все, что предлагается сделать, — это честно увидеть себя и принять то, что вы увидели.

— *Не старайся помогать себе,* — смеется Дуррак, — *просто не мешай.*

Только так можно превратить то зло, которое мы носим в своем подсознании, во что-то конструктивное. *Зло* в переводе с латыни — *это то, что мне противоположно, то, что мне не соответствует, то, что я отрицаю и не желаю принимать.* Увы, но таковы критерии человеческого существования: *зло — это все, что не я.*

Чувствуете, как далеко способен завести ментальный способ существования, суть которого — реагирование? И дело здесь вовсе не в том, что ментал генерирует зло — подумаешь! экая невидаль — а в том, что *только* зло. Поверьте, у нас было б не меньше проблем, если бы ментал вдруг стал источником только добра. Что зло, что добро — это всегда западание на одну половину действительности. Результат — неизбежные проблемы, ибо нарушена Целостность. А ведь только она, родимая, нас и интересует.

Итак, какой альтернативный способ существования мы предлагаем? Он очень прост, и я уверен, вы о нем неоднократно слышали — *Смирение*. Вот, собственно, и все.

Как, вы разочарованы? Вы ожидали совсем другого? Чего-то позамысловатей и пооригинальней, под стать Дураку? Не спешите. То Смирение, о котором я говорю, действительно ему под стать. Да и не ему одному. Смирение — это первая, а похоже, что и задняя характеристика самого Бога. В смысле — единственная. Вы о таком Боге еще не слышали? — смиренный Бог... Не знаю, как вам, а мне нравится. Станем как боги — смиренны...

Возможно, вы уже догадались, куда я клоню. Я предлагаю продолжить декодировать привычные понятия. Я предлагаю вспомнить тот изначальный смысл, носителем которого они когда-то были. Да и вообще, друзья, похоже, что раньше наш язык был не столь лжив, как сейчас, и слово в нем действительно было носителем чего-то настоящего.

— *В начале было Слово*, — немедленно расплывается в улыбке Дурак, — *а потом слова, слова, слова...*

Истинное значение слова «смирение» — *с миром единение*, и, согласитесь, все сразу становится на свои места. Мне трудно сказать, когда оно превратилось в символ безвольной покорности — «Бог терпел и нам велел», но произошло это явно не случайно. Чуть позже мы об этом еще поговорим.

Итак — с Миром Единение. Как видите, мы вновь выходим все на тот же вездесущий Закон Цельности и Единства. Мы последовательны, и это не может не радовать. Для достижения Смирения предлагаются три обязательных шага, объединенные в один. Не запутаться бы только в ногах! А шаги эти следующие.

1. Послушание.
2. Восприятие.
3. Ответственность.

Согласен, и звучит не так что б очень, и понятно не более чем. Но только по одной причине — мы



вновь пытаемся придать словам привычный смысл. А что, если попробовать их оживить?

В традиционном понимании послушник — это тот, кто исправно выполняет предписанное. Не важно, кем предписанное — церковью или Богом, главное, что он слушает *кого-то рядом* и прислушивается к *чему-то не в себе*. Истинное же послушание — это умение (более того — необходимость) услышать именно себя, свои внутренние сигналы, свою внутреннюю правду, это умение жить в канале ощущений. Это сложно. Для современного человека — почти невозможно.

Ментал своим несмолкаемым шумом не позволяет нам слышать себя. Он вполне осознанно нас *забалтывает*. А главное — для того чтобы услышать голос Бога, живущего в нас, голос интуиции, для того чтобы войти в канал ощущений, нам обязательно придется пройти слой подавленного и вытесненного в подсознание материала. То есть — погружаясь в себя, мы неизбежно на себя же и наткнемся. В виде тех болезненных и ужасных монстров, о которых мы уже говорили.

Так мы вновь сталкиваемся с необходимостью их приятия — приятия боли, приятия страха, страдания. Увы, но другого пути к Богу нет. А если кто-то вам скажет, что есть, — плюньте ему прямо в Третий глаз, пусть протрет его хорошенько, может, и увидит, что любой путь — это всегда только путь в себя.

Как можно пройти этот болезненный слой, как научиться слышать себя? Усилием воли, ментальной установкой этого сделать нельзя. Мы предлагаем специально разработанные технологии, позволяющие справиться с менталом и принять любую болезненность. Сразу заметим, что в мире и без нас существует великое множество техник, направленных на укрощение ментала, но почти все



они сориентированы на обход проблемных состояний, на уход из них, а по сути — на бегство. Надеюсь, вы уже понимаете, что речь идет о бегстве от себя.

Это важный момент, который я буду постоянно подчеркивать, — все технологии, описанные во второй части книги, направлены исключительно на снятие сопротивления перед чем бы то ни было — перед болью, страхом, раздражением и т. д., но во все не на избавление от всего этого. Зато, как только вам удастся принять негатив, болезненность ощущений начнет стремительно исчезать, а физическое состояние и внешний ряд событий — приходить в порядок.

Мы привыкли по-другому, по-молодецки, с размаху — а ну, раззудись плечо, размахнись рука, и — хрясь! — по тому, что нас не устраивает. Причем «хряснуть» мы можем чем угодно, сгодятся и молитва, и медитация, даже смех, даже любовь (как бы любовь) мы приловчились использовать как инструмент для приведения Мира в порядок. В какой порядок? В тот, естественно, который знает ментал. А что, бывает другой?

Мы привычно и не задумываясь применяем к Миру насилие, изо всех сил стараясь придать ему божеский вид. Тот «вид Бога», который нам привычен, знаком, на который ментал охотно даст свое согласие. Увы, трижды, увы, нам, косметологам Бога, «работникам ножа и топора, романтикам с большой дороги».

*Послушание* — это возвращение к себе, это умение слышать свой внутренний голос, *свою правду*, своего Бога. Только через послушание можно ощутить полноценную и честную сопричастность со всем окружением. Только послушание подскажет, чего ждет от вас Мир и что необходимо сделать для реализации своего истинного намерения, сво-



ей жизненной потребности. Или, напротив, чего делать не стоит.

Именно послушание я имел в виду, говоря о ваших пальцах в розетке, а по сути — о тех многочисленных ситуациях, когда мы вначале делаем что-то, а потом сами удивляемся нелепости и иррациональности содеянного. Ну, скажите, почему мы совершаем глупости? Исключительно потому, что это *благоглупости*, то есть все они смотивированы иллюзией лжедостижения лжеблага.

Кто этот великий мотиватор? Все тот же ментал. Все наши якобы рациональные поступки он мотивирует напрямую — логикой, иррациональные чуть иначе — в обход, через подсознательные программы, автором которых он же и является. Такой вот «ментальный закон маленькой цельности и небольшого единства» у нас получается, такое вот сомнительное ощущение своей внутренней правды...

А всего-то и надо — оказавшись перед очередной «розеткой», заглянуть в себя и спросить: «*А могу ли я этого не делать?*» Спросить себя — не голову, не мозги, а свое тело, каждую свою клеточку. И ни в коем случае не делать, если ощутили, что не делать можете. Ну, а если выбрали делать — то делайте все с удовольствием. Это и будет вашим послушанием.

Мы не предлагаем совершать великих духовных подвигов — зачем себя ломать и калечить? Наш призыв иной — непрерывное движение в сторону комфорта. Повторим еще раз, ибо это крайне важно: итог истинного послушания — всегда движение в сторону комфорта. Комфорта не ментального, а гораздо более глубокого — сенсорного, внутреннего.

Имейте, кстати, в виду — на протяжении всего нашего пути я еще неоднократно и очень жестко буду нападать на ментал. Но вовсе не потому, что он плохой. А только потому, что он больной. Он болен самим собой, и такие наезды для него — лучшее

лекарство. Но как только он сумеет признать равноправность других составляющих человеческого сознания, мы тут же начнем с ним снова дружить. А любить его мы и сейчас не прекращаем. Помните, в Притчах: *«Бог кого любит, того и наказывает»?* Вот и мы так же, по-Божески.

Второй шаг к Смирению — это *Восприятие*. Это то, вокруг чего вращается весь наш разговор. Вся книга, все техники в ней посвящены именно *восприятию*, то есть — умению принимать свою жизнь тотально и безусловно.

Поэтому, не задерживаясь сейчас на этой теме, сразу переходим к шагу третьему — *Ответственности*. И признайтесь — немедленно что-то напряглось, появилось внутри некое сопротивление. И появилось оно совершенно оправданно. Ибо всю жизнь нас напрягали призывом быть ответственными *перед* кем-то и *за* что-то. Тем самым непрерывно навязывая нам некоего внешнего судью — закон, народ, мораль, привычно превращая нас в послушную жертву.

Между тем Бог никогда не будет нас судить *за что-то* — за поступки, образ жизни, привычки.

— *Если Бог советует тебе сменить привычки*, — смеется Дурак, — *смени лучше Бога*.

Бог нас вообще ни за что судить не будет, уж он-то точно знает, что неверных путей не бывает, что любая дорога всегда заканчивается в его прихожей. Или начинается, что, по сути, одно и то же.

Истинная ответственность — это необходимость отвечать *«на»*, но вовсе не *«за»*. Отвечать все на те же внутренние сигналы и позывы, которые мы *восприняли* в процессе *послушания*.

То есть мы позволили себе услышать свое «ну-тро», возможно, самую болезненную его часть, сняли ментальную оценку услышанному и — как результат — полноценно *восприняли* все. Теперь самое время ответить поступком на воспринятый сигнал.



Только после этого в нашу жизнь войдет что-то действительно новое — здоровье, деньги, счастье.

Иными словами, ответственность — это не что иное, как творчество. Это реализация глубинной потребности человека к творению, к сотворению. Это умение незаинтересованно (но радостно!), без насилия (но с полной отдачей!) моделировать свою реальность.

Тема эта очень емкая, многогранная и ныне крайне актуальная. О создании новых реальностей сейчас разве что ленивый не говорит. И если бы только говорил! Так нет, прознали где-то, что реальность — это всего лишь сырая глина, и ну ее комкать! Даешь, дескать, здоровое тело, успешный бизнес и воскрешенного родственника рядом!

А о том, что будет завтра, послезавтра, да и не только с собой, а уже со всем Миром, задумываться как-то неохота. Но придется. Этот самый Мир заставит. Уже заставляет. Чуть позже, в главе, посвященной внешним точкам опоры, мы поговорим об этом подробнее.

Вам будет предложено подойти к этому вопросу несколько иначе, с большим уважением. Обратите внимание: в нашей схеме **Смирения Ответственности**, то есть творчество, внешнее выражение внутренней потребности, стоит лишь третьим пунктом. Это не случайно. Нас окружает Мир, созданный Богом «из себя», а это значит, что любой фрагмент Мира не просто божественен, а Богом же является. В этом находит выражение фрактальная природа нашей Вселенной. Кто имеет право «комкать» Бога и лепить из него что-то? Только сам Бог.

Именно осознанию Бога в себе посвящены первые предложенные вам шаги. **Именно осознанию себя Богом посвящена вся эта книга**. И лишь после того, как это случится (а случится это непременно!), мы подробно разберем все прикладные особенности фазы ответственности. И дадим конкретные техни-

ческие рекомендации, применимые к созданию любой реальности. Этому будет посвящена отдельная, уже следующая книга под достаточно странным названием «0,14». Более подробно о ней я расскажу в последней главе.

Сейчас же попробуем очень кратко суммировать то главное, что прозвучало в главе этой.

Мы взяли на себя смелость утверждать, что быть счастливым просто. Что для этого всего-то и нужно — любить свое Счастье, принимая его целиком, без всяких вычетов и исключений.

Мы определили причину всех наших проблем, и оказалось, что она всегда одна — это избирательное отношение к Счастью, это нежелание проживать те его аспекты, которые ментал расценил опасными и вредными.

Мы указали путь к «лечению своего Счастья», к превращению его «проктологической зоны» в полноценное жизненное пространство. И путь этот оказался столь же прост и естествен. Своей простотой, своей сутью он напоминает процесс дыхания. Наше дыхание — это то, о чем мы даже не задумываемся, что происходит как бы само по себе, то, что предельно легко и незаметно.

Каждый вдох — это приятие. Это глубоко сакральное действие, в которое включены буквально все физиологические механизмы. В момент вдоха человек открыт, он готов к приятию на очень глубоком уровне. Мы принимаем в себя Мир каждым своим вздохом и затем возвращаем его «на место», выдыхая. Каждый выдох — это творение, это привнесение в Мир чего-то нового, реализация своего творчества. Причем одна фаза дыхания неразрывно связана с другой!

Это банальное, казалось бы, утверждение имеет огромное значение. Не может дыхание состоять только из выдоха или только из вдоха. Как бы ни пытались нас уверить в обратном те, кто, не прини-



мая Мир, изо всех сил пытается его переделать, дополнить и улучшить или, напротив, кто предлагает в нем покорно и пассивно существовать в ожидании воздаяния за свое долготерпение.

Мы уже начали осваивать фазу вдоха. Это очень простая, предельно простая фаза! — если бы только она не была для нас столь сложной. Но лишь по одной причине — годами, десятилетиями, веками нас учили «дышать» по-другому, ограниченно, рафинированно, по сути — астматически. Сочувственно наблюдая, как мы все больше «синеем» и задыхаемся от такого ущербного «дыхания», от своего становящегося все более неполноценным способа существования.

В истории болезни каждого из нас в графе «причина смерти» должно быть записано одно: «*грабли*». Они ужасны, эти грабли, ужасны тем, что совершенно не видны. Они ментально естественны, привычны, а самое главное — необходимы для нашей социумной определенности. В их основе — привычки, стереотипы, традиции, то есть то отношение к миру и себе, которое проявляется в нас автоматически, почти рефлекторно.

Отследить эти грабли, научиться извлекать пользу от их присутствия в себе — славная задача, достойная каждого. Мы ее уже начали решать и решим обязательно.

Только вот торопиться не стоит. Просто «ныряйте» периодически во вторую часть этой книги и *планомерно*, одну за другой осваивайте технологии, там описанные. Хоть дело, в общем-то, не в них, а в тех шагах внутрь себя, которые вы при этом будете делать, в том неизбежном изменении сознания, которое будет происходить. Смело шагните в свою проктологию! И не надо кривиться — вы давно уже там. Сделайте это впервые с комфортом и готовностью — освоив «*Танец Дурака*».



## ПРОЦЕДУРА ВТОРАЯ: СМЕШНАЯ

### О СМЕХЕ

— *Испытывай к ближнему своему глубокое чувство юмора, — смеется Дурак.*

Вот и сделан первый шаг в пространство Счастья. И если вас все же смущает, что мы к нему пробуем попасть через столь пикантное место, спешу успокоить — то ли еще будет!

Еще не раз мне придется наезжать на вашу честь и достоинство своими непристойностями, ибо, увы, в обнимку с этим геморроем сознания нам далеко не уехать. Так что просто прислушаемся к своему Дураку и сделаем следующий шаг.

— *Вы затронули мою честь!* — возмущенно хохочет Дурак. — *Ну, так куда же вы? Потрогайте, потрогайте еще!*

— *Свое Счастье каждый не понимает по-своему...* — сочувственно смеется он, глядя нам вслед.

Итак, смех. Давайте прямо с него и начнем, ибо последнее это дело — говорить о том, чем заниматься надо. В общем, смеемся все! И для начала выдыхаем из легких весь воздух. Абсолютно весь. Выдыхаем

еще. И еще! Выдыхаем все, что можно выдохнуть, и даже немного больше. Выдохнули? Прекрасно, а теперь терпите. Терпите... Терпите еще. Терпите, вам сказано!.. До тех пор, пока ну очень сильно не захочется вдохнуть. Пока до невозможности не захочется вдохнуть! Но и после этого не вдыхайте, а отважно читайте дальше.

...Теперь не спеша, с полным вниманием к деталям *представьте себе окно с открытой форточкой... представили? — а в этой форточке... ГОЛУЮ ЗАДНИЦУ!!!*

Ну, как? Все-таки вдохнули? Даже без моего разрешения? И не просто вдохнули, а совершенно бессовестно высмеяли затем весь воздух? Правильно, я ведь обещал. Вот только почему? Почему подобная глупость сумела вызвать у вас смех? Может, всему виной ваш невзыскательный вкус?

На самом деле мы таким вот странным образом всего лишь запустили страховочный механизм нашего сознания, направленный на его самосохранение. О чем идет речь? Да все о том же — о смехе.

Именно так — через предварительный ввод в стрессовое состояние — легче всего вызвать в себе смех. Почему? Да потому, что смех — это всегда реакция на стрессовое состояние. Причем, согласитесь — реакция исключительно приятная. Оказывается, можно совершенно без усилий, буквально походя решать весьма непростые для ментала задачи. Да чего там, непростые — порой совершенно невозможные.

— Ну, и что тут непосильного? — возможно, удивитесь вы. — Подумаешь, задница в форточке, великое дело, да и в чем здесь, собственно, задача? Не спешите, то, что вы сделали сейчас (я очень надеюсь, что сделали, а не просто прочли), так вот, это было всего лишь демонстрацией физиологического принципа смеха. Демонстрацией, которая нам еще

пригодится. А в реальной жизни все, конечно же, происходит... да точно так все и происходит!

В любой нашей проблеме неизбежно присутствует своя, присущая именно ей задница в форточке. Вот только воспринимать ее мы привыкли по-другому, посерьезней, поблагопристойней и обязательно *пострадабельней*. Но суть ее от этого ничуть не меняется.

В основе проблемы всегда лежит некая несуразность, абсурдность, попросту говоря, несовместимость между тем, как все должно происходить, и тем, что реально происходит. Мы приучены на это реагировать серьезно и, как следствие, мучительно, ибо любая реакция — это всегда неприятие, неизбежный результат которого — остановка, «застревание» в нас энергии конфликтующих программ.

— *Серьезность*, — немедленно встречает Дурак, — *это нездоровая привычка делать простые вещи сложными.*

Напомним: любая остановленная энергия непременно стремится к освобождению и в буквальном смысле рвет нас на части, пытаясь вернуть себе утраченную динамику. Что и создает то пресловутое страдание, вокруг которого еще долго будет вертеться наш разговор.

— *Поэтому серьезным можно быть только в шутку*, — смеется Дурак с серьезным видом.

То есть, если мы честно попытаемся разобраться в обстоятельствах, вызывающих смех, то придем к совершенно невероятному и на первый взгляд нелепому выводу — причиной смеха всегда является страдание. Всегда!

Правда, страдание это цивилизованный человек изо всех сил обыгрывает, придавая ему вид искусственный, облегченный, откровенно ментальный и неопасный (комедии, анекдоты и пр.). Но глубинная суть заявленного от этого не меняется:



*смех — это естественная завершающая фаза любого страдания. Именно — естественная, поэтому состояние, при котором страдание не завершается смехом, для человека абсолютно неестественно и глубоко чуждо его природе.*

Немного смягчая вышесказанное, можно сказать, что смех — это показатель естественного завершения любого ментального конфуза. Пожалуй, от этого определения мы и будем танцевать дальше, как от печки.

Ну вот, сказать сказали, ментал, надо полагать, смугили, а смех-то где? Где обещанный результат конфуза? Мало, видимо, сконфузили, чуть позже попробуем еще раз. А пока давайте более детально разберемся в заявленном, ибо прозвучавшее в нем крайне важно.

«*Человечество выжило только потому, что научилось смеяться*», — с известной долей сарказма заявил некогда кто-то. Мы позволим себе повторить это высказывание, но уже безо всякой иронии.

В шестидесятых годах совсем недавно ушедшего века советский ученый, антрополог с мировым именем академик Б. Ф. Поршнев, исследуя особенности эволюции человеческого сознания, пришел к такому же выводу. По его словам, человек сумел выжить в сложнейший период своего становления только благодаря обретенной способности к *ультрапарадоксальному* состоянию сознания, а проще говоря — к *абсурду*. Абсурд — то есть состояние, возникающее при попытке совместить несовместимое, и есть начальное, причем совершенно обязательное условие возникновения смеха.

По мере усложнения социальных, а особенно межличностных отношений необходимость в принятии парадоксальных и неоднозначных решений нарастала лавинообразно. Ментал, зажатый в тиски достаточно убогих установок и предписаний,

гордо именуемых традицией, периодически оказывался в тупике, превращаясь из точного инструмента в бесполезный «заключивший» компьютер.

Когда нечто подобное происходит в «дикой» природе, животные часто впадают в ступор, вплоть до временного прекращения процессов жизнедеятельности, а при неоднократном повторении таких стрессовых состояний могут даже умереть. Компьютер в подобной ситуации нуждается в перезагрузке, то есть в сбросе программ, вызвавших в нем «внутренний конфликт». Человек же научился смеяться.

— *Грех не воспользоваться чужим грехом,* — с довольным видом смеется Дурак.

Обратите внимание — человек научился смеяться в ответ на неразрешимые и крайне болезненные ситуации, по сути, он начал смеяться, чтобы не страдать, а часто — чтобы не умереть. Смех помогал ему обнулить возникший парадокс, как бы «сбрасывая» застрявшую в ментальном механизме энергию. Это крайне важный момент! «Обесточенный» смехом ментал на какое-то время словно выключался, прекращая *реагировать* и переходя на полноценное *восприятие*. Человек в таком состоянии восстанавливал целостность сознания, на мгновение возвращая себе утраченную божественность.

— *Чем громче смех — тем ближе к Богу,* — бдительно напоминает Дурак.

Именно это качество смеха, эту его способность, обозначим ее еще раз — умение обнулить, а по сути — укротить ментал, мы выносим на первое по важности место и считаем самой актуальной для духовной эволюции человека.

— *Да здравствует ум!* — восторженно вопит Дурак. — *Именно он загоняет тебя в те тупики, где обитаю я!*

То же, что до сих пор виделось основным и самым значимым, а именно — выработка при смехе



*эндорфинов*, является всего лишь физиологической реакцией на абсурд, на ту боль и страдание, которые создает вечно конфликтующий и со всем не согласный ментал. Это просто анальгетик, услужливо предлагаемый нам *гипоталамусом* (отделом мозга, вырабатывающим эндорфины), задача которого — отвлечение от боли и страдания.

Складывается предельно парадоксальная ситуация: с одной стороны, эндорфины призваны отвлечь нас от ощущений, расцененных менталом болезненными, с другой — эти же эндорфины «глушат» ментал (как любой другой наркотик), растворяя его оценку, а значит, снимая болезненность «обменательных» ощущений. Что позволяет их полноценно прожить!

Однако не стоит ждать, что это случится само собой. Держите карман шире!.. Только сам человек, своим намерением, своей внутренней потребностью решает, что произойдет при смехе — отстранение от боли или интеграция с ней. Но имейте в виду — *заботливым воспитанием, совокупностью традиций и привычек в нас уже сформировано намерение, уже живет потребность удрать от всего беспокоящего, обижающего и травмирующего*. Именно оно включается, буквально на автомате, во всех проблемных ситуациях.

То есть, что мы сейчас делаем? Как всегда неожиданное — мы пытаемся, причем самым бессовестным и наглым образом, развенчать пресловутую полезность смеха. Развенчать полезность *пассивного смеха*. Здесь я прервусь и оставляю вас в несомненно озадаченном и, скорее всего, несогласном состоянии до самого конца главы, где мы снова вернемся к этому крайне важному аспекту рассматриваемой темы.

А продолжу я ответом на другое возражение, которое, я уверен, давно вибрирует на кончиках ваших губ.



— Какое там страдание! — должны были превратить меня вы еще на предыдущей странице. — Какая чушь! Мы смеемся, только когда нам весело, а не когда больно.

Конечно, конечно — именно в это нас приучали верить веками. И мы послушно верили и ждали, когда нас развеселит кто-то, а пока его рядом нет, этого желанного *кого-то*, мы столь же послушно терпели все свои внутренние негаразды и неурядицы, а что в этом такого? — все так делают, Бог и тот, как известно, терпел да нам велел...

Однако я вынужден повторить — причиной смеха всегда является страдание, внутренний дискомфорт, часто — страх. А не признается это нами лишь по одной причине — мы давно разучились прислушиваться к своим ощущениям и с огромной неохотой позволяем себе осознать то, что испытываем. И это совершенно понятно, вы просто сравните выражения: «испытываем» и «воспринимаем» — ощущаете разницу?

Все, что мы отказались воспринимать, мы теперь вынуждены *испытывать*, то есть пытаться, мучить себя уже обменталенными, а значит, ставшими болезненными ощущениями. Как снять эту болезненность? Вы уже знаете, что мы предлагаем для этого — смех.

Представьте себе картину: подростки в подвале жилого дома жестоко издеваются над взрослым человеком. Ужас? Ужас. Страшно? Еще бы. Теперь такой вариант: пожилой человек, пенсионер, безо всякой видимой причины устроил теракт в государственном учреждении, есть жертвы. Кошмар? Несомненно. А сейчас полный вариант этих «сообщений»:

*Дети в подвале играли в гестапо,  
зверски замучен сантехник Потапов.*



И соответственно:

*Дедушка в поле гранату нашел,  
дедушка сразу к обкому пошел,  
дернул колечко, бросил в окно,  
дедушка старый, ему все равно.*

Узнали? Еще бы, кто их не слышал, эти стихотворные страшилки, невольно вызывающие смех вперемешку со странным смущением, дескать — ну, разве над этим можно смеяться? Но ведь смеемся, любим это дело, коллекционируем даже.

Вершиной подобного творчества мне представляется предельно лаконичное: «*Едет Вова на машине, весь размазанный по шине*». Вот уж точно, и смех и грех.

Абсолютно весь так называемый *черный юмор* как раз и балансирует на грани между смехом и страданием. Граница между ними практически неуловима, и то, какое переживание мы выберем, зависит только от контекста нашего восприятия.

А что в нас создает этот контекст? Ментал, все тот же ментал, его программы и оценки... Вот и выходит, что во всех случаях только мы сами решаем, плакать нам или смеяться, грустить или радоваться. То есть не существует ситуаций объективно трагических или объективно смешных. Существует только наша оценка этих ситуаций.

Ну, хорошо, скажете вы, над своей болью еще можно посмеяться, а над чужой-то как? Не цинично ли это? Конечно, цинично, кто бы спорил. В этом суть любой насмешки — смеяться *над чем-то*. Но ведь наш разговор совсем о другом — мы предлагаем смеяться не «над», а «в» — не над болью, а в боли, не над страхом, а в нем, не над страданием, а в самом страдании. Смехом, а точнее — согласием, которое возникает в процессе смеха, мы впускаем в себя то или иное состояние, наполняемся им. Насмешкой же — отстраняемся.

Войти в чужую боль, смехом снять сопротивление перед ней и полностью ее воспринять — вряд ли это можно назвать цинизмом. Зато чепухой и полной дуристикой — вполне. Ибо все вышесказанное «не влезает ни в одни ворота» из тех, куда нас всю жизнь «влезать» учили.

Действительно, ну как это — смехом впустить в себя страдание? Возможное ли это дело? Оказывается, вполне; о том, как именно это сделать, вы прочтете во второй части книги, но, осваивая технологию, еще раз обратите внимание — вам предлагается смеяться не «над», а всегда только «в». И для того, чтобы навсегда избежать путаницы в этом вопросе, мы вводим новый термин «*просмеивать*», в противовес расхожему «осмеивать».

Мы предлагаем не осмеивать проблему, боль или неуверенность, а именно просмеивать их. Просмеивать как бы изнутри, вскрывая смехом эти состояния, освобождая их из оценочного ментального плена и полноценно проживая, интегрируясь с ними.

А самое главное — получая от этого, казалось бы, совершенно неуместное удовлетворение, даже удовольствие. И в этом основная странность предлагаемого мероприятия. Превратить страдание в удовольствие — да уж, такая задача разве что Дураку по плечу.

— *Какое там — по плечу*, — гордо расправляет плечи Дурак, — *по колено, разве что...*

А вы что думали? Уж коли мы решили лечить свое Счастье от проказы заменталенного сознания, то и задачи нам теперь придется решать соответствующие. Хоть на самом деле это представляется нам сложным лишь потому, что пока только представляется. Как только начнет делаться — все сразу станет на свои места. И сложность останется только одна — делать.

То есть, что мы предлагаем сейчас? Начинаем искать, друзья, смело обозреваем свое замысловатое



жизненное пространство, тестируем внутренние состояния и безжалостно и предельно честно отыскиваем в нем все «проктологинки», все метастазинки своего горемычного Счастья для последующего превращения их в крупинцы Счастья уже здорового и большого. Именно так — крупинца к крупинце, удовольствие к удовольствию, радость к радости мы и начнем восстанавливать его целостность. А пресловутым камнем, волшебным и философским, тем самым, который сделает возможной подобную трансформацию, будет смех.

Именно в этом специфика предлагаемой работы — мы начинаем смеяться, а говоря о технологии смеха — включаем в себе смех в состояниях негативных, болезненных и некомфортных и прекращаем смеяться (выключаем смех) лишь после наступления состояний положительных, комфортных и безболезненных.

Такой подход отражает саму суть смеха, ибо *мы* (все же!) *смеемся не оттого, что нам весело, отнюдь, — это весело нам становится только оттого, что мы смеемся*. Просто прислушайтесь к себе, вспомните... и вы поймете, что я прав. Хоть дело вовсе не в моей правоте (пропади она пропадом!), а в естественной правде самой природы, в целесообразности тех механизмов, которыми она одарила наше сознание. И не ее вина, что многие века мы использовали эти механизмы вхолостую, «по-наркомански», стараясь выжать из них побольше удовольствия, но очень мало при этом позволяя меняться себе.

Нет ничего плохого в смехе *вообще*, да это здорово, это чертовски приятно, но давайте все же будем честны перед собой. Секс, например, он ведь не менее приятен, но есть у него еще одна немаловажная задача, и в нужное время мы о ней неизбежно вспоминаем. Так вот — не пора ли и нам о своих «детюшках» подумать? Не все же вхолостую кайф-то получать.

Ну, как вы? Согласны «родить»? Я рад за вас. Пусть тогда то, что я делаю с вами, считается прелюдией, а все остальное вы уж как-нибудь без меня, в глубоком интимае, то бишь — в самостоятельной работе. Договорились?

А я, так и быть, прелюдию эту продолжу, постараюсь вас ментально взбудоражить и настроить на грядущий интимный союз с вашим Счастьем.

Говоря о том, что смех — это продукт страдания, мы тем самым утверждаем, что он есть производное от проблемы. Ибо проблема и страдание — суть одно. Но что такое проблема вообще? Что собой представляет то, без чего человеческое большинство не мыслит своего существования?

Для этого самого большинства проблема — это тупик. Это остановка, это то, что напряжно и болезненно, а значит, не нужно. Проблем надо традиционно избегать, их учат обходить стороной, проблема — это то, что хочется переложить на чужие плечи, то, что может сломать и даже угробить, то есть довести до гроба. Но именно нарастание интенсивности и масштабности проблем привело некогда к возникновению у человека механизма смеха. И, по всей видимости, это не случайно. Что же происходит с проблемой, когда человек смеется? А главное — что произойдет с человеком, который смеется в проблеме?

Начнем с того, что проблем в привычном понимании не бывает. *Любая проблема — это всего лишь возможность*, которая приходит к человеку, когда он готов к переходу в пространство с новым качеством, либо когда он считает, что готов к такому переходу.

Проблема всегда приходит с решением, причем ее истинное решение — это некая подвижка в сознании, только так можно создать проход в искомое пространство. Поэтому только от самого человека,



от его внутренней готовности зависит, что он позволит себе увидеть — проблему или проход, и от чего он отмахнется — от возможной болезненности либо от долгожданной возможности.

Но почему проход в новое качество зачастую столь болезнен и устрашающ? Дело в том, что страданием становится любая возможность, которая не устраивает ментал, а его не устраивает многое. Его пугает все, что отсутствует в копилке его опыта, то есть все новое. И он отказывается видеть возможность возможностью, блокируя ее несогласием, в основе которого всегда боль или страх. Так *жизнеутверждающая проблема* становится мрачным страданием.

Ментал не любит перемен, он предпочитает обжитую, утоптанную (местами вытоптанную) территорию, где ему все знакомо, а значит — безопасно. Проблема же — это гость из другого измерения, пусть совсем немного, но другого. Она напоминает о необходимости изменения и обновления, что для ментала совершенно неприемлемо. Обновление для него равносильно смерти. Он немедленно начинает борьбу за свое выживание, и... мы остаемся прежними. И с нами ничего качественно нового не происходит, и жизнь — живая и изобильная — случается с кем-то другим. А нам достается все та же привычная и нескончаемая борьба.

С проблемой никогда не нужно бороться, в нее нужно просто войти. Войти безбоязненно и по возможности радостно. С распахнутыми руками и открытым сердцем. Так мы открываемся новому пространству, новым возможностям, открываемся Счастью без всяких признаков проктологии. А главное — себе. Если вы решились впустить в себя проблему, если сумели войти в нее — неизбежно вернуться преобразенными. Как Иван-Дурак из котла с кипящим молоком.

— *Люблю я это дело...* — сладко потягивается Дурак.

Войти в новое пространство можно только сквозь себя самого. Сквозь ту проктологию, которой посвящена эта книга. Представляете, насколько чудовищна и отвратительна эта наша изнанка, если мы шарахаемся от нее, то бишь — от себя, как черт от ладана?

Но достаточно всего лишь узнать себя в проблеме, не испугаться и сделать шаг навстречу, как немедленно одним геморроем в нашей жизни станет меньше, а одним новым пространством, одной крупицей Счастья — больше.

Как это сделать? Ведь это действительно непросто. Вся совокупность наших привычек, традиций, в которых нас воспитывали, провоцирует нас на иное. «Борьба!» — вот тот призыв, которому нам предлагают следовать с детства, — непрерывная и повсеместная борьба со всем плохим, опасным и неправильным.

Но наш внутренний Дурак не знает, что такое правильное...

— *Знаю, знаю,* — смеется Дурак. — *Правильное — это то, чем тобой правят.*

Да, извиняюсь, но наш Дурак хорошо знает, что такое правильное, а потому никогда правильно не поступает. Только неправильно. А неправильно — это не так, как положено, не так, как предписано, несерьезно.

Постичь суть проблемы можно, лишь засмеявшись в ней. Оттого, наверное, у англичан и поныне существует поговорка: «Научи меня смеяться, спаси мою душу».

Смех все опрокидывает вверх тормашками и выворачивает наизнанку, поэтому, если вы заметили, что фортуна повернулась к вам задом, самое время рассмеяться, дабы придать ей более приемлемое положение.



Дурак, он ведь тоже всегда смеется. И от его смеха неизбежно происходит странное. Монолитное пространство проблемы словно раскалывается, образуя проход. Проход в новое измерение, в новое качество, в ту область нашего сознания, о существовании которой мы даже не подозревали.

Именно так. Смех расщепляет действительность, создавая вначале щель, а затем полноценный проход в особое пространство, в пространство чистого потенциала, в пространство неограниченных возможностей и, более того, — безграничных невозможностей. И мы с вами в это пространство будем отважно входить и не спеша его осваивать. Уже входим. Уже примеряем на себя и пробуем на зубок. Смелее же — самое интересное еще впереди!

\* \* \*

Итак, давайте уточним, в чем конкретно может помочь нам смех. И как он предполагает лечить «занемощее Счастье»?

Для этого вспомним о сути исследуемой проктологии. Ее корни — в безудержном стремлении ментала к анализу отдельных фрагментов реальности и, как следствие, — к ее разделению на составляющие. Так Мир, в который мы поместили себя, теряет свою Целостность. Так фрагментируется наше сознание. Аналитическая составляющая нашего сознания — ментал — каждому фрагменту реальности дает свою оценку, свою смысловую окраску. Но вся его оценочная база зиждется на двух примитивных утверждениях: в этом мире есть хорошее и есть плохое, есть полезное ему, а есть опасное и вредное, есть приятное, а есть болезненное. Вот и все — за пределами этих утверждений его мудрость заканчивается. И заканчивается она вместе с беспроblemным существованием.

Все, расцененное плохим, ментал отвергает и вытесняет на задворки сознания, дабы не травмировать себя (по его мнению — нас) ненужным страданием. Но с этого момента все им отвергнутое из всех сил начинает стремиться обратно — в наше сознание, а значит, в нашу жизнь, проявляясь как в событиях, так и в физическом состоянии. И делает это оно (то бишь — отвергнутое нами) всеми правдами и неправдами, выстраивая порой сложнейшую цепь взаимоотношений и событий.

Так в нашу жизнь входит рок, фатум, обреченность. Так формируется наша хромая судьба, а по сути — то, что мы нарекли проктологией.

То есть в основе проктологии (только не путайте — *нашей* проктологии!) лежит разделение, оценка и неизбежное отрицание. Все это — продукт деятельности ментала. Ментал и есть тот коварный «вирусоноситель», что некогда «инфицировал» наше Счастье, поэтому именно на него направлены все наши мероприятия.

Смех — уникальный инструмент для «ментальной дезинфекции». Его ценность в том, что ментал в процессе смеха словно засыпает, освобождая канал ощущений, а значит, позволяя услышать свое «нутро», свой внутренний голос, свои истинные потребности.

Ощущения, лишённые ментальной оценки, перестают быть болезненными и наконец-то полноценно нами проживаются. Все — с этого момента им нет необходимости преследовать нас и всячески досаждать. Проблемы, проявленные ими, решены в причине. Решены нашим приятием. Уникальность смеха еще и в том, что он всегда работает как бы в двух направлениях: в Причине, помогая восстановить Целостность, и одновременно с болезненными симптомами, то есть — с реальной болью и страданием.



Но, пожалуй, самое главное, что при регулярном использовании смеха плавно, но необратимо меняется сознание. Меняется в сторону его полной и безусловной открытости. Поэтому рано или поздно, но совершенно неизбежно человек, который ввел смех в контекст своего существования, становится полностью открытой системой, необратимо единой со всем, как окружающим его, так и в нем растворенном пространством. По сути, он становится необратимо единым с Богом, этим пространством проявленным.

Отсюда те многочисленные дары, избежать которых ему теперь просто не удастся. Повсеместная удачливость и предельная насыщенность существования, непрерывное ощущение некой текучей пластичности Мира, готового мгновенно прийти на помощь и удовлетворить любую *потребность*, прекрасное и стабильное здоровье.

Насчет последнего стоит отметить особо: предлагаемый вам «Внутренний смех» работает как *технология обращенного времени*, причем в этом заявлении нет ни малейшего преувеличения.

Человек стареет, изнашиваются его органы и системы лишь по одной причине — от непрерывного внутреннего напряжения, а значит, от сопротивления той энергии, которая должна течь сквозь него легко и свободно.

— *Так приходится напрягаться, чтобы хоть немного расслабиться!..* — сочувственно смеется Дурак.

Вспомните о том громадном багаже подавленных состояний, который мы таскаем в себе, плюс ко всему непрерывное и повсеместное реагирование на вся и все, которое приводит к этому же — к сопротивлению и напряжению. А в конечном счете — к старению.

— *Да-а уж,* — вздыхает Дурак, — *извилины плавно, но неизбежно переползают в морщины...*

Но как только человек позволяет себе стать просто контуром свободно циркулирующей энергии, более того, контуром полностью открытым, а значит, резонирующим с энергопространством всей Вселенной, поток энергии в нем становится *незатухающим*. Такой человек перестает стареть и разрушаться, более того, в нем начинается стремительная регенерация всех ранее разрушившихся систем и органов.

В том, что это не пустые слова, я предлагаю вам убедиться самим. Уже через две-три недели использования смеха эти изменения становятся заметны окружающим, начинают разглаживаться морщины, восстанавливаются эластичность кожи на лице, упругость тканей и пр.

Понятно, что речь идет о регулярном применении технологии «Внутреннего смеха». Сразу следует заметить, что предлагаемый вам смех привычным смехом не является. Мы будем работать скорее с вибрацией смеха, чем со смехом как таковым. А по мере глубокого освоения технологии — уже исключительно с вибрацией смеха.

Но смех естественный, открытый и искренний все чаще и легче будет срывать с наших губ. По поводу и без него. Просто так. От избытка нахлынувших чувств, от наполненности жизнью. Как у ребенка. Как у влюбленного. Как у счастливого человека.

\* \* \*

А теперь о том, о чем было заявлено ранее. О неожиданном. О вреде смеха. О смехе как ловушке. О том, как он мешает обретению целостности.

Вы шокированы? И это после всего, что было о нем сказано, чуть ли не обещано?.. А вы как думали? Если смех действительно включает нас в канал ощущений, то давайте теперь этими ощущениями



пользоваться. Причем — честно. Проявляя ко всем своим состояниям особое *чутье тонкостей*.

И оно, чутье это, говорит нам о странном и тревожном...

Смех, тот самый спонтанный и всем знакомый смех, которому мы привыкли радоваться и который из всех сил поощряем, давно стал заложником ментала. Стал исполнителем его воли, более того, его рабом.

Не бред ли это? Может, мы просто пересмеялись? Перебрали свою дозу эндорфинов, вот и мерещится нам разное... Но давайте обо всем по порядку.

Начнем с того, что смех — это всего лишь инструмент нашего сознания. Инструмент уникальный, божественный, да, но — *инструмент*. И, как с любым инструментом, с ним можно сделать все что угодно и использовать для любой цели.

Человечество ныне переживает совершенно особый период. В наш мир приходит, да чего там — буквально вваливается — огромная лавина нового — новых знаний, способностей, новых вибраций.

Лет десять-пятнадцать назад накатила на бременное человечество волна повышенного интереса к смеху, накатила, да в нем и осталась. Смех сейчас изучают во множестве стран. Хоть, если честно, дальше исследования физиологических процессов, возникающих при смехе, еще никто никуда не продвинулся. Поэтому правильнее будет сказать — смех сейчас активно эксплуатируют.

Смехом предлагают поднимать настроение, смехом предлагают лечиться, избавляться от зависимостей. Выпускаются кассеты с записями лечебного смеха. В штаты больниц спешно вводятся целые подразделения клоунов. Такая вот *глобализация смеха*...

Ну, и что в этом плохого? — совершенно оправданно спросите вы. — Почему в этих словах звучит сарказм? Разве не радоваться этому надо?



Да нет, друзья, не сарказм — сожаление в моих словах звучит... Эту бы энергию да на мирные цели... На установление дружеских контактов с каноническим врагом всего окультуренного человечества — с темной стороной души его... Понимаю, что это идеалистика, но кто из нас не без греха...

Это невозможно еще и потому, что основной инвестор всех этих исследований — угадайте кто? Ментал, разумеется. Он и не думает бороться со смехом, который стал одним из самых значимых компонентов сознания, он понимает, что бороться с тем, что преобразовалось в стихию, невозможно. Но и оставить эти процессы без внимания он не может. Почему его это так беспокоит, мы уже говорили — смех заново «склеивает» все, что ментал перед этим разделил и фрагментировал. Именно поэтому смех может легко, буквально походя сместить ментал с лидирующих позиций — в мире восстановленной целостности диктат невозможен.

Учитывая особенности сложившейся ситуации, ментал уходит от прямой борьбы и поступает по-другому, коварнее и хитрее. Он просто слегка смещает смысловые акценты и чуть-чуть подправляет контекст уже повсеместно звучащего смеха... И все. И делать ему больше ничего не нужно, потому как главное сделано.

Еще совсем недавно, говоря о смехе, мы отмечали, что существуют как бы две его разновидности — насмешка (ментальный, разъединяющий смех) и собственно смех. При этом мы указывали, что работаем исключительно с «собственно смехом». С тем смехом, который «от сердца», который растворяет границы и очищает сознание от ментального шлама.

Но сейчас все чаще приходится сталкиваться с еще одной разновидностью смеха. Причем повсеместность ее такова, что о ней давно нужно го-



ворить как о некоей тенденции, которая формирует наше мировоззрение вообще.

*Смех как отстранение. Смех как обхохатывание.* Смех как инструмент для создания виртуального изолированного пространства, в котором и весело, и радостно, а главное — нет места проблемам.

Правда, прекратив смеяться и закончив «дуракавалаться», вернувшись с концерта или выключив телевизор, мы вынуждены снова возвращаться к ним, нашим родимым и рогатым. Но это не беда, щелчок пультом телевизора — и мы снова смеемся, и мы о них вновь забыли, благо передач, веселящих нас, сейчас немерено.

Повсеместно создаются «клубы по интересам», в которых люди просто смеются и играют, в которых хочется приходить снова и снова, в которых вообще хочется поселиться и жить, убежав из своей постылой повседневной жизни...

Ну и что в этом плохого? — возможно, скажете вы. А кто говорит сейчас о плохом или хорошем? Дело не в оценке происходящего, а в его сути. Надо просто понимать, что именно происходит. Во всем, что мы обозначили выше, есть один общий момент — *отстранение*. Отстранение от негатива, от проблем, а по сути — от самой жизни, всем этим наполненной. И, как следствие, — отстранение от Целостности и Бога.

Но почему так происходит? Ведь речь идет о смехе, а он, как это было уже не раз заявлено, и объединяет, и гармонизирует... Черта с два!.. Ничего этого он не делает!.. — если этого не делаете вы. Еще раз повторим, смех — это всего лишь инструмент, и у него нет собственного намерения. Зато у вас оно есть.

То есть во всем этом утерян один элемент. Всего только один. И все — гармонизирующая суть смеха превратилась в нечто совершенно иное.

О чем идет речь? О некой скрытой установке, диффузно и незаметно опутывающей все, что мы делаем и чем занимаемся. В ее основе все то же ментальное знание об опасном мире, о том, что в нем есть плохое и враждебное, болезненное и вредное, и от всего этого надо всячески *ограждаться*.

Поэтому предельно честно решите для себя — для чего вы смеетесь? — для того, чтобы сделать шаг навстречу, как предлагаем мы, либо — шаг в сторону, как советует испуганный социум? Осознание этого и станет тем намерением, которое определит конечный результат смеха — либо интеграцию и объединение со всем, либо бегство и отстранение.

В этом основной проигрыш *пассивного смеха* — он создает соблазн к бегству. Он создает некие «смеховые убежища», изолирующие якобы от проблем, а на самом деле — от жизни. Он лишает человека активной позиции, превращая его, по сути, в наркомана, в *смехозависимого*. М-да, дохихикались, вот...

То есть мы сейчас делаем неожиданное. Мы апеллируем к нашему менталу, мы приглашаем в помощники того, на кого непрерывно наезжаем, на кого шикаем и над кем смеемся. Это крайне важно — осознанное отношение ко всему, что предлагается делать.

Только поэтому так много болтовни на этих страницах, так много логики и обращений к здравому смыслу. Ментал просто не может быть нелогичным. Пользуясь логикой, его можно смотивировать на что угодно. Даже на добровольный отказ от лидерских амбиций, даже на согласие на равноправную интеграцию со всеми компонентами сознания.

Что мы и делаем. Мы предлагаем ему партнерство и формируем с его помощью новое намерение. Делаем это осознанно и вдохновенно и не забываем о нем никогда.

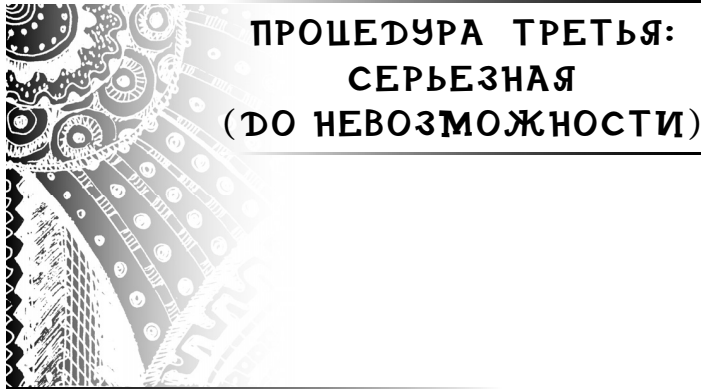


Суть этого намерения предельно проста — во всех своих мероприятиях вам предлагается делать шаг навстречу. Навстречу событиям, ситуациям, а главное — своим состояниям. Вот и все. А дальше — смейтесь себе на здоровье. И не сомневайтесь, его теперь у вас будет в избытке, причем не только в теле, но и в событиях.

\* \* \*

Подведем краткий итог второй процедуре. Он достаточно неожидан, а главное — дерзок. Дерзок и красив. Красив и многообещающ.

Высшая форма страдания — это смех. Именно к этой стадии нас плавно, но неуклонно подводит спираль духовной эволюции. Именно о таком огненном крещении говорил некогда Иоанн Креститель. Нам представляется, что нынешнее человечество уже готово принять этот вызов. Принять — и рассмеяться в ответ.



## ПРОЦЕДУРА ТРЕТЬЯ: СЕРЬЕЗНАЯ (ДО НЕВОЗМОЖНОСТИ)

### О ВНУТРЕННЕЙ ДИНАМИКЕ СВОБОДНЫХ И СВЯЗАННЫХ СИСТЕМ, ИЛИ ЛЕЧИМ СЧАСТЬЕ ОТ ЗАПОРА (И ПОНОСА)

— Жизнь, — смеется Дурак, — такова какова  
и никакова больше.

«Истина, — сказал некогда Антуан де Сент-Экзюпери, — это не то, что можно доказать, это то, чего нельзя избежать». Вот и мне не удалось избежать этой главы. Делайте выводы. Только, ради всего святого, не подумайте, что это я претендую на истину, нет, друзья, все гораздо хуже — это она претендует на меня. Так что особого выбора у меня нет — попробую хоть отчасти ее претензии удовлетворить. А вы от меня, пожалуйста, далеко не отходите, мне так как-то спокойнее будет...

Итак... Согласитесь, мы с вами вели себя достаточно нескромно, чтобы не сказать больше, если осмелились самому Счастью заглянуть в это самое место. Но, раз уж мы ведомы в нашем исследо-

вании самим Дураком (есть на кого вину свалить), то попробуем не ограничиться полумерами — будем дерзкими до конца! А если точнее — до начала, до того самого изначалия, когда и Счастья-то никакого не существовало, ибо не явился еще в мир тот, для кого оно создано было, да и вместо мира самого одна лишь большая дырка была.

Но перед тем как погрузиться в это неисследованное и пустопорожнее пространство (которого, кстати, тоже еще не было), несколько слов вот о чем.

Мы уже говорили, что смех — это рефлекс, как, впрочем, и многие другие наши реакции, чихание, скажем, или тот же оргазм. Реализация любой из них доставляет нам комфортные ощущения. Почему? Физиологи скажут, что эти реакции способствуют выживанию, и только поэтому за каждую из них мы получаем своего рода взятку — порцию все тех же пресловутых эндорфинов.

Но, оказывается, существует еще один крайне немаловажный фактор, не имеющий к физиологии уже никакого отношения, — это движение энергии, высокая динамика и плотность ощущений. Когда мы *ощущаем*, мы создаем канал, а по сути — возможность для движения сквозь нас (или в нас, что в данном случае одно и то же) энергии, и именно это приводит к комфортным состояниям. Причем, чем выше динамика такой энергии, тем больше ощущение комфорта.

Любая попытка связать или подавить эту энергию вызывает острое чувство дискомфорта, часто переходящее в страдание. Хотите в этом убедиться? Легко. Засуньте соломинку в нос и как следует ею там покрутите... Уже готовы чихнуть? А вы не чихайте — мужественно сдержитесь, потрите спинку носа, это помогает. Ну как, получилось? Получилось, но к сожалению?... Все верно — появляется вполне явственное чувство легкого огорчения и досады, уж больно чихнуть-то хотелось...

Если вы попробуете сделать то же самое, испытав приступ смеха (соломинку при этом в нос засовывать не надо!), дискомфортные ощущения будут намного сильнее. Изю всех сил подавляя в себе позыв засмеяться, вы почувствуете, как вас буквально распирает остановленная энергия, чуть ли не рвет на части. От этого резко повышается кровяное давление, могут начаться головные боли или рези в животе. Это уже не просто дискомфорт, а самое настоящее страдание.

А если мы возьмем ощущения еще большей интенсивности, оргазм например... Впрочем, давайте мы их все-таки брать не будем, зачем издеваться над тем, что свято? И так понятно, что ничего хорошего от подобного эксперимента не случится. Хотя, кто знает, может, и стоило бы взять... Именно в такие мгновенья приходит истинное осознание, что подавление и неприятие — далеко не самые лучшие наши качества...

В этих простеньких примерах заключен, тем не менее, глубокий смысл. Они прекрасно иллюстрируют общий принцип существования. Существования чего? Всего. Абсолютно всего, о чем только можно помыслить или что себе можно представить. Я предлагаю этот принцип обозначить предельно выразительно, а главное — ясно, очистив его от той многослойной шелухи иррациональных страхов и устоявшихся (застоявшихся!) мифов, которую нам предлагали веками.

Особенно — мифов, ибо культура, в которой мы воспитаны, давно мифологизировала все наше существование, возведя в ранг культа огромный набор понятий и категорий, сомневаться в святости которых считается кощунственным и совершенно недопустимым. Добро, милосердие, любовь просто и любовь к Богу, чувство долга, чувство ответственности...

Их много, таких понятий и принципов, долженствующих якобы удерживать нас в человеческих рам-



ках, но попутно создающих колоссальное количество всевозможных упреков, огорчений и страданий. И рано или поздно возникает подозрение, что рамки эти — и не рамки вовсе, а нечто гораздо более устрашающее и клеткообразное... Хотя и с «человеческим лицом», разумеется.

Пока мы живем в пространстве мифа, нам никогда не разобраться с теми страшилками, запрещалками и подстрекалками, которыми мы себя окружили. Нам остается либо бороться с ними, либо их бояться. Я предлагаю демифологизировать наше существование и отважно взглянуть в глаза этим монстрам (пусть даже с «человеческим лицом»), узнать их и наконец-то назвать по имени. Только так их можно расколдовать и вернуть им истинный облик, в котором, кстати, ничего ужасного нет.

Ну что, попробуем? Заглянем в тот период, когда в нашей повседневности появились все эти милолицые ужасики? Презабавное, нужно сказать, время было... Или не время это еще было?.. В общем, если мне ни с кем не изменяет моя память, дело было так.

...Да, кстати, а вы никогда не пытались ответить на древний вопрос о яйце и курице? Не пытались? Счастливычики... А мне вот придется, ибо без этого мы с места не сдвинемся. Ведь говорить мы будем о НАЧАЛЕ. Итак — яйцо или курица? Кто кого снес? Или что, откуда, прежде чего вылупилось? В общем — что было раньше?

Вы потужьтесь, подумайте, а я пока процитирую фразу, которую мне довелось услышать давеча: *«Этот мир был создан Богом по просьбе человека».*

— *Ничего не бывает без наоборот!* — восторженно хохочет Дурак.

Удивительно емко и содержательно, ибо парадоксально, ибо не противопоставляется начало концу, яйцо курице, а Бог — Человеку. Именно так все и было, неужели не помните? Ладно, напомним.

...Да, кстати, а внутренний смех вы освоили? Он вам сейчас очень даже пригодится, как только заметите, что где-то что-то не понимаете, — тут же его и включайте. Главное — не понять, а принять. Осознание придет следом, лишь бы сопротивление ментала не блокировало ощущений, пробужденных текстом. Так что смелее смейтесь и почаще крутите дули — это весьма способствует постижению истины. Ну, поехали.

Да, кстати... А вы знаете, по-моему, у меня мандраж от неуверенности, что такую непростую тему можно донести таким фривольным стилем. Как бы не упасть лицом в собственное достоинство... Не испугаетесь, когда я его снова подниму, дабы взглянуть на вас? Точно не испугаетесь? Тогда помогайте мне — внимательно вчитывайтесь в этот текст не столько в слова, сколько в промежутки между ними, вслушивайтесь в каждое многоточие, а особенно в их отсутствие, внюхивайтесь в каждый курсив. И — дули! — не забывайте про дули. Только так мы сможем вспомнить...

Итак, с чего все началось? С того, что выразить словами невозможно, ибо слово всегда определено понятием, понятие — это смысловая форма, а именно форм вначале как раз и не было. А что было? Был просто *Смысл*, свободный и не связанный никакими обозначениями. Смысл наполнил понятия, понятия создали форму, форма выстроила Мир. До этого Мир просто Был, теперь он стал. Был он как непроявленный потенциал, стал как потенциал проявленный, реализованный и облеченный в форму.

Вам как, все понятно? Ваше понимание сумело наполниться смыслом? Еще нет? Я рад за вас. Чем меньше вы понимаете, тем ближе вы к Богу. Почему? Объясню чуть позже. Пока просто рад. Едем дальше.

Что собой представляет этот *Смысл*, который наполнил *все*? Может, это сам Бог и есть? Очень сомне-



ваюсь, Бог никогда ничего не наполняет, Он ни во что не входит и ни откуда не выходит, Он просто Есть.

Смысл тоже просто есть, ибо является одним из первичных аспектов Бога, но он уже *проявлен*, хоть формы и не имеет. Как же он выражает себя в нашем мире? Как Сознание. Сознание не является функцией мозга, все как раз наоборот, мозг — его функция, причем всего лишь одна из. Это инструмент, через который Сознание пытается взаимодействовать с нами.

То есть Смысл первичен по отношению к миру форм, но вторичен по отношению к своему носителю, к своей *среде*. Что же является средой обитания Смысла? Что есть еще более первичное, чем он?

Может, это тот непроявленный и чистый потенциал, о котором так модно стало рассуждать в последнее время? А что? Очень может быть, только какой же он непроявленный, если давно стал притчей во языцех? Проявили уже, надо полагать. Хоть проявить-то, может, и проявили, а вот рассмотреть как следует не удосужились.

Поэтому, друзья, знакомьтесь — *Время*. Время не как абстрактное понятие, не как длительность процессов, а как высший аспект Абсолюта, первый из проявленных. Время — это не материя, не энергия, не пространство, но и пространство, и энергия, и материя — это Время. Это то, с чего было начато творение, то, что лежит в основании Мира, в основе сущего.

**Это то, что было коварно пленено человеком, обездвижено и беспощадно обречено на бесконечно долгое заточение!..**

Дело в том, что Время не просто наполняет собой Мир, состоящий из форм, оно одновременно этими же формами и является, оно ими связывается и обездвиживается. Абсолютно все проявленное в мире, или, точнее, проявленное Миром, является остановленным Временем, а по сути — ловушкой для него. Хрональной ловушкой.

Время не может быть неподвижным, динамика — основное его качество. Динамика Времени создает Энергию. В хрональных ловушках энергия блокируется и теряет свою подвижность, кристаллизуясь в понятия и объекты. Любой объект — это остановленная энергия, это концентрат Времени, а по сути — ее тюремные застенки.

В общем, все в мире подобно бублику, который, как известно, делают из теста и пустого места. Тесто — это образ, понятие. Пустое место — Время. Все вместе — объект, бублик, мир.

Вы как, еще здесь? Еще держитесь? Держитесь. Дальше полегче будет, а пока потерпите и поверьте — оно того стоит, ведь я сейчас буду неимоверно поднимать ваш человеческий статус.

Дело в том, что для любого акта творения совершенно необходим внешний наблюдатель, именно он, а точнее — его сознание и является инструментом этого творения. Ни Смысл, ни Время не обладают свободной волей, эти грандиозные категории — всего лишь сырье для нашего Мира. Необходим еще Творец. И он был. И он есть. И он — это вы.

— *Влип студент!* — смеется Дурак, довольно потирая руки. — *А то все я, да я...*

— *Свято пусто местом не бывает!* — хохочет он. — *Без тебя.*

Вспомните — «наш мир был сотворен Богом по просьбе человека», однако в этом утверждении всего лишь половина правды, вторая выглядит так — «и при его непосредственном участии».

*«Пронизывающая Деяния Творения Духовная Энергия может вступить в связь лишь с волею человека. Именно в нем ключ, ибо только оно обладает способностью подключиться к Живой Силе, навести к Ней мост» (Абу-ру шин «В свете истины»).*

Не умаляйте своей значимости, друзья. Ваше сознание — это проекция сознания божественного,



ваша воля — это фрагмент фрактала под названием Вселенная. А фрагмент фрактала всегда равен фракталу целому.

*«Мы едва ли способны представить, что каждая отдельная частица может содержать внутри себя все остальные частицы и одновременно быть составной частью каждой из них» (Фритьоф Капра).* Но именно таковы принципы нашего существования.

Остается разобраться со временем — ведь когда была создана Вселенная, а когда в ней появился человек... Одновременно! То время, о котором говорится сейчас, в контексте человеческого пространства — продукт исключительно нашего сознания, в пространствах большей мерности его попросту нет.

Все, что было когда-то, все, что происходит сейчас, и все, что будет, — существует одновременно, взаимообусловлено и равнозначимо. *Закон Цельности и Единства.*

*«Желание Бога есть абсолютная исполненность. Желать и выполнять для Него есть деяние одновременное» (Гермес Трисмегист).*

То есть пресловутый акт творения — это не просто воплощение Божественного Замысла, это еще и реализация договоренности Человека с Богом. И человек, его сознание — инструмент этой реализации. Он смело берет чистый изобильный и безмерно разнообразный потенциал Бога и отважно лепит из него... маленький и убогий мирок своего повседневного существования.

А что ему остается делать? Если, вочеловечившись, он теряет изначальное божественное сознание, заменяя его жалким подобием — сознанием ментальным. Из него все и лепит. Помните: «Я его слепила из того, что было, а потом что было, то и полюбила»? В самую точку. А мы затем обижаемся на несправедливость богов, вселенной...

*«Мир как он есть — не божественное творение, которое было предназначено, но мрачное и извращенное выражение его. Он не является выражением божественного сознания, он всего лишь должен таким стать»* (Шри Ауробиндо).

Человек сам навязал природе ее законы. Мгновенно попав от них в зависимость.

Все наши незыблемости и абсолютизмы: земля твердая, вода жидкая, огонь горячий, яблоко падает вниз — всего лишь реализация человеческих привычек и не более. На самом деле это мы определяем мир, а не он нас — привыкайте теперь к этому.

— *Пока не перекрестишься, — с готовностью подтверждает Дурак, — гром не грянет.*

— *Куда дым, — смеется он, — туда и ветер.*

Мир, которым мы себя окружили, — продукт исключительно умозаключений человека. Причем в самом буквальном смысле. Человеческий ум совершенно бесчеловечным образом обошелся с силами, его создавшими, заключив их в убогие рамки своих понятий, представлений и страхов.

*Я насмерть поражен своим сознанием,  
Я ранен в сердце разумом моим,  
Я неразрывен с этим мирозданьем,  
Я создал мир со всем его страданьем,  
Струя огонь, я гибну сам, как дым...  
...И, весь дрожа от нестерпимой боли,  
Живя у самого себя в неволе,  
Я ранен насмерть разумом моим.*

Константин Бальмонт

Да, наш ментал имеет такую возможность, гордитесь этим! Стыдитесь этого... А еще лучше — делайте с этим что-нибудь.

Время — практически божественная категория и величина — оказалось пленником человеческого мен-



тала, заложником его испуганного сознания, а еще точнее — слепком его ущербного мировоззрения.

*Мы просто глина под рукой Творца.  
Не знаем мы, чего от нас он ждет.  
Он глину лепит без конца,  
Но никогда ее не обожжет.*

Герман Гессе

Человек оказался более жесток, он именно что *обжигает* свои творения, напрочь лишая их всякой пластичности, а значит — надежды на освобождение. Почему? Потому что точно так же он относится к себе. Согласитесь — ни с чем человек не расстается с таким трудом, как с необходимостью расстаться со своими представлениями.

Мы боимся изменений, мы боимся потерять себя, мы боимся умереть в себе и только поэтому умираем — все в том же страхе. Только никакого права на это у нас нет! Наша смерть — это предательство, это неуважение к тем силам, что нас создали и взрастили, но которым мы отплатили черной неблагодарностью. Поимеем же совесть наконец (не все же ей над нами измышаться) — станем бессмертными! Оживим себя и этим — мир вокруг.

Кто не согласится — пусть не обижается, когда мир начнет оживлять его. Как? Болью, проблемами, страданием. В этом нет жестокости, мести или мистического воздаяния, в этом всего лишь отчаянная попытка мира освободиться, оживить свою энергию и вернуть себе пластичность. Делая это через человека. Ибо все, абсолютно все в мире происходит через человека, из-за человека и для человека.

Итак, к чему мы пришли? Или точнее — подошли? Или — еще точнее — мимо чего проходим?

Человек, наделенный способностью творить, пользуется ею широко и с размахом, но, увы, — проецируя на нее все свои комплексы и тем самым

создавая пространство, столь же болезненное и закомплексованное. Закомплексованная Вселенная! Просто ужас какой-то. Фантастам такое вряд ли даже снилось.

Причем дело вовсе не в том, что человек творит вселенную объектов и пространство форм — это как раз нормально, ведь где-то ему нужно дурака валить, — а в том, что он делает это пространство незыблемо жестким и кристаллизованным.

Любое качество, любая смысловая категория, в том числе и Время, имеют как минимум два аспекта — активный и пассивный. Проигрыш человека в том, что он ограничивает Время только одним — пассивным, пугаясь его непредсказуемой активности и превращая тем самым всего лишь в аморфный строительный материал.

А материал этот просто прелесть какой активный, совершенно невероятный и удивительно пластичный! И многое дал бы человеку, прояви тот чуть больше смелости. Мы с вами обязательно проявим, а перспективы, которые при этом откроются, более подробно рассмотрим в следующей книге, под названием «0,14», в которой будут тщательно исследованы особенности такого хронального пространства.

Обратите внимание, пресловутые законы природы — это, прежде всего, запреты. Низ-зя! — получать энергию из ничего, превышать скорость света, жить, не умирая, и т. п. А что, если бы это были разрешения? Представляете? Можно! Все можно! И только иногда, совсем редко, так и быть — чуть-чуть нельзя, ну, так просто, для настроения, для разнообразия. Классная Вселенная получилась бы, правда? Дайте две!

Возвращаясь к ловушкам Времени, вспомним тему, которую уже поднимали раньше. В нашем мире существует только один закон — Закон Цельности и Единства, и лишь одна динамика — направ-



ленная на восстановление утраченной целостности. Все происходящее как с нами, так и вокруг определено именно этой динамикой. Надеюсь, вы уже начали догадываться почему.

Человек выстраивает Мир исключительно своими представлениями о нем, то есть — менталом. Вселенная, нас окружающая, — его слепок. Исходя из этого, во-первых, — слава менталу, об истинной сложности и многообразии которого мы, оказывается, даже не догадываемся, а во-вторых — увы, Вселенной, ибо ментал может иметь дело только с фиксированными смысловыми объектами.

Ну, не в состоянии он держать под логическим контролем струящуюся и непрерывно меняющуюся реку, ну, не успевает он этого просто. Вот если сковать ее льдом логики и здравого смысла... Тогда совсем другое дело. И он это «совсем другое дело» делает. Активно и повсеместно.

Но есть у человека еще один механизм восприятия действительности. Именно *восприятия* — не анализа, не исследования, не навязывания своих представлений, возведенных в ранг закона, а механизм прямого знания, знания безоценочного, а потому не нуждающегося в корректировке, упрощении и укрощении. Напомню — это наша способность *ощущать*.

*Ментал обездвигивает и омертвляет мир, превращая его в собственную матрицу, канал же ощущений оживляет его и возвращает ему статус Мира, свободного и непредсказуемого.* В процессе эволюции человеческого сознания ментал изо всех сил умалял значимость канала ощущений и многого добился в этом направлении. Но эволюция нашего сознания еще не закончилась, ее нынешний виток — освобождение ощущений, оживление механизма прямого восприятия, и мы с вами — прямые участники этого процесса.



Вся страдательность нашего нынешнего существования определена именно актуальностью этой задачи. Количество порабощенного Времени, уровень запертой энергии приближается к некоей критической отметке. За ней — взрыв и спасительное для Вселенной освобождение энергии через разрушение материальных границ и физических оболочек, порабощающих ее.

Но ведь все эти границы были созданы и определены менталом! Поэтому есть альтернатива — не доводить ситуацию до физического разрушения, а разрушить всего лишь систему представлений человека, по сути — его мировоззрение. Сделать более пластичной и толерантной систему его взглядов и отношений.

Именно поэтому, а точнее — только для этого так болит! Причем болит все! Отношения друг с другом, с природой, со своим телом, с Богом — все, абсолютно все ныне стало до предела напряженным и болезненным. И это не есть воздаяние или наказание человеку за его грехи, не будьте придурками! Это всего лишь способ привлечь его заменталенное сознание к ощущениям и этим хоть немного оживить пространство вокруг него, увеличить динамику его внутренней энергии.

Страдание, в которое погружен человек, определено исключительно менталом, его пагубной привычкой к пониманию и раскладыванию всего по полочкам. Понять — значит убить, имейте это в виду.

Понять — значит лишить свободы и заключить в рамки представлений. А поскольку любой объект (как остановленная энергия) стремится к своему освобождению, а значит — к выходу за пределы установленных ему обозначений (ограничений), то из этого проистекает ряд неизбежных следствий.

В сфере человеческих отношений это приводит к росту ожиданий, претензий, обид, огорчений, чув-



ства несправедливости и непременно к попыткам восстановления попорченных надежд и правды, часто путем насилия и преступления. В отношениях с внешними объектами — к нарастанию их нестабильности, внутренней деструктивности и развалу. В отношениях с природой — к стихийным бедствиям и катастрофам.

Понять — значит предать живой Мир, как бы сказав ему: я тебя понял и никуда тебе от этого понимания теперь не деться, будешь отныне как миленький ему соответствовать! Можно Мир понимать, а можно — знать. *Знать Мир возможно только через ощущения.* Истинное его познание — это познание через ощущения.

Ощущения ничего не требуют. Они бережно, если не сказать трепетно, хранят целостность воспринятого объекта, не смущаясь ни его сложностью, ни его подвижностью, ни его непривычностью.

То есть — обратите на это особое внимание, запишите у себя на лбу, а уходя в мир иной, передайте детям — *все, что мы перестали ощущать, умирает, все, что мы позволили себе ощутить, оживает.*

Поэтому — друзья, будьте бдительны! — всячески избегайте любых ментальных определенностей, серьезностей и умностей. Не повторяйте моих ошибок... Делайте свои.

— *Никогда не говори ничего умного, — сочувственно вздыхает Дурак, — если не хочешь попасть в глупое положение.*

Ничего, дружище, я себя в этом положении уже давно уютно чувствую. Из него умности свои и глаголю. Взываю ими к вашему пониманию. Да-да, тому самому, которое отдаляет вас от Бога. Вот такой я мерзавец. Говорю вам об ощущениях, обращаясь к вашему менталу, по сути — объясняю суть свободы, связывая вам руки. Увы, но пока этого не избежать.

— Для того чтобы сойти с ума, — смеется Дурак, — на него прежде надо вскарабкаться.

Именно так. Такой логикой отрицания ранее принятого проявляется еще один емкий принцип, заложенный в саму основу человеческого пространства. Он полностью перечеркивает столь милые нашему сердцу представления об эволюции. Эволюции как непрерывной и однонаправленной последовательности развития любого качества или структуры.

Качественному осознанию чего-либо весьма способствует предварительное блуждание в тупиках, и чем больше их будет, тем для конечного результата лучше. Для того чтобы вывести систему на более высокий уровень развития, ее крайне желательно предварительно разрушить, замечательно, если это будет сделано не один раз. Чтобы увеличить динамику энергии, ее крайне полезно вначале заблокировать, лишить движения и лишь затем выпустить на волю.

А теперь главное — пресловутое хваленное человеческое созидание хорошо лишь одним: оно увеличивает динамику и интенсивность энергии, которая будет высвобождена после неизбежного и обязательного разрушения. То есть — мы создаем только для того, чтобы разрушить. Но, разрушая, переводим систему на уровень более высокой организации.

Иными словами, пленение Времени менталом — это его закономерная плата за возможность быть проявленным, отрицание Бога — это обязательная стадия его познания. А снижение динамики энергии в пространстве человека — явление преходящее, необходимое и временное. **Вопрос только в том, как именно она затем освободится — сама, через физическое разрушение пространства человека, или будет освобождена нами, через добровольное разрушение ментальных конструкций и изменение сознания.**

*«Первое, что нужно сделать, — это нарушить всю вашу структуру. Вы стали твердыми, негиб-*



*кими. Вы должны делаться все более и более текучими и подвижными» (Ошо).*

Единственное, в чем я хочу поправить уважаемого бхагавана, — вы никому ничего не должны. Даже себе. Принимайте то, к чему вы готовы. А если не готовы, то просто примите с достоинством все последствия своей неготовности. Так будет честно.

\* \* \*

Итак, главным в предложенной теме видится следующее — в основе всего лежит динамика. Не динамика чего-то конкретного — динамика просто. Динамика как основная характеристика нашего Мира. Причем, невзирая на то, что существует она независимо от пространства, вектор у нее все же есть. Именно он определяет суть происходящего в мире человека — движение в сторону обретения утраченной Цельности и Единства. В сторону освобождения запертого Времени и остановленной энергии.

Ну вот, а теперь давайте делать выводы из всего этого. Похоже, их у нас будет немало.

И, прежде всего, вам уже понятно, почему в этой главе Счастье предлагается лечить от запора и поноса? А-а, у вас, похоже, нет желания задумываться о подобном непотребстве? Вы предпочитаете по-прежнему с достоинством влачить свое существование? Тоже нет? Тогда чего же вы хотите? Послушайте, а вам не кажется, что вас просто заперло?

И дело не в том, что вы не можете выбрать, а в том, что вы не желаете кое с чем расстаться. Со своим мнением, со своим предубеждением, со своей оценкой, в общем — все с тем же непотребством. Нежелание расстаться с непотребством, причем не важно какого — ментального или желудочного характера, называют в народе запором.

Вы уже грамотные и понимаете, что речь идет о подавленной и запертой энергии, энергии, омертвленной нашей твердой убежденностью, причем все равно в чем. Чем монолитнее уверенность, тем, соответственно, тверже наше непотребство, самое смешное, что и в прямом, и в переносном смысле. Представляете, во что мы превратили живое Время и мягкую струящуюся энергию?

Любая убежденность содержит в себе отрицание, любое отрицание зиждется на некоей убежденности — вот вам две стороны одной медали, или, если хотите, две консистенции одного непотребства. Убежденность (надежда, ожидание) формирует привязки, отрицание создает давление. В первом случае энергия проходит сквозь нас транзитом, во втором — в нас застревает. И то, и другое не прибавляет нам ни здоровья, ни радости жизни, ни близости к Богу. Но именно в эти состояния человечество играет уже не одно тысячелетие. И постоянно проигрывает.

*Но плохо за часами наблюдали счастливые,  
и нарочно время замедляли трусливые,  
торопили время, понукали крикливые,  
без причины время убивали ленивые.*

*И колеса времени стачивались в трении,  
все на свете портится от трения,  
и тогда обиделось время,  
и застыли маятники времени.*

*Смажь колеса времени,  
им ведь очень больно от трения...*

Владимир Высоцкий

...Такая вот невеселая история. Вы, конечно, понимаете, из чего это самое трение состоит? Из несогласия, разумеется. Все наше сопротивление реальности, а точнее — ощущениям, которые ее про-



являют, безжалостно стачивает не только «колеса времени», но и шестеренки уникального механизма нашей жизни. Превращая их вначале в «пятеренки», потом в «четвереньки», а затем и вовсе — во что-то беззубое и вхолостую проскальзывающее.

Видимо, поэтому в старость сейчас приходят все более и более молодыми. Устают, горемычные, ждать свое Счастье, устают его искать и за него бороться. Ну зачем им никто не сказал, что Счастье не надо ждать, тем паче — искать, что им надо просто жить? Что его всего-то и нужно, узнать — и принять. И все. И все!

Несчастье — это Счастье, которое не узнали, когда оно пришло, и сказали — не-а, это не оно, это *не счастье*. Так оно и ушло — отвергнутое, неузнанное и с другим именем. Почему это возможно? Разница в динамиках. Счастье — это свободное Время, это стремительная динамика жизни. За ним не то что угнаться — уследить порой сложно. Где выход? Там же, где вход, разумеется, просто создайте аналогичную динамику в своей жизни, создайте ее приятием — и никого вам догонять не понадобится, все нужное всегда будет рядом.

Любое неприятие — это остановленная энергия. Это остановленное Время. Это попытка создать и зафиксировать некий островок прошлого в реке времени. По сути — это подмена настоящего прошлым, что приводит к разрыву непрерывности хронального потока. Так создаются метастазы в теле Времени.

Если это случилось, можете смело искать аналогичные метастазы в себе. Рак — это зона непрожитого прошлого в нас. Любая болезнь — это вторжение прошлого в настоящее. Это подмена живого настоящего мертвым прошлым. Любая проблема — это резервация времени. Это зона с запертым прошлым.

То есть это не пространство создает нам проблемы, а мы ему. Но в отличие от нас оно их успешно

решает, освобождая запертую в нас энергию болезнями и страданием... Скажите, вам это очень надо?

Не забывайте, что книга, которую вы держите в руках, состоит из двух частей. Первая — это непрерывный поток моего словоблудия, во второй мне все же удастся в коротких паузах дать некоторые рекомендации. Не упустите ими воспользоваться! Смех — это прекрасный способ вернуть остановленной энергии ее динамику, а плененному Времени — свободу. Снимите с них арестантские одежды и смиренные рубашки и можете не сомневаться — они немедленно спадут и с вас. Так по жизни затем и шагайте — голые и свободные, с широко распахнутыми в предвкушении объятий руками.

Жить в состоянии приятия и открытости, в ощущениях — это значит жить в потоке ожившей энергии, в пространстве активного Времени.

Напомню, канал ощущений — это, прежде всего, канал для движения энергии. Отказываясь ощущать что-либо, мы эту энергию перекрываем, возвращаясь к ощущениям — восстанавливаем ток энергии. Нас очень мало учили восстанавливать в себе свободную энергию, зато останавливать — повсеместно и изобильно.

Начнем с того, что есть такая штука — культурой называется. Слыхали, небось?

— *Каждый раз, когда я слышу слово культура, — сдавленным голосом говорит Дурак, — я хватаюсь... за нос, чтобы не рассмеяться.*

Из чего она состоит? Из огромного набора установок и предписаний, глубоко укоренившихся в нас и только поэтому гордо нареченных традициями. Но это наглая ложь! Традиция предусматривает возможность свободного выбора и не покушается на свободу человека. Она не носит характер указующий и обязательный, а всего лишь описательный.



То, что предлагается человеку под видом культурных традиций, не что иное, как элементарная дрессура. Попробуйте не выполнить любую, пройдитесь, например, по центральной улице в пляжном одеянии нудиста. Поверьте, то дискомфортное (в крайнем случае — беспокойное) напряжение, которое при этом испытают как участники, так и наблюдатели, будет полностью соответствовать стрессу, возникающему у собак или крыс, с намеренно прерванным рефлексом.

Ну, им-то ладно, им это простительно, а вот нам, человекам, как? Неужто не обидно за ту клетку зависимостей и обусловленностей, куда нас некогда без спроса запахнули? Любая установка, подселенная в нас, любая привычка, любой запрет или соблазн — это точки, очаги и зоны остановленной энергии.

Если это присутствует в нас, можете не сомневаться — в равной степени это существует и вокруг нас. Точки, очаги и зоны, в которых сконцентрирована огромная энергия, изо всех сил рвущаяся на волю.

Где она вырвется раньше? Снаружи, обрушившись на наши грешные головы? Или все же изнутри — выжигая напалмом страдания все наше естество? Чет-нечет-чет... Это игра, в которой для человека нет выигрыша. В играх ментала человек — всего лишь пешка, которой жертвуют в первую очередь. Но у него есть выбор — начать свою игру. В которой уже он хозяин, уже он бог, в которой не выбирают между черным и белым, между плохим и хорошим, а всем этим играют.

Это сложно? Как вам сказать... Не сложнее, чем быть естественным, чем быть самим собой. Собой! — а не своим именем или фотографией. Собой, а не тем, что из вас сделали. Не понимаете? И не надо. Просто всмотритесь в себя...

— *«Я» выросло на мне, — признается Дурак, растерянно ощупывая себя.*

— *Я — памятник себе...* — добавляет он уныло... И начинает хохотать.

Человек приходит в мир естественным, свободным и живым. А уходит из него окультуренным, связанным по рукам и ногам привязками, запретами, несогласием, и только поэтому — дохлым. Не забывайте — мы умираем не столько «потому», сколько «*для того*», для того, чтобы своим разрушением освободить энергию, замурованную в нас. Но так ли это обязательно — умирать физически? Может, правильнее было бы умереть в своем «наросте», в своем «памятнике» — в своем «я»?

И тогда не пришлось бы отмахиваться от мух всякий раз, когда мы задумываемся о жизни. Качество нашей жизни определено исключительно качеством нашего сознания, чем больше в нем запретов, тем более интенсивный запах окутывает нас. Все человеческие неприятности начинаются с желания изменить. Что? Да что угодно, но прежде всего — самого себя, свою естественность.

Приходя в мир естественным, человек имеет полное право делать с ним *все*. Ибо это его мир, это он его создал, причем исключительно для себя. Глупо опасаться, что человек может причинить ему какой-либо вред... пока он ощущает его своим продолжением. Пока он его *ощущает*. Пока он *может* ощущать. Ощущать — значит принимать, принимать — значит любить.

«*Люби, — сказал некогда святой Августин, — и делай, что хочешь*». Но мы уже говорили, что ментал быстро наводит свои порядки, он беспощадно подминает под себя канал ощущений, подменяет знание мира его пониманием и превращает любовь всего лишь в атрибут веры и элемент культуры.

А для того, чтобы человек, утративший ощущение внутренних законов, не разрушил вокруг себя все (по крайней мере, чтобы это не произошло



слишком уж быстро), ментал ему предлагает законы свои. Связывая его по рукам и ногам якобы нравственным статусом этих законов. Отныне нравственно только то, что приходит извне, все, что изнутри, — опасно, ибо там обитает неизвестность.

Любой внутренний запрет обязательно проецируется на внешний мир, поэтому, чем больше человек теряет внутреннюю подвижность, тем мертвее становится мир снаружи. А мы уже говорили — в любой замкнутой системе неизбежно нарастает внутреннее напряжение, своего рода опрокидывающая сила, задача которой — вернуть себе подвижность. И в какой-то момент ей это удастся. За счет опрокидывания человека.

Что же делать? Как вам сказать... Вы, конечно, можете быть лучше, но лучше не надо. Будьте естественней! А как раз для этого ничего делать не нужно. Для этого скорее нужно не делать. Не делать того, что вас на каждом шагу делать призывают. Сломайте скорлупу внутренних запретов, загляните под нее и начните жить. И ощутите, как это, оказывается, здорово!

— *Грешу, — хохочет Дурак, — следовательно, существую!*

Почему нет? Главное при этом — не согрешить перед собой, не обмануть себя. И ничего плохого тогда не случится, ибо там, под «скорлупой запретов», у вас целый мир, который вы теперь слышите и в соответствии с которым живете.

Пользуясь случаем, хотелось бы сказать несколько слов во славу одного конкретного греха — лени.

— *Лень, — говорит Дурак, сладко зевая, — это когда нет сил делать то, что делать не хочется.*

И слава Богу, что не хочется! Вам когда-нибудь случалось лениться делать то, что нравится? Абсурд, верно? Мы испытываем лень лишь по поводу того, от чего нас воротит. Вас воротит? Не сопротивляйтесь —

разворотитесь и идите туда, куда идетя, туда, где воротить не будет. Не забывайте — движение в сторону комфорта, не забывайте — «Танец Дурака».

Делайте лишь то, что «танцуется», а все, что «серьезится», — пошлите подальше. Не ставьте очередной блок на свои ощущения, верьте им и им следуйте. Лень — это запрет на ложную ментальную программу. Это нежелание делать то, что обусловлено менталом. Вот и не делайте, не грешите. Если можете не делать — никогда не делайте. И получайте от этого удовольствие.

— *Лентяй*, — смеется Дурак, — *это человек, которому просто нравится жить.*

Забавно наблюдать, насколько в штыки воспринимаются подобные невинные рекомендации. Еще бы! Всю жизнь нас учили совсем другому. И есть еще здравый смысл, который говорит — да эдак вообще никто ничего делать не будет! Не переживайте — будет, если честен к своим ощущениям. Внутренняя динамика, требующая своей реализации, погонит, причем погонит таким образом, что делаться все будет и в кайф, и в радость.

А если кто к ощущениям нечестен, то, поверьте, и, слава Богу, он с места не сдвинется. А то такого натворит, ментально правильного и необходимого... Даже мусорное ведро, вынесенное в угоду менталу, не принесет в конечном счете ни радости, ни пользы.

Но самое скверное в таких ситуациях, что человек, суеющий в угоду менталу, отвыкает слушать себя и себе верить. Что ему остается? Слушать других, слушаться других и делать, как другие. Ничем хорошим в конечном счете это не заканчивается. Сегодня такой человек лениться не захотел, а завтра... родину предал! А все почему? Мусорное ведро вынес.

Динамика, друзья, — во всех ситуациях обращайтесь внимание только на нее, родимую. Нормально ли она реализуется? Не потеряна ли? Не пода-



влена? Что можно сделать для ее увеличения? Это всегда соответствует степени вашей естественности в той или иной ситуации. А естественность — это существование в интуитивном канале, в канале ощущений. Как в него войти, вы уже знаете. Входите.

Очень хочется, чтобы сквозь многословие нашего исследования вы не упустили рассмотреть главное — невзирая на ту вычурную красоту, замысловатую образность и хитрозапутанный романтизм, которые человек придал Миру, что реальный Мир много проще, строже и лаконичнее. Мир — это всего лишь поток энергии, организованной менталом. Мир — это то, что струится и течет. Прошу прощения — то, что должно струиться и течь.

Все отношения в пространстве человека определяются исключительно динамикой этого мира, уровнем и степенью ее свободы.

*Идеальный вариант* — это свободная человеческая система с несвязанной динамикой. Система, в которой Время полностью проявляет свой потенциал, а энергия свободно течет. Система, которая остается человеческим пространством, с привычной нам конфигурацией, но пространством не фиксированным, а столь же пластичным и готовым к изменениям, как и энергия, его наполняющая.

Человек, как открытая система, человек, сполна пользующийся избытком, не только человеческого пространства, но и тонкого пространства свободной энергии. Человек целостный, объединяющий в себе абсолютно все аспекты своей природы — как божественной, так и человеческой.

И второй, уже реальный вариант — именно тот, который мы отражаем собой (да простят нас Бог Время и Госпожа Вселенная!). Система с крайне невысокой динамикой, система связанная и почти полностью закрытая. Система, отражающая внутреннее и внешнее пространство человека ментального, челове-

ка социального, человека нынешнего. Человека, обремененного проблемами. Человека, чей мир определен не ощущениями, а понятиями, суть — установками, ограничениями и привязками.

Это связанная система с огромным количеством запертого и подавленного материала. Система, в которой энергия изо всех сил пытается освободиться, а плененное Время — реализовать свой потенциал.

В закрытой системе неизбежны проблемы и страдания. Ибо только таким образом запертая энергия и плененное Время могут вернуть себе хоть какую-то часть динамики. Страдания принудительно включают человека в канал ощущений, тем самым повышая динамику системы.

Еще раз хочу подчеркнуть — *все, абсолютно все происходящее в пространстве человека определено степенью свободы энергии этого пространства и уровнем ее динамики*. Зная это, можно несказанно упростить анализ самых хитрозакрученных ситуаций и проблем.

Ниже мы более подробно остановимся на некоторых частных проявлениях этой зависимости. А начнем вот с чего.

\* \* \*

Основной мотив большинства наших поступков — это желание узнать что-то новое. По сути — получить ответы на свои вопросы. Так нам кажется. В это нам верится. Хоть почти всегда речь идет об удовлетворении примитивного сенсорного голода. Для этого нам вполне хватает элементарной ментальной жвачки. Что это такое? Откройте любой глянцевого журнала, купите детектив, посмотрите блокбастер — и вы поймете.

Много блеска, много шума, немного сентиментальности — и все. Но довольны все — мы получили



иллюзию познания нового, а из нас вытянули хоть какие-то, но эмоции. Эмоция — это тоже энергия. Иного характера, иной чистоты, иного уровня вибраций, но все же энергия. Какая ни есть.

Энергия человеческих эмоций помогает не распасться ментальному пространству. Внутри него за эту энергию идет непрерывная и жестокая борьба. Изобретаются всевозможные способы и структуры для ее откачки — разные системы верований и представлений. Здесь и социум, и религия, и многочисленные виртуальные пространства — начиная от литературного и заканчивая компьютерным.

Эгрегоры, одним словом, так их за ногу. Любой эгрегор — это сливная яма для грубой обменной энергии, которую сладко спящий человек скармливает баюкающему его пространству.

Но все же иногда человек просыпается, и у него действительно появляется потребность задать вопрос. И он честно жаждет получить на него ответ. Правда, исключительно такого вида и характера, какой он заранее предполагает. Но жаждет. Невинная, казалось бы, и обыденная вещь. Но давайте посмотрим, что из этого получается.

Каждый раз, когда пространство дает нам ответ, у нас возникает... что? Понимание. Но выше мы уже говорили, что понимание — это смысловая матрица, в которой Время замирает. Любое понимание понижает динамику системы. По сути — убивает ее.

Каким же образом возможно удовлетворить наш запрос на новое, но не понизить при этом динамику системы, не нарушить ее целостность? Вы будете удивлены, вы не поверите, а кто-то, может, даже успеет обидеться, но все же — это можно сделать по-еврейски. Ответив вопросом на вопрос. Сразу возникает масса предположений по поводу происхождения Дурака. Но разве от него можно услышать что-то вразумительное — ржет, как ненормальный.

— Ты просто ни в чем себе не отказывай, — булькает смехом Дурак, — даже во мне.

Впрочем, можно еще Сократа вспомнить. Он разговаривал точно так же — вопросами. А еще даосы есть, и суфии, и абсолютно вся школа Дзэн...

Это не случайно. В отличие от ответа вопрос повышает динамику системы. Это всего лишь трусливая ложь ментала — будто каждый вопрос должен завершиться ответом. На самом деле это необходимо только ему, ибо завершенность — это основа основ его пространства.

Ответ всегда убивает вопрос, разряжает его потенциал и создает всего-навсего ментальную иллюзию обретения чего-то нового. Истинное знание — это не есть знание ответов. Настоящее знание — это динамика вопросов.

Вселенной не нужны ответы. Она оживает лишь вопросами. Она приветствует любые, причем (вы будете удивлены) каждый раз заботливо на них отвечает. Но, друзья, космическая любовь в высшей степени холодна и беспристрастна, привикайте к этому. Ответы Вселенной, или, если хотите, Бога, — это непростые ситуации, это некомфортные состояния, это все то, что мы зовем проблемами. Обзываем даже, и все только потому, что нам дается совсем не то, на что мы рассчитывали.

Ценность любой школы, книги, сказки или притчи — не в ответах, а в тех вопросах, которые проявятся в вас на их фоне. Только вопросы создают возможность движения, только они заставляют прислушиваться к себе, позволяют услышать себя и наконец-то получить ответ. Который никакого значения иметь уже не будет.

Ибо ценность вопроса не в ответе, а в тех внутренних подвижках, которые к нему приводят. *Настоящему вопросу ответ не нужен, ему нужен ты.*



Поэтому если вы всерьез полагаете, что я в этой книге даю вам ответы и учу обходить стороной грабли, вы жестоко заблуждаетесь. Какие ответы вам может дать такой дурак, как я! Признаюсь, моя тайная миссия — это провокация. А насчет грабель — я просто предлагаю вам пройти по ним с удовольствием.

Христос говорил о щеке, я предлагаю подставить лоб, мне кажется, так больше пользы будет. Главное — научиться не сопротивляться. Любая шишка — продукт упреждающего сопротивления шишке. Но к Счастью путь шишками да синяками не услан. Лишь согласием на них. А вы уже знаете: чем больше согласия, тем меньше членовредительства. Поэтому да здравствуют грабли — источник бесценного опыта!

— *В мире еще много грабель,* — мечтательно говорит Дурак, — *на которые не ступала нога человека.*

— *Поэтому не стой на месте,* — хохочет он, — *иди, ищи новые тупики.*

Зачем их искать, уважаемый, если из них одних наша жизнь и состоит? Впечатление такое, что мы не только не с той ноги встали, но еще и не с той ноги родились. Ну что ж, давайте тогда пользоваться этим широко и с удовольствием. Ведь не случайно у человека есть ум, чтобы создавать проблемы, и глупость, чтобы ими наслаждаться. А глупость, которой пользуются с удовольствием, пожалуй что, и на мудрость потянет, вам не кажется?

Что есть проблема, если не все тот же вопрос, которым оживляется мир? Надеюсь, вы еще не забыли — проблема призвана вернуть энергии динамику. Либо вопреки нам, через наше разрушение, либо совместно с нами, через разрушение нашего несогласия и неприятия. То есть проблемой человек или разрушается, или растет.



Выбирайте, что вам милее. Выбрали — осваивайте предложенные технологии. Освоили — превращайте все свои проблемные тупики в потоки энергии, все страдание — в источник удовольствия, всю боль — во внутренний свет.

Используйте для этого весь арсенал Школы: *«Танец Дурака», внутренний смех, смех тонкими оболочками, смех клеточного уровня, дыхание ощущениями, смеховые сонастройки, работу в канале смеха, технологию скольжения* — в общем, все, что прописано во второй части книги. Не бойтесь обжечься огнем своего страдания, за ним — новое рождение.

*«В каждом страдании и мучении нашего существа есть скрытое пламя восторга, в сравнении с которым наши величайшие удовольствия — только слабое мерцание»* (Шри Ауробиндо).

Именно такой подход обнажает суть огненного крещения, обещанного некогда Иоанном Крестителем, но тайный смысл которого так и остался нераскрытым. Вот вы и раскрывайте.

\* \* \*

Немного о карме. В рамках Школы, которую я имею честь представлять, а именно — «Школы Дурака», понятия кармы не существует. Но оно существует в человеческом пространстве. Поэтому два слова о нем.

Пресловутая карма — это не что иное, как все та же запертая энергия, требующая своего освобождения. Все, от чего вы некогда отказались, все, что не прожили, все, что отказались ощущать, *в угоду установкам и требованиям ментала*, абсолютно все подавленное и загнанное в подсознание теперь требует своего проживания, признания и интеграции с собой.



Если вы не вскроете энергию, которую заточили в себе, она вскроет вас. Вот и все. В этом истинная суть тех страшилок, которыми окружили это надуманное понятие.

Энергия, друзья, все та же энергия. Вы уже поняли, чем она связывается — понятиями, которые действительно могут передаваться из поколения в поколение как традиции (коллективная карма) или привычки (карма индивидуальная, обыкновенная). Или из одной жизни в другую, как не ставшее целостным мировоззрение, суть — отношение к миру и себе (карма паразитикус сволочинус).

Все прочее, нафантазированное вокруг, — попытка хоть как-то спровоцировать человека на приятие болезненных ощущений, пусть через страх или красивую выдумку.

Судьба, обреченность, рок и фатум — птенцы из того же лукошка.

\* \* \*

О пессимизме и оптимизме чуть-чуть. Мы о них часто упоминаем, давайте наконец выясним, что заложено в эти понятия.

*«Признаком человека является не столько его центральное положение в космосе, сколько его способность выходить за пределы царства форм»*, — было сказано некогда Гермесом Трисмегистом. Это прекрасная иллюстрация как всего нашего разговора, так и той маленькой темы, которой мы коснулись.

Умение выйти за пределы! — в этом суть человека. Оптимист это интуитивно ощущает и постоянно выходит, пессимист же ментально понимает, что есть рамки, — и привычно в них остается.

Вспомните и сравните:

*— пессимист видит трудность в любой возможности, оптимист — возможность в любой трудности;*

— *пессимист спрашивает о том, сколько лет ему осталось у кукушки, оптимист — у дятла;*

— *пессимисты изобрели пробку, оптимисты — штопор;*

— *оптимисты изобрели самолет, пессимисты — парашют;*

— *пессимист говорит: «Хуже уже не будет», а оптимист: «Будет, обязательно будет!»;*

— *пессимист говорит, что все женщины — шлюхи, оптимист на это искренне надеется.*

Ну и наконец, *оптимист — это человек, который до конца исчерпал запасы своего пессимизма. Исчерпайте до конца пределы своего страдания — и станьте оптимистами, выйдите за его пределы. Страдание может быть только «в пределах», вне пределов — жизнь.*

*«Когда мы выйдем за пределы познанного, тогда мы будем иметь Знание. Разум теперь препятствие.*

*Когда мы выйдем за пределы желаний, тогда мы будем иметь Силу. Усилие теперь препятствие.*

*Когда мы выйдем за пределы наслаждений, тогда мы будем иметь Блаженство. Желание теперь препятствие.*

*Когда мы выйдем за пределы себя, тогда мы будем истинными Личностями. Эго было помощником, Эго теперь препятствие.*

*Трансформируй разум в интуицию; пусть весь ты станешь светом...*

*Трансформируй усилие в ровное течение душевной силы.*

*Трансформируй наслаждение в ровный и беспредметный экстаз: пусть весь ты станешь блаженством. Это твоя цель» (Шри Ауробиндо).*

Это твой путь, оптимист. Путь к Дураку, ибо Дурак — сама суть оптимизма. Куда тебе теперь от него деться...



\* \* \*

Мы живем в пространстве понятий, которые традиционно определяют Бога только хорошим, а Дьявола исключительно плохим. Критерии этих понятий *определяют*, то есть устанавливают пределы как Богу, так и Дьяволу. (Давайте сразу внесем ясность: Бог не есть Абсолют, это один из проявленных его аспектов.)

Между тем глубинная суть у них одна: Дьявол — это освобождение динамики через разрушение структур, Бог рушит границы тех же структур через интеграцию и любовь. Оба они способствуют оживлению пространства. А вот у того, кто создает эти понятия и определяет их границы, личина несколько иная... Кто же этот монстр? Социум.

Именно он омертвляет мир, навешивает на него ярлыки и устанавливает ему пределы. По сути, он и является истинным Дьяволом, тем, кто всегда разделяет и разрушает, разрушает целостность и единство. Тут бы самое время его испугаться и возопить: «Изыди!» — но у нас с вами есть способ получше — смех. Ох, и не любит он этого дела, когда смеются не над кем-то, а просто так, от души. А еще — дули, не забывайте об этом прекрасном оружии «невлипания», не все же мне их крутить.

\* \* \*

Мы с вами выбрали жить в стремительное, по-своему дикое и непрерывно сходящее с ума время. Время, до предела затехнологизированное (еле выговорил), и именно поэтому, как многие считают, отданное на откуп Сатане (а иначе откуда бы в нем такие слова рождались?). *Мы с вами живем в прекрасное время!*

Что дает мне право сделать такой неожиданный вывод? Стремительность этого времени, его

высочайшая динамика и — как результат — текучесть. Да, тут социум, пожалуй, маху дал... Ну что поделать — и на старуху бывает проруха, из которой потом Время вытекает (и из старухи, и из прорухи).

Мы живем в эпоху информационного взрыва, когда массив информации нарастает лавинообразно, буквально в геометрической прогрессии. Стремительно рушатся многовековые догмы, формы отношений, традиции, и, хоть многими это воспринимается достаточно болезненно, на самом деле это прекрасно! Так Мир пытается выжить и сохранить при этом человечество. Сохранить за счет тех внутренних изменений, которые неизбежно будут происходить в нем при такой бешеной динамике жизни.

И хоть меняться, вы сами знаете, всегда непросто и очень больно, но, по-видимому, придется. Меняться не за счет отказа от себя, а, напротив, за счет приближения к себе, к своей естественности и текучести. Не стоит отказываться в этом мире ни от чего, наслаждайтесь плодами ментала вашего! Ведь и он не что иное, как инструмент Бога, получайте от него удовольствие, пользуйтесь им — просто постарайтесь не влипнуть в его дары, скользите по жизни, оставаясь неуловимыми для нее и свободными.

Вибрации смеха — прекрасная смазка для невлипания, вибрируйте — и дано вам будет.

\* \* \*

О любви. Совсем немного, буквально чуть-чуть. Только об одном ее аспекте.

Что из себя представляет это святое чувство? Свободное течение энергии. Любовь — это приятие. Просто приятие, и все. Но сколько за этим всего...

Лейтмотив данной главы в следующем: человек испытывает удовольствие только в случае освобождения



дения энергии. Никто не будет отрицать, что любовь — чувство приятное, просто, ух! какое приятное. А все почему? Текучая она, потому что. Значит, ей просто необходимо течь, и тогда она такие турбины раскрутить сможет! Такие лампочки в нас позажигает!..

А не дать ей если? Тогда берегитесь — нет плотины, которая смогла бы эту энергию удерживать. Вырвется — и все вокруг разрушит, а вырваться не сможет — разворотит все внутри и все равно освободится. Такая вот она, любовь наша...

Любовь — это трансляция энергии на выбранный объект, но условия подобной трансляции в пространстве человека жестко определены. Объект любви *должен* соответствовать конкретным требованиям. Система социального воспитания сделала все наше существование обусловленным, мы теперь ничего не можем сделать *просто так*. Только *потому, что*.

Мы любим только потому, что кто-то соответствует нашим критериям. А если в нем что-то не соответствует? В этом случае мы либо отказываем в любви себе (запираем свою энергию), либо стараемся привести избранника в полное соответствие вложенным в нас представлениям, подавляя тем самым его естественность, а вместе с ней — и его природную динамику. Трудно сказать, что хуже.

— *В твоей жизни есть любовь?* — восхищенно смеется Дурак. — *А есть ли в твоей любви жизнь?*

Мы позволяем энергии течь, только когда находим достойного ее истечения. И в какой-то степени это было оправдано, пока человек эволюционировал физически. Но эта стадия давно закончилась. Сейчас мы переживаем период эволюции духовной. Основной ее показатель — безусловность существования.

Счастье не может быть обусловленным. Если вы полюбили — снимите любые условия потоку своей

любви, пусть течет без препятствий и ограничений. Показатель вашего внутреннего комфорта будет одновременно показателем комфорта Мира, оживляемого вами.

Умение любить необусловленно — гарантия здоровья вашего Счастья и залог отсутствия у него как неприличных мест, так и тех проблем, которые в них могут завестись.

Влюбленный человек — это человек ощущающий, живой и струящийся. Вы влюблены? Поверьте, выбора теперь у вас нет — струитесь.

\* \* \*

Любовь — это состояние приятия, которое способствует увеличению динамики. Любовь иррациональна, а значит, менталу в ней места нет, только ощущениям. Ощущения — канал для движения энергии, поэтому, чем больше вы любите, тем больше вы живы. Христос говорил именно о безусловной любви ко всем и всему. Христос говорил о бессмертии именно в физическом теле — вам не кажется, что эти две посылки наконец нашли друг друга?

*Любовь — приятие — ощущения — живая жизнь — ненужность смерти.*

Путь к этому предельно прост, а главное — естествен. Существование в потоке ощущений, а значит, в потоке Времени. Не цепляясь за прошлое (не прожитое из-за запретов и несоблюдения условий ментала) и не привязываясь к будущему (из-за постановок целей и соблазнов желаний). Их нет, этих категорий, их не существует, они всего лишь атрибуты иллюзорного мира, созданного менталом. Но именно ими мы заполняем пространство своего настоящего. Выворачивая тем самым свою реальность наизнанку.



Прошлого в прошлом не существует. Все твое прошлое сейчас рядом с тобой, оно сидит за твоим письменным столом, болит под лопаткой, капает незакрученным краном на кухне. Увы, но все твое *сегодня* — это непрожитое *вчера*.

Будущего в будущем не существует. Все твое будущее сейчас рядом с тобой, оно в твоих ожиданиях, надеждах и планах, в твоих чаяниях и предвкусениях. Увы, но все твое *сегодня* — это тень несостоявшегося *завтра*.

— *Завтра твое сегодня станет вчера*, — сочувственно смеется Дурак. — *Бедолага...*

Если твое *сегодня* пожрано днем вчерашним и завтрашним — есть ли оно у тебя вообще? Живешь ли ты прямо сейчас или всего лишь отрабатываешь долг перед Временем? Жив ли ты? Есть ли жизнь в твоей жизни? Движешься ли ты с потоком Времени или цепляешься изо всех сил за свои ментальные ориентиры, вынуждая его обдирать тебя со всех сторон своим мощным течением?

— *Самое смешное в жизни человека то*, — грустно смеется Дурак, — *что он называет ее жизнью.*

Жить можно лишь в потоке Времени, а значит — в потоке ощущений. Когда вы движетесь с течением, вы его не замечаете, когда вы живете в ощущениях, вы делаете это, не напрягаясь и не тратя сил на ненужное сопротивление. Вас при этом несет на себе стремительное время, вас бережно поддерживает собой течение жизни, вы бесстрашно позволяете им быть, и они благодарно помогают бытию вашему, насыщая его всеми мыслимыми щедротами и дарами.

Имейте в виду, Бог всегда дает человеку ровно столько, сколько человек может позволить себе. Позвольте себе много! Позвольте себе жить. И жизнь ваша будет долгой. И жизнь ваша будет! Главное — чтобы вы были в ней.

\* \* \*

Все, от чего мы получаем удовольствие, свидетельствует о присутствии в нас свободной энергии. О несвязанной динамике. Все, от чего мы не получаем удовольствия, от чего страдаем, испытываем боль, страх или уныние, говорит о присутствии в нашем энергоконтуре застрявшей энергии.

Знание этого позволяет совершенно по-другому взглянуть на многое в мире человека.

Если боль мы испытываем из-за избытка энергии, значит, первое, что необходимо сделать в случае любого заболевания, — это шагнуть навстречу боли. То есть основой лечения должно стать максимально плотное взаимодействие со всеми болезненными проявлениями заболевания.

Логика простая: болезнь — результат заблокированной энергии, заблокирована она тем, что ментал счел ее недостойной проживания в ощущениях, ее болезненность — попытка привлечения внимания для включения динамики в запертой энергии. Если мы ей в этом поможем и начнем сознательно ощущать то, что болит, задача болезни будет решена, и необходимость в ней исчезнет.

Нынешняя медицина далеко отошла от этих принципов. Все ее пресловутое лечение сводится как раз к отвлечению внимания от боли и ее блокировке. Между тем мы уже говорили: бояться страдания не следует — как только перед ним снимают сопротивление, оно исчезает.

— *Если ты испытываешь страдание, — с улыбкой напоминает Дурак, — испытывай его изо всех сил! Оно такого испытания не выдерживает.*

Интуитивно это понимали наши предки, активно применявшие внешне изуверские способы лечения. Лечение пчелиными и даже осинными укуса-



ми, змеиным ядом, укусами муравьев, крапивой, настойками с откровенно агрессивными и ядовитыми ингредиентами было призвано использовать как раз обозначенные принципы.

Все, что мы ощущаем, оживает. Предложение ходить босиком, обливаться холодной водой, париться в бане — неосознанная попытка реализации именно этого принципа. Характерно, что чем осознанней подход к нему, тем, во-первых, выше его эффективность, а во-вторых, ощутимее чувство комфорта, возникающее при этом.

И это понятно, ведь все, что мы ощущаем, доставляет нам радость. Смотрите, насколько плотно увязаны эти состояния. И это не случайно. Именно этим соответствием определяется истинная, не ментальная, не социумная, а *естественная этика* человека. Именно ей предлагается следовать.

Что происходит, когда мы выражаем свою благодарность? Какое благо мы при этом дарим? Посыл энергии. Мы при этом словно распаиваем (увя, на мгновенье) свое сердце, испуская из него лучик энергии. Любой акт искренней благодарности доставляет нам радость. Ибо включает динамику в запертой энергии любви.

Вы подаете нищему милостыню — что у вас при этом происходит на уровне ощущений? Если вы дали только монетку — могли бы ее и не давать, поверьте, обеим сторонам было бы от этого только лучше. Не думайте, что это вы существуете для нищих, все не так — это они пришли в мир для вас. Они вас лечат, дают возможность включить сердце, а значит — приятие, а значит — динамику. Дайте им за это толику благодарности, импульс энергии.

Вы, несомненно, слышали, что животные могут нас исцелять. Да, но каким образом? Всего лишь помогая включить динамику в застоявшейся энергии любви. И все. Всякие там «иньские и янские»

энергии к этому имеют очень мало отношения. Просто когда вы гладите кошку или собаку, сквозь вас струится живая энергия, оживляющая и вас.

Почему в народе существует совет — если тебе плохо, помоги кому-нибудь, и тебе сразу станет легче? Работает тот же принцип — открывая кому-либо сердце, вы включаете в себе динамику, давление энергии в вас ослабевает, и вам становится комфортней.

*Если жизнь облыжная  
вас не дарит дланями —  
помогите ближнему,  
помогите дальнему.  
Помогите встречному,  
все равно, чем именно.  
Подвезите женщину —  
не скажите имени...*

Андрей Вознесенский

Вот вам высшая этика — божественная и честная. Просто слушайте себя и *будьте всегда эгоистами* — делайте лишь то, что вам приятно. Движение в сторону комфорта! И все вам за это скажут спасибо.

Мы вскрываем в себе энергию — и нам становится легче. Именно поэтому женщинам во время родов предлагают кричать и не сдерживаться. Именно поэтому первая реакция на удар молотком по пальцу это — «ой!» у женщины и — «...мать!» у мужчины. Именно поэтому постоянно кряхтят и охают пожилые и больные люди, им так становится легче и менее страдательно.

Мы включаем динамику в энергии — и нам становится приятнее. Именно поэтому (для этого) чавкают и плямякают маленькие дети (попробуйте и вы), именно поэтому (для этого) стонут и кричат во время оргазма влюбленные и не очень (вы еще не пробовали? — спешите успеть!).



Крик — вообще страховочная реакция для мгновенного сброса энергии в критических ситуациях, вспомните — крик страха, вскрикивание от боли, крик «ура!» во время атаки. Комфорт от этого, может, и не наступает, но дискомфорта становится ощутимо меньше.

Наше тело много мудрее нас — обменталенных с головы до ног. Оно *знает*, как надо жить, а цивилизованный человек — только *понимает*. Ощутите разницу. Сумеете вы ее заметить или нет — неизвестно, но вот тело ее ощущает всегда — мы отказываемся прислушиваться к его советам, и оно начинает умирать. Оказывается, это мы сделали свое тело смертным, оно себя таким *не знает*.

\* \* \*

Надеюсь, вы уже поняли, к чему приводит существование с несвязанной внутренней динамикой, существование в канале ощущений, а по сути — в своем естественном качестве?

А приводит это всего лишь к пустячку, к этакой прихоти Вселенной, к невинной шалости Бога — к состоянию неизбыточной радости, глубокого комфорта и полного удовлетворения от жизни. И это крайне показательно.

Я не призываю вас к подвигу, самоистязаниям и надрывным трансформациям. Я вам просто предлагаю игру. Объясняю ее правила. И десять, сто, тысячу раз предупреждаю — если можете не делать, то и не делайте ничего, а решились если — делайте все с удовольствием. С радостью, по-детски искренне и самозабвенно. И будет вам... Ну, о том, впрочем, вы и сами уже знаете.

*«Мой Бог не хочет знать, что я для него сделал. Он лишь хочет знать, как я проживаю. Ясным языком он говорит мне, что моя радость — это его на-*

стоящее и единственное удовлетворение» (Шри Чинмой).

*«Принимать жизнь как игру, смеяться над драмами, которые создает для нас бытие, над травмами, которые мы причиняем себе, — это значит знать то, о чем говорили религиозные видящие в течение тысячелетий» (Ма Сатья Бхарти).*

*«Отвергнутая вами бессознательная часть может стать активной и творческой, только если вы добавите к ней новое измерение — измерение праздничности, измерение игры» (Ошо).*

*— Хватит, хватит, — смеется Дурак, — меня ведь если долго уговаривать, то и уговорить недолго.*

\* \* \*

Зачем вообще написана эта глава? Чтобы показать, что все, абсолютно все в нашей жизни определено только интенсивностью динамики и степенью свободы энергии. Чтобы показать, что истинные принципы и мотивы человеческого существования много проще тех драматических душераздирающих схем, которыми нас пичкают с самого рождения.

Прекрасно понимая, что рискую показаться нудным и пресным, я все же повторюсь еще раз: любой комфорт — это показатель присутствия свободной динамики, любой дискомфорт — показатель энергии запертой, динамики мертвой.

А самое главное — степень свободы энергии, ее динамику (а значит — уровень комфортности существования) мы определяем своим отношением к миру, способом его восприятия. Пока мы его ощущаем — он живет, энергия, из которой он соткан, имеет высокий уровень динамики, мы чувствуем себя оптимистами, и нам радостно жить. Если же мы его думаем, ментально оцениваем и определяем — Мир замирает и мертвеет, жить нам становится



ся дискомфортно и болезненно, мы превращаемся в пессимистов и медленно умираем.

Самое смешное, что совершенно неважно, в какие ментальные образы мы заключаем Мир — позитивные или негативные, мы его заключаем — и этого вполне достаточно, чтобы он начал умирать. Причем — никогда об этом не забывайте — вместе с нами. Любое представление или понятие, любое наше осознание или откровение, переведенное на ментальный уровень, уже «трупобразно», уже начинает «попахивать» и разлагаться.

Откровенно негативный образ, отрицание или запрет начинают болеть немедленно. Как нанесенная рана, как травма. Позитивный образ или нейтральный — чуть погодя, зато необратимей и масштабней. Как обширная инфекция, как рак.

Поэтому поощряйте в своей жизни любое изменение, любую динамику. Если не знаете, в каком направлении двигаться, — выбирайте то, где прежними вам уже не остаться. Не бойтесь меняться! Любое изменение — это обновление, это жизнь!

*— Ты лучше, если другой!* — со смехом напоминает Дурак.

Как вы думаете, почему люди влюбляются, создают семьи, рожают детей? Открывают новые законы, новые места, новые пространства? Исследуют космические глубины, глубины микромира и глубины человеческого сознания? Только для одного — чтобы стать другими. Более масштабными, более емкими, более толерантными. Более близкими себе. Нет на это согласия — возникает трагедия.

Для чего в жизни каждого из нас случаются неприятности, болезни, трагедии? Чтобы мы стали другими — более пластичными, более смиренными (с миром «единенными»), более открытыми. Более близкими себе. Нет на это согласия — приходит смерть.

Для чего в жизнь каждого из нас приходит смерть? Чтобы освободить энергию и оживить динамику, омертвленную нашей неудавшейся жизнью. Чтобы сделать нас более близкими себе.

А что происходит, если жизнь все же удалась? Если мы еще при жизни сумели приблизиться к себе? Тогда смерть приходит просто в гости — попить чайку, посплетничать, пожаловаться на старые мозоли...

Да, но как можно жить без ментальных конструкций, без образов? Ведь суть любого объекта — ментальное клише. Как может выглядеть мир, с которого сняты ментальные узы? Будет ли он вообще существовать? Может, он просто рассыплется на тончайшие и не воспринимаемые энергетические потоки? Только нам-то какой от этого прок? Как потом жить в таком «безобразном» безобразном мире? Возможно ли это?

А как же. Лишить объект жестких рамок — во все не значит уничтожить его как объект. Он просто становится пластичным, свободным и предельно динамичным. Это нам только кажется, что форму воде можно придать, лишь заморозив ее. Че-пу-ха! Скажите, вы никогда не присматривались к воронке, образующейся в ванне, когда из нее выпускают воду? А вы пойдите, присмотритесь, причем прямо сейчас.

Такая воронка, сотканная из стремительно мчащегося потока воды, — устойчива! Она сохраняет свою форму невзирая на то, что ее как бы и нет как отдельного объекта, а есть всего лишь аморфная и текучая субстанция. Но ведь она есть! Причем форма ее существования совершенно уникальна — она может мгновенно изменить свою конфигурацию или даже исчезнуть, чтобы тут же появиться где-нибудь в другом месте. Но главное, она реально есть — живая, струящаяся, устойчивая.



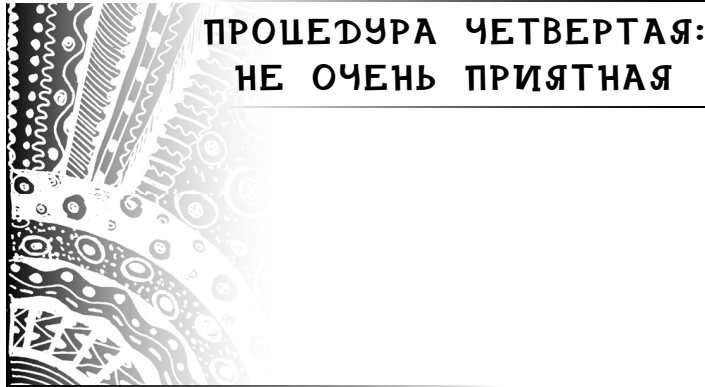
Таким может быть, таким должен быть Мир, воскращенный нами. Таким может быть человек, снявший с себя коросту ментального панциря. Станьте такой живой энергетической воронкой, сотканной из земной плоти, станьте струящимся вихрем, пока жизнь не сделала из вас воронку сливную. И хоть по-своему это тоже неплохо и даже оправданно, ведь куда-то ей надо сливать все, что вы отвергли и не приняли, но... как-то уныло и мало достойно человека, согласитесь.

Страдание, которому не сопротивляются, легко превращается в оргазм. Оргазм, которому сопротивляются, неизбежно превращается в страдание. Разница между ними в одном — в степени приятия. Неважно, что вы принимаете, итог всегда один — радость. Неважно, чему вы сопротивляетесь, итог один — страдание. Поэтому кончайте наконец дурью маяться и немедленно начинайте превращать свое существование в один непрерывный оргазм, в поток нескончаемого наслаждения. Все в ваших руках. Распускайте же их бесстыдно и безобразно! С удовольствием.

— *Ого!..* — восторженно смеется Дурак. — *Все, пошел распускать.*

Присоединяйтесь, друзья, присоединяйтесь.





## ПРОЦЕДУРА ЧЕТВЕРТАЯ: НЕ ОЧЕНЬ ПРИЯТНАЯ

### ВНЕШНИЕ ТОЧКИ ОПОРЫ, ИЛИ ЦИВИЛИЗАЦИЯ НЕКРОФИЛОВ

*Когда Текэй после двадцати лет упорного изучения духовных наук взглянул на мир, он утратил все прежнее понимание Дзэн и просто сказал:*

*— Как я ошибался. Как я ошибался. Подними штору и посмотри на мир. Если кто-нибудь меня сейчас спросит, какой философии я придерживаюсь, я немедленно дам ему в зубы...*

Дайсэцу Судзуки «Основы Дзэн-буддизма»

*— А я догоню и добавлю!* — восторженно хохочет Дурак.

*— Хочешь найти истину?* — смеется он. — *Ищи ложь.*

Поисками лжи мы и займемся в этой процедуре. Исследуем свое Счастье на присутствие в нем инородных образований. И начнем это исследование с бликанализа только что прозвучавшего.

Как вы полагаете, могут ли присутствовать в *вашем* Счастье инородные тела? Чужие тела? Не вами

рожденные? Может ли *ваше* Счастье состоять из *кого-то* или из *чьего-то* чужого? А если может, то почему вы считаете, что оно ваше? А если не ваше, то чье? Чье счастье вы создаете в своей жизни? Да и ваша ли это жизнь — с чужим-то счастьем?

Согласитесь, забавные вопросы появляются у нас сразу, как только мы позволяем себе усомниться в собственной искренности. Даже представить страшно, что может случиться дальше, если, скажем, на смену нашим сомнениям придет некая убежденность. Может, и впрямь не стоит лезть туда, куда мы шагнуть вознамерились? Вы как полагаете?

— *Наш человек всегда, где трудно!* — ободряюще смеется Дурак. — *Там, где наш человек, трудно всегда!*

М-да, спасибо, дорогой, успокоил. Ну что, друзья, — туда, где трудно, чтобы не было, как всегда? Освоимся там, оглядимся — глядишь, и полегчает?

Поехали. Итак, предлагаю вспомнить то отдаленное и, вне всякого сомнения, сокровенное время, когда вас начали учить ботанике. Нет, нет — не в школе это было. И даже не в детском саду. И не накануне. А раньше, много раньше, неужели не помните? Буквально сразу, после первого вашего крика, после шлепка по попке (а может, и вместе с ним) вам начали преподавать основы этой дивной науки.

Не обращая внимания ни на удивленное гуканье, ни на возмущенные пузыри, из вас стали делать знатного мичуринца и заставили растить дерево. Причем дерево не простое (простое, оно ведь и само вырастет, дичка какая-нибудь), нет — совершенно особенное дерево, достойное вас. Именно вас.

Ну как, вспомнили? Что значит — бред? Нет, мои хорошие, бред начался позже, когда вы его все-таки взрастили, свое деревце. Когда затвердел ствол на нем, когда кора пошла трещинами да обзавелась

жучками с личинками, когда распахнулась-раскинулась крона его, цепко впившись ветками в небо и жадно требуя плодов себе. Неужто и впрямь не помните? Ладно, так и быть, напомним.

Каждый человек приходит в этот мир, чтобы вырастить дерево. Насчет сына и дома не знаю, не уверен, но насчет дерева — совершенно точно. Ибо дерево это — его Жизнь. А раз Жизнь — сама суть такого дерева, то и дерево, само собой, должно быть живым. Только не тут-то было...

*Само собой* дерево жизни и впрямь всегда становится живым, но когда к этому делу прикладывает руки человек, мичуринец-воспитатель, который точно знает, *каким именно живым* должно быть это дерево, который не хочет ждать милости от природы, ибо природе этой он не верит и давно ее боится... Вот тогда-то и начинается самое забавное. Мягко говоря.

Человек привык бережно и с любовью относиться к миру, в котором он живет... Помните? Именно в этом нас уверяли и этому учили в младших классах. А потом рассказывали, как такая любовь должна проявляться у человека культурного, то бишь — у нас с вами. Культурный человек просто обязан *окультурить* пространство своего существования. То есть привести его дикую стихийную неорганизованность в полное соответствие своим запросам и правилам.

Лес необходимо проредить и сделать парком, траву подстричь и превратить в газон, зверей приручить и объяснить им, что есть друг дружку нехорошо, рекам указать правильные направления течения, тайфунам — оптимальные пути следования, цунами — приоритетные места выплескивания.

А человеку... О, в отношении его, родимого, придунок и задумок гораздо больше. Тут есть где развернуться, причем совершенно безнаказанно, ведь,



в отличие от тупой к обучению и достаточно мстительной стихии, здесь полное понимание высоких целей и абсолютное, беспрекословное сотрудничество. Еще бы, ведь потому-то мы и люди, оттого и звучим гордо...

Но не будем забегать вперед, об этом нам еще долгий разговор предстоит. А пока еще немного поговорим о ботанике. В чем особенность того дерева, которое нам предлагается для взращивания? В чем проявлена его «окультуренность»? И почему, в конце концов, это плохо?

Сразу хочу сказать (еще раз хочу отметить) — про «плохо» никто не говорит вообще, речь идет исключительно о естественности, принципы которой были подробно рассмотрены в предыдущей процедуре. А вот что выбирать (и делать хорошим), что отвергать (превращая в плохое) — решать исключительно вам.

Итак, *дерево социумное, калированное*. Его структура: *ствол — жизненная позиция; ветки — цели, подлежащие достижению; плоды — радость от достигнутого*.

То есть речь идет о стандартной схеме существования. Я думаю, многие в ней сразу же узнали себя и, возможно, даже успели пожать плечами, дескать, — ну и что? Разве можно как-то по другому? Без постановки целей, без жизненной позиции? Без плодов радости — таких желанных, хоть и труднодостижимых?

Кто знает, кто знает... Ключевым в таких сомнениях (возражениях?) является слово «можно». Разве можно, разве допустимо, разве позволительно... Вы пока поковыряйтесь в этих крайне неслучайных особенностях нашей речи, а я продолжу свой дурацкий трактат о не менее дурацкой ботанике.

Предлагаю вам еще одну схему возможного пребывания в этом мире, прошу любить и жаловать —

*дерево дикое, некультуренное, стихийное. Его структура: ствол — радость жизни; ветки — форма реализации этой радости, форма игры; плоды — ...см. ствол.*

Да, с плодами в привычном понимании тут заминочка выходит. Какие плоды могут быть у радости? Радость. И еще раз радость. И еще раз — она же. А что другое? Достижения, открытия, изобретения, подвиги и рекорды? Все это — *см. ветки*. Это всего лишь форма игры, если хотите — самовыражения и не более. Произведения музыкального, литературного, изобразительного характера? Все это — *см. ветки*. Может, это само Счастье? В таком случае — *см. ствол и ветки*.

Вот такое интересное деревце получается, явно «не от мира сего» — с ног до головы декоративное, плоды не дающее, само для себя плодом являющееся.

С таким явлением социум еще не сталкивался, в мире человека (в мире ментала и здравого смысла) так не бывает. Так не должно быть! Иначе все перевернется с ног на голову. Иначе вся логика пойдет к чертовой матери! Как тогда жить, на что равняться?

Где это видано, чтобы плодом был не результат роста ветки, а сам рост? Более того — сама ветка и даже само дерево? Этак мы договоримся, что важен не итог пути, а сам путь. Не то, зачем ты подметаешь двор, а то, что ты его подметаешь. Более того — что важна сама возможность пути (сама возможность подметания) и все, что с ней связано, в том числе все препятствия (в том числе мусор). Что наградой является не то, куда ты пришел, и не то, что у тебя получилось, а сам процесс «прихода» и «получения», по сути — делания. Причем со всеми его составляющими — со всеми сложностями и проблемами. Вот, чувствуете? — похоже, что договорились, проблемы у нас уже стали наградой. Куда дальше...



Что мы сейчас пытаемся сделать? Мы пробуем сопоставить два дерева, две схемы бытия, две формы существования — естественную и откровенно навязанную, придуманную, и делаем это для того, чтобы отследить их в себе и отыскать себя в них. Для того чтобы разобраться в механизмах (причину мы вроде бы уже выяснили), которые определяют качество нашей жизни. Качество нашего Счастья.

Вернемся к первому дереву, такому привычному, понятному и якобы плодоносящему. Еще раз рассмотрим в его структуру. Основа этой структуры, ее ствол — жизненная позиция человека. Что это такое, из чего она складывается и откуда берется?

Жизненная позиция — это внутренняя ментальная ориентация, направленная на реализацию представлений о мире. Этакая совокупность смыслов, требующая своего воплощения. Причем внешне вы можете даже ничего не делать — она все равно реализуется оценкой такого «ничего неделания». То есть — жизненная позиция проявляет себя как система отношений с миром (и прежде всего — с самим собой), как способ реагирования на него.

Сформирована и определена она тем самым пресловутым «знанием», которое человек получает в процессе своего воспитания и обучения, в процессе социализации. Само собой знанию этому изо всех сил придается статус объективности и «единственности». Это *правильное* знание, которое определено *правильными* законами, в соответствии с которым необходимо выстраивать свою жизнь, делая ее столь же *правильной* и обретая в награду не менее *правильное* счастье.

Правильность — это и есть та *прививка*, которую сделали некогда дикому и некультуренному дереву нашей Жизни, требуя от него плодов формы — исключительно понятной и приятственной, вкуса — гладкого да сладкого, цветения — строго в

срок, урожайности — предсказанной и планооблагаемой.

— *Какой беспросветный оптимизм!* — восхищенно цокает языком Дурак.

Такое дерево теперь и в оранжерею поместить — себя не обидишь, и соседу показать не стыдно, да и диссертацию на нем защитить не одну можно. А уж о том, сколько денег приносит передача опыта такой культивации счастья! — я просто скромно помалкиваю...

Каждому из нас делают прививку правильности в самом раннем детстве, более того — такие прививки нам делали и делают неоднократно, по любому поводу и при каждом удобном случае. Называя это гордо — воспитанием и обучением. И мы себя потом столь же гордо называем обученно-образованными и окультуренно-воспитанными, даже не задумываясь о сути того, чем гордимся.

— *Воспитание,* — смеется Дурак, — *это то, что заставляет человека потерять себя и подсовывает ему другого.*

— *Это чужой бред,* — хохочет он, — *в который ты превращаешь свою жизнь.*

А образование, добавим мы, — это то, что подселяет в нас умные мысли других, причем делает это столь качественно, что мысли эти постепенно становятся нашими. Именно из них мы затем создаем в своей жизни чужие проблемы (присваивая их себе), пытаемся жить не своими желаниями (честно исходя собственной слюной), влюбляемся в навязанных нам наших избранниц и, в конечном счете, умираем не своей смертью.

— *Просто кошмар какой-то!* — с ужасом в голосе смеется Дурак. — *Прямо волосы в жилах стынут!*

Каждое введенное в нас понятие — это своего рода точка опоры, опираясь на которую, нам пред-



лагается существовать. Понятия эти чужие, рожденные вне нас, по сути — внешние, а значит, и точки опоры, которые нам предлагают, находятся вне нас, это всегда внешние точки опоры.

*Внешние точки опоры* — это система чужих взглядов, мнений, рекомендаций, это вся совокупность социумного обучения, в соответствии с которой нам предлагается жить и на которую нас вынуждают опереться.

И на первый взгляд плохого в этом нет ничего. Действительно, каждая внешняя точка опоры — это ориентир, помогающий существовать в мире человека, в пространстве его понятий. Как без них стать полноценной социумной единицей подрастающему ребенку? Для того чтобы он не остался беспомощным «маугли», такие ориентиры ему просто необходимы.

Действительно... Если бы не одно «но» — у человека неизбежно возникает мощная зависимость от таких точек, а по сути — от всего внешнего. Он постепенно, но неуклонно становится *внешнезависимым*, теряя себя и забывая о своей глубинной природе, о тех поистине фантастических возможностях, с которыми приходит в этот мир изначально.

Теперь любая попытка отойти от внешних точек, то есть сделать что-то вопреки понятиям, из которых они состоят, вызывает страх и чувство беспомощности. В сознании человека формируется некая «понятийная зона», за пределы которой он не может позволить себе выйти. То есть — выйти он может! Но позволить себе это — нет.

— *Конечно,* — смеется Дурак, — *жить в пустыне можно только возле источника. Но жить можно не только в пустыне возле источника!*

Человека, пришедшего в мир, можно уподобить пирамиде — образованию предельно устойчивому и не нуждающемуся во внешних подпорках. Но что делает с этой пирамидой мир ментала, простран-

ство смысла? Человека словно опрокидывают вверх ногами, извращая его божественную природу, лишая мощного природного основания, уверяя его в собственной ничтожности и уязвимости.

Опрокинутая пирамида — что может быть более неустойчивого и нуждающегося во внешней помощи, в дополнительных подпорках, дабы ей не упасть и не превратиться в простую глыбу? И что может быть более коварного, лживого и настолько извращающего природу человека...

Проявляясь в мире, человек сохраняет с ним полную и неразрывную связь через канал ощущений — это и есть то основание пирамиды, которое должно придать ему предельную устойчивость, надежность и уверенность. Человек приходит в мир как его хозяин — попробуй-ка его сейчас опрокинуть!

Но ментал даже не пытается это делать, ему нет нужды надрываться и переворачивать пирамиду — он просто формирует ее опрокинутой изначально. Он всего лишь подменяет канал ощущений — то, что составляет основание пирамиды, — и подменяет его собой.

Умение ощущать Мир, воспринимать Бога, принимать Знание этого мира подменяется необходимостью «думанья» об этом всем, придумывания этого всего, веры во все это. Ментал, используя социум и его обучение, уверяет человека, что все, с чем тот пришел в мир, — это сам факт его прихода, это всего лишь его рождение, это предельно хрупкая и крайне ненадежная штука под названием жизнь.

Это якобы и есть та единственная точка опоры, которая присуща человеку в соответствии с его случайной и неустойчивой природой. Дескать, такая вот он пирамида, изначально расположенная вершиной вниз, а потому крайне нуждающаяся в огромном количестве дополнительных подпорок, дабы не опрокинуться бесславно и окончательно.



И такие подпорки — внешние точки опоры — ему предлагаются щедро и во множестве. И человек их принимает с радостью и благодарностью, ощущая себя с каждой новой точкой опоры все более надежно и устойчиво. Все более убежденно в своем счастье и уверенно. До определенного момента...

У каждого он наступает в присущее именно ему время, но наступает непременно. Момент истинной осознанности, когда мы вдруг понимаем реальную ценность нашей убежденности в своем счастье и начинаем даже догадываться, кто именно нас в ней убедил. Когда мы прозреваем коварную суть внушенной нам уверенности и видим, верой во что она была сформирована.

Что является основанием пирамиды ментального человека, что заложено в основе внешних точек опоры? *Система понятий*. Это именно то, из чего соткан ствол «мичуринского дерева жизни», из чего складывается жизненная позиция социального человека.

Человеку же свободному и «неокультуренному», черпающему знание не из отрывки чужих понятий, а напрямую — из интуитивного канала ощущений, жизненная позиция не нужна. Ибо такая позиция сформирована ментальным смыслом, а значит, всегда *определена*, то есть имеет свои пределы, неизбежный набор запретов и «невозможностей».

Человек, живущий в соответствии со своими внутренними позывами, никогда и ничем не ограничен, в его пространстве нет запретов и невозможностей. Его поступки смотивированы лишь степенью внутреннего комфорта, уровнем радости, которую он может от них получить. Помните «Танец Дурака»? Помните «движение в сторону комфорта»? Это и есть ствол древа Жизни свободного человека, основание его пирамиды.

Такая свобода и стихийная неуправляемость очень мало устраивает ментал. Поэтому он изо всех сил мешает человеку «внутренне повзрослеть», проснуться в ощущениях и вернуть естественную ориентацию своей сущностной пирамиды. Для этого он подсовывает ему насквозь ложные представления о его ущербности, немогущности и потребности во внешней помощи.

— *Правду говорят только для того, чтобы лгать*, — смеется Дурак. — *И чем больше ее предлагают, тем меньше она правда.*

По сути, ментал крадет человека у него самого, подсовывая взамен его уродливую копию, его социумное «Я». Наше «Я», то есть представление о самом себе, как раз и является совокупностью внешних точек опоры. У «Я» нет внутреннего стержня, только внешние подпорки. Оно сплошь состоит из понятий, из необходимости соответствовать этим понятиям и из неизбежной ущербности, возникающей из-за невозможности им следовать качественно.

*«Лысые дураки! Являясь великими мужами, вы не доверяете тому, кто есть в вашем собственном доме, и устремляетесь искать вовне себя, создавая себе преграды из чужих слов и изречений людей древности; опираясь на инь, полагаетесь на ян и не можете обрести собственное постижение»* (Линь-цзы).

\* \* \*

Откуда вообще берутся внешние точки опоры? Вспомним Станислава Ежи Леца: *«Ошибка становится ошибкой, когда рождается как истина»*. В этом афоризме суть всех наших проблем.

Человеческое пространство — это пространство истин, это мир, сотканный из ментальных определений мира. Эти истины нам и предлагаются в виде



внешних точек опоры. Но уже понятно (надеюсь), что любая истина — это ложь, это ошибка, это ограничение. Что любое понятие — это замершее и начавшее умирать Время, это плененная энергия. Помните? Этим и определена заботливая «гуманитарная помощь» ментала.

Нам предлагают опереться на то, что умерло уже в самый момент своего рождения, что давно начало разлагаться и инфицировать все вокруг. В нас формируют привязки к тому, что нежизнеспособно изначально и делает столь же нежизнеспособным все, попадающее от него в зависимость. И мы охотно в такую зависимость влезаем, более того — мы к ней изо всех сил стремимся и чувствуем себя глубоко несчастными, когда ее лишаемся.

Такой вот черный юмор человеческого пространства, понимать который просто не хочется.

— *А я его так лучше всех не понимаю*, — искренне признается Дурак.

Не хочется, а надо. Напомню, мы с вами здесь проктологией занимаемся, хотите, чтобы у вашего Счастья там все в порядке было? Тогда вперед, позволим себе погрузиться в ее глубины еще больше, поверьте, это далеко не предел.

Итак, друзья, похоже, вы уже несколько не сомневаетесь, что жизнь — штука прекрасная и удивительная? Главное — вовремя и правильно подобрать антидепрессант. Согласны? И все у вас будет о'кей. И все будет как всегда.

— *Кто тебе сказал*, — хохочет Дурак, — *что жизнь — это то, что у тебя? Жизнь — это то, что тебя.*

Окультуренный мир социума изо всех сил наносит нам пользу и причиняет добро. И делает это столь талантливо и изысканно, что до последнего вздоха мы остаемся ему благодарны за оказанное внимание.

*Нам кажется, что мир устроен разумно только потому, что разуму мы учились у этого мира,* — сказал кто-то и попал в самую точку. Нам кажется, что наша жизнь благополучна лишь до тех пор, пока мы не позволим себе взглянуть на нее со стороны. Взглянуть со стороны на себя... И сразу в памяти всплывает замечание все того же бессмертного Ежи Леца: *«А может, мы только чье-то воспоминание?»* Я даже знаю, чье. Может, и вы догадываетесь?

Догадывайтесь. А я пока продолжу процедуру «взглядывания», поверьте, у вас еще есть на что посмотреть, мои ненаглядные.

В моей детской памяти живет один смешной и вызывающе нелепый стишок-лимерик. Похоже, самое время его оттуда извлечь, вряд ли там сыщется что-то более уместное для текущего момента.

*Жил один человек в Браззавиле,  
Которого все постоянно ловили.  
Он очень сердился и даже не брился,  
Но все же послушно ловился,  
Когда его очень просили.*

Вам никого не напоминает этот преисполненный сочувствия к чужим проблемам персонаж? Вряд ли нам хочется быть пойманными, но если нас долго просить... Причем правильными словами и с нужными интонациями... Да мы тогда не только поймать себя позволим, мы сами себя выловим, по заморским рецептам приготовим и на блюде с зеленым горошком подадим. Главное — попросить правильно. Главное — нужные кнопочки в нас отыскать.

Не переживайте, отыскали. Причем не только отыскали, но давно и активно на них нажимают, наяривают, словно на гармошке. Каждая внешняя точка опоры — это одновременно кнопка, которой мы полностью подчинены. Их очень много в нас, этих кнопок (легион — имя им!), а главное — они



совершенно невидимы и почти неосязаемы. Хотите пощупать одну такую? Пожалуйста.

Бог сказал человеку: *«Ты свободен»*. Дьявол сказал: *«Ты должен быть свободен!»* Ну, как — ощутили разницу? Я очень надеюсь, что да. Имейте в виду, Дьявол всегда говорит одинаковые с Богом слова, только интонации у него иные. Но как раз интонации — это то, что менталу недоступно, интонации находятся в исключительном ведомстве опальных ощущений.

Именно поэтому ментальное царство, социумное пространство столь изобильно ложью — качественно воспитанный и всесторонне окультуренный человек к живым ощущениям глух и просто не в состоянии эту ложь заметить. А она есть. А она правит его миром. И цинично кормится самим человеком.

Разнообразие кнопок, которыми нами управляют, просто поражает. Мы ими напичканы под самую завязку. Каждая, словно клавиша рояля, может извлечь из нас нужную социуму-управителю ноту — заставить испытать определенное состояние, сказать заданное слово, совершить самый невероятный поступок. Есть в нас клавиши минорные, есть мажорные, но все они суть одно — кнопки, с помощью которых нами манипулируют.

Каждая такая кнопка соответствует определенному понятию. Каждое понятие — это внешняя точка опоры. Каждая внешняя точка опоры призвана помочь человеку в его нелегком существовании. Чувствуете, как изобретательно спеленал нас по рукам и ногам ментал?

В морском деле есть одна замысловатая наука, изучающая веревочные сочленения — морские узлы. Присмотримся и мы повнимательнее к тем путам понятий, которыми связал нашу свободу ментал, исследуем наши «ментальные узлы». Морские узлы учатся завязывать, а мы попробуем собрать исходные данные для их последующего развязывания.

Иллюзия объективности и познаваемости (якобы познанны) внешнего мира создает в пространстве человека понятие *нормы*. Норма — это совокупность точек зрения, каждая из которых — все та же внешняя точка опоры. Собранные воедино, они образуют своеобразный жизненный стержень, заботливо помогающий человеку удержаться на ногах, но одновременно никуда его от себя не отпускающий. (Вообще-то оболочку, но боюсь своими аналогиями вас запутать окончательно.)

Самое забавное, что ничем реальным человек к этому стержню-оболочке не привязан — всего лишь понятиями. Все теми же невинными понятиями, трансформированными в принципы, обычаи и привычки, находящими свое выражение в системах религиозных верований, во всевозможных кодексах чести и достоинствах, в надеждах, ожиданиях и прочих чаяниях светлого будущего.

Мы уже коснулись вскользь темы воспитания и образования. Вот еще один, крайне немаловажный ее аспект — *необходимость соответствия привычным и общепринятым понятиям*. Именно эта необходимость создает незримые нити, удерживающие человека в центре искусственно созданного для него псевдожизненного пространства.

В своей предыдущей книге «Путь к Дураку» я достаточно подробно рассмотрел особенности подобной зависимости. Напомню лишь основное из этой темы, только то, что может пригодиться нам для дальнейшего исследования.

Система воспитания и обучения создает в сознании человека своеобразную зону представлений о мире, а главное — о его возможностях в нем. Своеобразную *зону комфорта*, в пределах которой ему все знакомо и понятно, а оттого спокойно и уютно, хоть и не очень-то счастливо и не шибко-то здорово.



За пределами этой зоны живая жизнь со всем ее изобилием и многообразием. Но подступиться к границам зоны комфорта крайне непросто, человек при этом начинает испытывать сильный дискомфорт, у него возникает целый набор болезненных состояний, он может вполне реально организовать себе случайную травму или несчастный случай.

Когда мы приближаемся к ее границам, на каждом шагу мы видим предупреждающие надписи: «Выхода нет!» Но это наглая ложь, на самом деле там должно быть написано: «Вход строго воспрещен!»

Граница зоны — это набор запретов, нарушить которые мы просто не в состоянии из-за неборимого страха лишиться своих костылей — внешних точек опоры и остаться наедине с собой, с Миром, с самим Богом, причем без посредников и переводчиков. Ужас-то, ужас какой!

Выйти за пределы этой зоны можно единственным способом — перестав сражаться с внешними обстоятельствами (в том числе с собой) и расширив свои *внутренние* рамки, то есть — изменив систему представлений и отношений с миром. Сделав прозрачной систему незыблемых понятий.

Зона комфорта в масштабе уже всего человечества превращается в *описание мира*, то есть в систему все тех же взглядов, понятий и ограничений, призванную подменить собой живой и непредсказуемый мир струящихся и свободных энергий. В описании мира все предсказуемо, понятно и незыблемо. Здесь ничего не струится и не течет, кроме канализации. Реки, говорите? Ну что вы, что вы — это всего лишь вопрос времени. Пахнет, конечно, немного, но ничего, из этого мы даже научились извлекать пользу — туалетная вода нынче в моде.

Структура этих зон достаточно проста, их границы — это запреты и ограничения, их ядро — вышеупомянутые зависимости, привязки и соблазны.



Социум талантливо декорирует эту структуру, называя ее культурой, возводя в ранг святости и придавая ей статус неприкосновенности. Теперь это наука, религия, народная мудрость, то бишь — законы, заповеди, традиции.

И все ведь с виду правильно, полезно и справедливо... Прямо сволочью последней себя чувствуешь, заноса над этой святыней свою грязную руку. Правда, замаралась-то она, как раз разгребая залежи вековой социумной лжи. Следы пресловутой проктологии на ней, в общем...

— *Не плюй в колодец!* — предостерегает народная мудрость.

— *Э-эх!* — сокрушается Дурак, оглядываясь по сторонам. — *Понарыли колодцев — плюнуть некуда.*

Всюду — принципы, условия, требования. И все это свято, и всему положено следовать. И всему этому следовать не получается. Не успеваешь просто, больно много набралось их — законов-то природы, где найти время все выполнить? Где взять силы отыскать, не перепутать чего? Обязательно перепутаем, непременно не выполним.

Так и ходим зигзагами, обходя кладези чужих истин, оттого и чувствуем себя негодими, глубоко виноватыми и в чем-то очень сильно задолжавшими. В общем, делаем именно то, что описанию мира от нас необходимо, то, что было точнейшим образом спланировано социумом и филигранно затем реализовано менталом — ощущаем себя глубоко зависимыми от чужой оценки и мнения.

А значит, становимся предельно управляемыми и легко программируемыми. На что угодно. Лишь бы искупить, только бы оправдаться, чтоб снова стать как все. Как это, оказывается, сладко — быть как все... Сладко и спокойно... Спокойно и безопасно...



А если нам все же удалось чему-то просоответствовать? О-о!.. Тогда мы испытываем глубочайшее удовлетворение. Мы смогли, нас оценили... Мы соотвечуем! И в следующий раз мы сделаем все, что в наших силах, чтобы просоответствовать снова.

— *Щелкни кобылу по носу — она махнет хвостом,* — делится своими наблюдениями Козьма Прутков.

И мы махнем! Даже не сомневайтесь. И оттого, что по носу — махнем, и оттого, что хвост наш признают самым хвостатым, а манеру им махать — самой манерной. Нас можно кнутом, а можно и пряником. Нас по всякому можно, если только похвалить как следует. Падок человек на хорошее, ой, падок! Да и как не упасть, если в его жизни хорошо-хронически не хватает?

Надеюсь, вы не забыли, структуру какого дерева мы сейчас разбираем? Правильно, окультуренного, дерева, у которого радость — это всего лишь плоды, а когда еще они созреют. Да и созреют ли вообще... Это только у дички она, радость-то, повсюду, куда ни ткни, куда ни кинь... А у нашего-то — куда ни кинь, всюду БЛИН!..

Вот и страдаем мы без сладкого, оттого и купить нас можно с потрохами, всего лишь поставив на довольствие. Простите — у довольствия... В общем, поманив удовольствием, тем, чем мы не особо балованы.

В мире ментала удовольствие мы испытываем лишь от соответствия некому сформированному в нас стандарту, своего рода клише. И только!

— *Не все, что ты хочешь,* — смеется Дурак, — *хочешь ты.*

Неважно, что именно мы возьмем примером: еду, индустрию развлечений, спорт, даже интимные отношения, — все, абсолютно все предельно субъективно, и разными людьми, в разных культурах

оценивается по-разному. Есть у всего этого только один общий критерий — привычка, традиция, норма. То есть — все та же система понятий.

И социум, сформировав в нас такую систему и поставив от нее в полную зависимость (всего лишь предложив опереться на соответствующие точки), пользуется этим теперь совершенно беззастенчиво. Мы давно стали рабами удовольствий, мы ведомы по жизни множеством соблазнов, вкусив от которых, почему-то не только не насыщаемся, а изо всех сил рвемся кусать снова. Кусать и кусать!..

Если вы вспомните лейтмотив предыдущей процедуры, то легко поймете почему. Удовольствие мы испытываем лишь в случае свободного движения энергии. Чем выше интенсивность ее динамики, тем большее удовольствие мы можем получить. Поэтому только канал ощущений, суть которого — свободная энергия, может доставить нам *полное* удовлетворение.

Удовольствие же от соответствия — это бледная тень истинной динамики. Да, при реализации ментальной программы в энергии тоже включается динамика, но ее интенсивность столь же искусственна, как и сама программа. Это как пообедать во сне — приятно, но малокалорийно как-то...

Вспомните финал «Книги Иова»: — *...и умер Иов, насыщенный днями*. Насыщенный! А мы чаще умираем по-другому — не насыщенные ни днями, ни собой, ни другими. Уходим с последним хрипом: «*В моей смерти прошу никого не оправдывать...*» Такое вот удовольствие.

Но даже его оказывается достаточно, чтобы соблазном превратить нас в марионеток, а Мир, с нашей помощью, — в мертвую неподвижную глыбу.

Нет ничего плохого в удовольствии вообще (напомню девиз нашей Школы — движение в сторону комфорта), сбивать в нас начинает, когда мы пы-



таемся получать удовольствие *исключительно* от чего-то.

Вновь выбор и отрицание части Мира, дробление Счастья на составляющие. Стремление к внешним удовольствиям — это не что иное, как бегство от Счастья. Это создание в нем некомфортных и отвергаемых мест, то есть все той же проктологии.

«*Пытайтесь получать удовольствие во всем, но ничего не делайте в поисках удовольствия*» (Шри Ауробиндо).

Не старайтесь наполнять жизнь удовольствием, попробуйте наоборот — наполните свое удовольствие жизнью. Наполняйте жизнью даже то, что вы удовольствием не считаете, и не особо удивляйтесь, когда оно им все же станет. Счастье не может быть совокупностью чего-то, ни достижений, ни внешних точек. Это не то, что определяется количеством. Счастье — это всегда данность, целостная и единая. Оно во всем, а все — это и есть Счастье. Привыкайте.

\* \* \*

Исследуя внешние точки опоры, мы в основном говорили о своих привязках к ним, о разрушительной сути, созданной в нас зависимости, и это полностью оправдано. Но есть у этой темы еще один немаловажный аспект, на который совершенно необходимо обратить ваше внимание.

*Любая внешняя точка опоры формируется за счет подавления аналогичного качества в себе. За счет снижения вашей естественной динамики.*

Сразу пример — любой нормальный человек, кто немедля, кто, подумав немного, но обязательно признается, что жить не может без любви. И прекрасно! И замечательно! Вот только — кто о чем говорит? Опыт показывает, что большинство имеет в

виду не свою любовь к кому-то, а исключительно любовь к себе. Даже в тех случаях, когда нам кажется, что мы любим другого, мы, как правило, любим в нем именно любовь к себе. Не всегда так бывает, согласен, но очень часто, гораздо чаще, чем это можно себе представить.

А что нам остается делать? Если с самого раннего детства нас учили не себя любить, а всего лишь зависеть от чужой любви. Основа любого воспитания — это неприятие своих естественных проявлений, какая уж тут любовь к себе! Но, отнимая у нас себя, нам тут же предлагали сделку — ты просто стань другим, а за это мы тебя полюбим. Так полюбим! Нас покупают — и мы привычно продаем. Нас с детства пичкают суррогатами, и в какой-то момент мы без них себя уже не можем мыслить.

Не можем мыслить себя! — очень верное выражение. Да вы просто вспомните свой первый детский обман — и все поймете. Вспомнили? Ладно, напомним — соска. Соска! Резиновая мерзость вместо нежной и живой материнской груди. Так и соем всю оставшуюся жизнь дрянь всякую, уверяя себя, что это и есть наше родное и сокровенное.

Позволяя себе опираться на внешние точки опоры и неизбежно приклеиваясь к ним, мы одновременно отказываемся от чего-то в себе, от того, что могло бы доставить нам не меньшее... да чего там — много большее удовлетворение. Часто мы даже не догадываемся, что в нас есть что-то такое-этакое, могущее принести радость и ничуть не уступающее соблазну внешнему. Не верим в это. И очень может быть, что не поверим уже никогда.

Выше мы обозвали себя *внешнезависимыми*. И это очень правильно, причем во всех смыслах. А что делать? Время сейчас такое... В чем суть большинства проблем нынешнего человечества? Во внешнезависимости.



Алкоголь, сигареты, наркотики, секс... Мало? Ладно. Компьютеры, телевидение, мобильная связь, зрелищные мероприятия, детективы... Мало? Престиж, статус, известность, популярность, слава и прочая потребность в признании и одобрении... Наверное, достаточно, хоть список этот можно продолжать и продолжать.

Суть любой зависимости — в ее стремлении подменить собой естественные механизмы и подавить природные качества. И это самое страшное. Наркологи знают, что, вводя в себя наркотические вещества, наркоман блокирует выработку в себе особых гормонов радости и оптимизма (по сути тех же, но абсолютно естественных, наркотиков), а со временем и вовсе разрушает механизмы их синтеза.

Зачем это ему теперь? Когда у него под боком есть радость внешняя, причем организованно дозированная, то бишь — заключенная в «дозу». «Подсаживаясь» на внешнюю радость, мы отвыкаем «вырабатывать» радость внутреннюю, отвыкаем слышать ее в себе и в нее верить. Так Счастье, неизменно живущее в нас, превращается всего лишь в *счастьице*, которое нас заставляют искать где-то за тридевять земель.

Так человек теряет себя, становится полностью внешнезависимым и исчезает как человек. Так он становится придатком социума, всего лишь фрагментом его выделительной системы. Он перестает звучать гордо... Отныне он только пахнет.

\* \* \*

Внешние точки опоры ничего не меняют в самом человеке. Их накопление не приводит ни к внутреннему росту, ни к изменению сознания. Более того — рано или поздно человек «накопительствующий» начинает ощущать свою все более увеличивающуюся

внутреннюю пустоту. Приходит страшное подозрение, что это не он имеет точки, а скорее наоборот.

*«Все труды человека для рта его, а душа не насыщается»* (Соломон).

*«Все суета, не насыщающая сердце»* (Экклезиаст).

По-другому быть просто не может. Любая точка опоры — это предложение социума компенсировать наш внутренний дефицит, то есть — отсутствие в себе чего-то. Принимая подобное предложение, мы соглашаемся с фактом этого дефицита, а по сути — со своей ущербностью. Мы признаемся, что у нас много чего мало, но мало чего много. Происходит это на подсознательном уровне, незаметно и неосознаваемо, но рано или поздно все же всплывает на поверхность, как ощущение собственной нереализованности и малозначимости.

По большому счету — это трагедия, человек проживает значительную часть жизни и вдруг понимает, что все это время он строил не дом, как он искренне полагал, а всего лишь его фасад. Что все, что он сделал, — только декорации и самостоятельной ценности не имеет. Что в душе у него пустота... А прожитая жизнь подобна тени...

И умирает такой человек, не насытившись днями и чувствуя себя обманутым.

Но вправе ли он считать, что его обманули? Будем честны: наши трагедии — это всегда результат потакания себе, своим слабостям и не более того. Имеем ли мы право винить кого-то? Пусть даже социум или ментал. Дьявол, он ведь никогда не принуждает, он всегда только предлагает. Выбираем мы сами.

Но и себя винить не стоит, а что стоит — так это честно понимать суть происходящего и делать из этого выводы. А еще лучше — *ощущать* эту суть и в соответствии с ней совершать поступки.

Почему мы добровольно выбираем рабскую зависимость от внешних точек опоры? Почему мы



даем согласие на то, чтобы нами управляли? Неужели мы настолько слепы к происходящему и глухи к своим ощущениям? Увы, и глухи, и слепы, но вы правы — не настолько. Есть в этом еще один нелицеприятный момент.

Внешние точки опоры снимают с нас ответственность за все происходящее в жизни. А главное — за качество нашего сознания. Мы как бы отдаем себя на милость правильных понятий и принципов, на милость правильного бога, хорошего президента, справедливого начальника. Вся пресловутая внутренняя работа сводится теперь всего лишь к потребности сделать выбор — какая точка лучше и перспективнее? Кому мы можем доверить свое счастье?

Вот и все, а дальше мы пассивно ждем результата и чувствуем за собой право пенять всему, чем себя окружили, оправдывая свои жизненные проигрыши чужой несостоятельностью и злодейкой-судьбой. Действительно, что мы можем сделать, если все в нашей жизни обусловлено — странной погодой, неумелой политикой, солидным возрастом, слабым здоровьем? Если такая жена попалась, если дети непослушны, а соседи мерзавцы? Если вокруг сплошное падение морали и нравственности?

*«Мы — творцы и сами создаем свою действительность!.. Все наши удачи, равно как и неудачи, продукт только нашего творчества!..»* — как же, держи карман шире, да кому это нужно? Можно подумать, что все так и кинутся творить свою радость и делать себя счастливыми...

Полноте, зачем? Если мы окружили себя множеством полезных вещей, приятных людей, если мы жертвуем на храм и не пропустили еще ни одних выборов, если книжки разные почитываем, вот и эту даже купили, не смутившись ее нелепым названием, да неужто этого мало? Неужели нам за это

не воздастся? Должно воздаться — не в этой жизни, так в следующей. А иначе где справедливость?

— *Справедливость*, — шепотом подсказывает Дурак, — *это ты*.

Не верим, не слышим. Так нам спокойнее.

Это вариант пассивной позиции. А есть еще другая — позиция активного переделывателя и улучшателя внешних точек. Суть та же — счастье поставлено в зависимость от внешнего, но подход к этому уже другой — внешние точки необходимо просто улучшить, осовременить, сделать более правильными, и вот тогда...

Смешная позиция... Если бы она не была столь чудовищной. Игра во внешние точки опоры неизбежно приводит к двум вполне логичным выводам: первый — чем их больше, тем нам лучше и спокойней, об этом мы уже говорили, и второй — чем выше их качество, тем счастливее будет наше существование. То есть — сделан колпак не по-колпаковски, надо его просто переколпачить. Всего-то...

Мы с вами возвращены в пространстве, где важнейшим атрибутом культуры является *борьба*. Причем не важно, чего с чем — хорошего с плохим, доброго со злым, здоровья с болезнью, террористов с неверными или верующих с террористами. Это все частности, главное — другое: в основе такого подхода лежит потребность к переделу и улучшению через неприятие и несогласие. Это в нас глубинно и неистребимо.

Социумом это всячески поощряется и приветствуется, ибо создает у человека иллюзию свободы и прекрасно отвлекает от главного — от канала ощущений, от глубинной внутренней работы.

*Какая там внутренняя работа! Когда столько не сделанной внешней. Ведь все, буквально все насквозь прогнило, все надо менять и переделывать. Сколько можно, в самом деле? Даешь другого президента, другую конституцию, другую власть, другие цены! До-*



*лой иноверцев, сектантов, олигархов и Гарри Поттера! Спасем китов, бездомных котов и заблудшие души. Меняем квартиру, машину, жену и любовницу. Отбеливаем зубы, наращиваем грудь, отсасываем жир. Тернист путь к счастью, но мы настойчивы...*

*И избавьте нас, пожалуйста, от этого глупого хихиканья рядом, не давите на наши мозги, мы все для себя давно решили!..*

— *Чем больше ты беспокоишься о завтрашнем дне*, — нахально продолжает смеяться Дурак, — *тем реальнее оно становится, это завтрашнее дно*.

А борьба с собой? Это тема вообще отдельного разговора, причем крайне невеселого и с пометкой «+18, жестокость, насилие». Бороться с собой нас учили с самого раннего детства. Но самое страшное даже не это. А то, что нас научили побеждать. Мы с вами гордые представители древней человеческой династии победителей. Самих себя.

Только победивший себя человек стремится потом победить другого. Только тот, кто потерял себя, не может затем обойтись без чего-то рядом. В человеке сокрыт целый мир, отказываясь от него, он просто вынужден искать его снаружи. Утратив внутреннюю опору, он хватается за все, что придает его жизни хоть какой-то смысл. За все, что услужливо подсовывает ему социум. И тут же начинает его переделывать и улучшать.

Социумный человек находится в состоянии борьбы непрерывно, он всегда находит повод быть в напряжении либо от собственного несовершенства, которое его угнетает, либо от несовершенства других, которое он рвется исправить. Он совершенно бездарно тратит свою жизненную энергию, а вместе с ней желание жить и надежду на радость.

— *В молодости хочешь изменить весь мир*, — смеется Дурак, — *а в старости не хочешь изменить даже своей жене*.

— *В жизни возможно все!* — хохочет он. — *Но с годами все реже. Торопись успеть!*

Спешите успеть, друзья, не разменивайте себя на дешевые провокации ментального пространства. Ему крайне выгодно ваше ощущение собственного несовершенства, это прекрасный способ сделать вас управляемыми.

Но ему и «в голову не приходит», что это же несовершенство — прекрасный инструмент для избавления от навязанных нам зависимостей. И не только для этого. Можно смело сказать, что *корни нашего совершенства сокрыты именно в пресловутом несовершенстве*. По своей сути — это чистейшая солнечная энергия удачи, умело замаскированная под червоточины нашей мифической несостоятельности.

Правильно воспринятое несовершенство способно нам дать необходимую силу и энергию для реальной трансформации сознания. Более того — только оно и может это сделать. И в этом его глубоко сакральная миссия, тайный смысл который мы уже готовы осознать и реализовать в своей жизни.

Только несовершенство, а точнее — тот глубокий внутренний конфликт, который возникает на его фоне, может вскрыть эту энергию. Внутренний конфликт создает в нас разницу потенциалов огромной мощности, эмоции, возникающие на его фоне, заставляют нас испытывать мучения и страдать. Но лишь по одной причине, и вы ее уже знаете: эмоция — это результат реагирования. Любая наша реакция останавливает движение энергии, а ее избыток вызывает боль.

Но если мы ощущение своего несовершенства не превратим в разрушительную рефлексию, а через приятие освободим энергию эмоций, запертую в нем, мы получим энергопоток поистине фантастической мощности. Заточенный внутри — он нас разрушает, освобожденный — трансформирует.



Только перестав сражаться со щупальцами своего несовершенства, вы сможете осознать их корни своей удачей и поможете им прорасти в красивое древо Жизни.

Далеко не все к этому готовы. Что ни в коем случае не может быть поводом для упрека. Зато поводом для исследования последствий такой неготовности — всенепреренно.

\* \* \*

Если человек не находит в себе решимости прорасти сквозь навязанное ему несовершенство, если он выбирает оставаться в плену социумных зависимостей и обусловленностей, если он уютнее чувствует себя в пространстве готового смысла и чужих истин — значит, он добровольно выбрал удел жертвы.

Жертвой становится каждый, кто попадает в программу или, если хотите, в кого попадает программа. А дальше происходит самое смешное. Или, если желаете, самое ужасное. Когда человек в программе, он этого никогда не замечает. Для него не существует ничего, кроме того, в чем существует он. Такой человек всегда серьезен, обстоятелен и последователен. Особенно — серьезен. Это для программы очень важно.

Любая программа — это совокупность логических связей, это ментальная структура, обладающая потрясающей устойчивостью. Она может выдержать любое воздействие. Почти любое, так как есть пара вещей, которые ею переносятся плохо, — это переубеждение и несерьезность, юмор, смех.

Вот этого последнего программа боится больше всего, ибо переубеждение всего лишь меняет некоторые ее характеристики, так сказать — внешний вид, но программой она при этом быть не перестает. А вот смех рушит ее до самого основания, от нее в буквальном смысле остается мокрое место.

Поэтому, друзья, если увидите серьезного человека, пожалейте его (погладьте по голове свое зеркало) — этот человек глубоко болен, он «не в себе», причем в самом прямом смысле. Он — жертва. Не смейтесь над ним! Лучше придумайте, как это сделать с ним вместе.

Человек-жертва непрерывно чувствует себя виноватым: перед кем-то из близких — и называет это заботой, перед родиной — и называет это патриотизмом, перед собой — и называет это болезнью.

Человек-жертва считает, что у него доброе сердце, хоть на самом деле у него всего лишь слабые нервы. Он говорит всем, что болеет сердечной недостаточностью, а на самом деле — недостаточной сердечностью.

Он вообще болеет, всегда и везде. Болезненны и мучительны его отношения с близкими людьми, хоть он и называет их любовью. Болезненны и преисполнены страданий его отношения с действительностью, хоть он и называет их жизнью.

Он считает, что все делает по доброте душевной и внутреннему позыву, а на самом деле — в угоду разворачивающейся в нем программе. Человек-жертва — всегда исполнитель чужой воли, он живет не своей жизнью, все его существование как бы «с чужого плеча». Его радость жизни — всего лишь удовлетворение от реализации внешней программы, болезнь — огорчение от невозможности такой реализации.

*«Все заболевания без исключений, излеченные мною за период клинической практики, неизменно обнаруживали, что болезненный недуг обязан своим появлением сознательному или бессознательному чувству вины субъекта»* (Антонио Менегетти).

Чувство вины у нас всегда возникает от ощущения нашего несоответствия некому стереотипу. От нашего несоответствия кому-то. Человек-жерт-



ва всегда стремится соответствовать тому, кого он даже не видел никогда, тому, кто сочинил для него точку внешней опоры, кто придумал программу-управительницу.

А поскольку таких программ в нем великое множество... Всем он и пытается соответствовать, всеми и старается быть. Такое вот мультишизоидное состояние.

Каждая его программа — внешняя точка опоры. Человек-жертва из них состоит весь. Это только с виду он такой «однокусковый», а по сути... Вам когда-нибудь приходилось рассматривать газетную фотографию через увеличительное стекло? Помните, как распадалось человеческое лицо на множество отдельных и никак между собой не связанных точек? Именно так выглядит человек-жертва.

Его попросту нет. А то, что есть, уже давно не он. Все, что в нем еще остается живым, — его ни на миг не затухающая боль, его неустанно бдящее страдание. Это они гонят его на великие деяния и подвиги во благо всего человечества, ради добра и справедливости, а на самом деле — ради реализации социальных программ.

О, для него это святое! Ради них, родимых, он готов на все. Ради счастья для всех, ради мира на земле — да он их, гадов!.. За дело, конечно, за несоответствие программам. А как иначе? Пусть соответствуют, для них же старается...

Именно из человека-жертвы получают самые страшные преступники. Но разве можно их винить? Они всего только жертвы, в них очень мало от людей, это лишь человеческие оболочки, наполненные болью и страданием... Ведь верно? Верно ведь?

А вы? Неужели другие? Неужто это все не про вас? Ой, не врите...

— Ну, вот, — лукаво смеется Дурак, — раз всего в жизни не соврал, и то неудачно!

Человек-жертва сквозь любой свой, даже самый чудовищный, поступок хочет только одного — привлечь к себе внимание. Он изо всех сил пытается получить снаружи хоть частичку того, чем обделил себя внутри. Ну не научили его уделять себе достаточно внимания, не научили любить себя, и теперь он, как капризный ребенок, пытается это компенсировать, добываясь внимания снаружи — то тарелку разобьет, то небоскреб разрушит, то петарду взорвет, то с жилым домом то же самое сделает.

Да, а еще может ногу поломать, под машину попасть или раком заболеть. А еще может в высоту прыгнуть всех выше, штангу поднять самую тяжелую или дистанцию пробежать так, что его до сих пор догоняют. А еще — народным артистом стать, до полюса пешком дойти или до депутатского кресла бегом.

Надеюсь, вы поняли, почему он себя так ведет, человек-жертва? Повторю это еще раз, ибо полагаю важным — не научили его любить себя по-простому, напрямую. Вот и пытается он это делать с выкрутасами разными — через кого-то, через чье-то внимание к себе, в общем — через что угодно, лишь бы его заметили, лишь бы он почувствовал себя живым.

Человек-жертва... Жертва внешних точек. Человек, которого некогда отлучили от самого себя, как младенца от сиськи, вот и требует он теперь хотя бы соску-пустышку себе. Пустышку и получает...

\* \* \*

Да, но... зачем все это социуму? Зачем это зоне комфорта и описанию мира? Зачем им вся эта возня с полудохлым человечеством? А может, и впрямь это всего лишь дьяволы с сатанами над нами куражатся и делают это просто так — из спортивного ин-



тереса, ради любви к искусству, дескать, кто человеку в душу больше нагадит, тот и молодец?

Вряд ли все эти структуры исключительно ментального характера, а большего прагматика, чем ментал, вы не сыщете. Ему нужен практический интерес, меркантильный, вполне осязаемый. И таковой у него имеется.

Все вышеупомянутые структуры — это образования живые и обладающие вполне самостоятельным сознанием. Вот только самодостаточности им не хватает... Все они когда-то пришли в мир через человека, через человека они и существуют, без него они попросту исчезнут, растворятся, растают... Ибо он, человек, — кормовая база для них.

Пауза... Страшно стало? Или напротив — сразу скучно? Дескать, наслушались мы уже такой белиберды, таких страшилок дешевых под самую под завязку... Но дело в том, что я вас пугать даже не думаю, ибо ничего страшного в заявленном не наблюдаю. Да вот в таком пространстве мы живем, в такую вот игру играем, ну и что? Чем она хуже, чем лучше прочих? Да ничем — забавней просто. И этим интересна.

Я не буду сейчас глубоко вдаваться в эту тему. Отмечу в ней лишь несколько моментов, которые мне кажутся важными.

Любая система представлений нуждается в организующей ее энергии. Мы уже неоднократно говорили, что окружающий нас Мир был создан человеком, его представлениями, его заблуждениями и прозрениями. И теперь для поддержания этой смысловой структуры требуется энергия. Много энергии. Хоть и несравненно меньше, чем та энергодань, которую с нас безжалостно взимают.

Дело в том, что сотворенный нами мир начал стремительно самоорганизовываться и быстро превратился в сознательное и вполне самостоятельное



образование. А поскольку образование это было создано менталом, то вполне естественно, что оно унаследовало наиболее характерные его качества. Главные из них — это совершенно дикое стремление доминировать и управлять, а еще — паразитическая ненасытность. Описанию мира уже мало просто быть, оно теперь хочет повелевать своим создателем — человеком. Ну, прямо как в «Сказке о рыбаке и рыбке»!

И до сих пор это у ментальных структур получалось довольно лихо, но мы с вами хорошо знаем, какой финал у таких сказок бывает. Сейчас человечество переживает совершенно особый период осознания и пробуждения высших контуров своего сознания. В своей массе, на уровне уже сформированного, хоть и не до конца осознанного намерения оно готово к переходу — к новому мировоззрению, к свободному сознанию и даже к физической трансформации. Позже мы еще об этом поговорим.

Человек готов использовать весь потенциал энергии, находящейся в его ведомстве. У него постепенно исчезает необходимость стравливать эту энергию разным паразитическим структурам, дабы не взорвать свое хрупкое пространство запертым в себе избытком. Ему такая радость теперь самому не помешает.

Вы сами-то как — готовы? Посмотрим, посмотрим, до конца книги еще далеко. Вместе будем смотреть. А сейчас быстренько уточним то, что, в общем, и так уже ясно, и перейдем к финалу процедуры.

Итак — внешние точки опоры. Это именно через них, через каналы понятий происходит откачка энергии из человеческого пространства. *Любое следование программам, любой возникший у вас автоматизм, любая бессознательность — это исходное, базовое состояние для энергодонорства.*

Внешние точки опоры сформировали в нас мощнейшую систему привязок к смыслу, к правильно-



стям. Любое понятие — это остановленная, а значит, уже неживая энергия. Мы с вами живем в пространстве привязок к мертвому.

Друзья, надо хорошо понимать, кто мы есть на самом деле. В самом начале этой процедуры мы собирались отыскать ложь в своем пространстве, дабы выяснить его правду. Ну что же, отыскали, выяснили, получайте — мы с вами не кто иные, как некрофилы, то есть — любители мертвого.

Да, именно в этом «великая тайна» человеческого пространства (человеческой культуры!): мы — представители снулой, полудохлой цивилизации некрофилов.

Как вам такой статус? Непривычен? В плечах поджимает и в интимных местах подтирает? Даже не сомневаюсь, для того и строю эти уничижительные схемы, потому и подбираю самые убийственные определения. Тлеет во мне надежда, что удастся вас хоть немного задеть за живое, ухватить за то самое интимное, где эти потертости образовались. Я имею в виду вашу гордость и достоинство, ваше естественное нежелание такой участи, несогласие с таким статусом.

Помогайте себе менталом, помогайте! Это очень правильно — конструктивно использовать то, что долгое время деструктивно использовало вас. Если программа простимулирует вас с ней расстаться — слава такой программе! Да здравствует наше несовершенство — золотой ключик к волшебной двери совершенства!

Оботрем же без смущения вековой давности паутину, облепившую ее, и смело войдем — нас там заждались.

\* \* \*

Ну, хорошо, а как теперь с этим жить, как справляться? Не знаю, как вы собираетесь с этим жить,

но очень надеюсь, что справляться со всем вы будете никак.

Справиться — значит оказаться более правым. Справиться с понятием — значит перевербовать его, перепрограммировать, сохранив, тем не менее, как понятие, как внешнюю точку. Добавив в свое пространство еще одну. Зачем она вам?

Натворили вокруг себя — теперь живите в этом. Принимайте. Даже навоз, к которому отнеслись лояльно, превращается в удобрение. В чем суть предлагаемой лояльности? Вы уже знаете — в умении принимать любое дерьмо в своей жизни, превращая его тем самым в золото. *Как это сделать? А ну-ка — марш, марш во вторую часть, там об этом все сказано.*

Имейте в виду — первая часть книги, оторванная от второй, вас только изуродует. Будете «пить» только из нее — живо козленочком станете. Присосетесь ко второй части — потеряете память, ибо ментал — хранитель ее. И то, и другое — уродство. Сделайте себе коктейль, пусть шибанет вас в голову! Голова уцелеет, но вершить перестанет.

Это важно — ни от чего в своем существовании не отказываться. Вы уже знаете, что пространство внешних точек — это среда воспитания человека. Да, это место, в котором формируется ложь. Но место это совершенно необходимо нам, ибо внешние точки опоры одновременно создают уникальное пространство игры человека, пространство его ментальной реализации.

Задача человека — научиться обходиться без этого пространства, оставаясь, тем не менее, в нем. Играя в нем. Полностью и без остатка принимая его. Наслаждаясь его находками и ментальными изысками, но не пытаясь найти во всем этом Счастье. Но хорошо понимая, что и без этого ему Счастья не сыскать.



*Глаза их полны заката.  
Сердца их полны рассвета.  
За ними поют пустыни,  
вспыхивают зарницы,  
звезды дрожат над ними,  
и хрипло поют им птицы,  
что мир останется прежним.  
Да, останется прежним.  
Ослепительно снежным.  
И сомнительно нежным.  
Мир останется лживым.  
Мир останется вечным.  
Может быть, постижимым,  
но все-таки бесконечным.*

Иосиф Бродский



## ПРОЦЕДУРА ПЯТАЯ: ОСВОБОДИТЕЛЬНАЯ

### ВНУТРЕННИЕ ТОЧКИ ОПОРЫ, ИЛИ СНИМАЕМ КРЕСТ С ГРУДИ

*Люди — смертные Боги. А Боги — бессмертные люди.*

Гермес Трисмегист

*— Во, блин!.. — растерянно смеется Дурак. — А я тогда кто?*

*Знаю, что божествен. Но не знаю — как.*

Из подслушанного

Поговорим о страстях. О страстях Христовых. Видимо, пришло время. Наверное, Дураку надо было в мир явиться, чтобы не испугаться сказать правду. Чтобы замахнуться на святое. А на самом деле — на насквозь лживое, трусливое и лицемерное.

*«Суд же состоит в том, что свет пришел в мир, но люди больше возлюбили тьму, нежели свет» (Иисус Христос).*

Возлюбили... Крепко возлюбили, если две тысячи лет уже тошнит их этой ложью, воротит от нее что было сил, а все никак не угомонятся — «возлюб-

ляют». А присмотреться если — то просто бояться с ложью расстаться. До судорог, до членовредительства, до смертоубийства бояться, причем, как правило, не своего — чужого.

Ибо знают, нутром чувуют, что *ничего еще не закончилось*. Ни-че-го! Что суд над Христом продолжает вершиться, что рты, осуждающих его, продолжают исходить пеной, а глаза их — гореть ненавистью. Ежедневно, еженощно, ежесекундно продолжается его казнь, и сочатся кровью раны... Две тысячи лет уже...

Что же сделал этот человек такого, что мы о нем не знаем? Чем заслужил подобное нечеловеческое наказание? И кто они — эти погрязшие во лжи, карающие его?

Вот и не лгите, во лжи погрязшие, ибо знаете, все знаете! Ибо просто не выгодно вам догадливость свою проявлять, ибо много гадливости тогда вскроется!

Что сделал, спрашиваете, этот человек? Чем заслужил участь такую небывалую? Скажу. Сейчас скажу. А вы услышите. Найдите в себе мужество.

Он сказал, что ВЫ — БОГИ. Всего лишь. Он назвался сыном Божьим и одним из вас. Он принес вам благую весть, которая никому оказалась не нужна. Он принес вам спасенье, которым вас стошнило. Прямо на него. Он принес вам помощь, которую вы швырнули ему в лицо. И все почему? Только потому, что эту помощь он вложил в ваши руки.

Вас задевает, что я как бы отгородился от всех? Это лишь для выразительности. Я такой же, я яблоко от яблони, я плоть от плоти... Из человек я. Увы... Ибо бывает иногда невыразимо стыдно за род человеческий, за его прихлебательскую и лукавую суть, за свою принадлежность к нему.

Их предали! Их, оказывается, предали! Думали — спаситель, оказалось — предатель. Разве они

могли его не распять? Разве могли не отвернуться от него ученики? Разве могли они не сострять потом совсем другой образ его?

Их предали в лучших ожиданиях. Еще бы, в мир пришел спаситель — и никого не спас. Даже себя. А должен был — всех. Как же им хотелось въехать в царство небесное на чужих плечах!.. Как же им мечталось о свободе!.. Которую им дарует кто-то! Как они ждали его — веками! Передавая из уст в уста обещанное, рассказывая детям предсказанное...

И вот он пришел. И сказал — возлюбите врагов своих... Благословляйте проклинающих... Блаженны нищие духом... Бог, кого любит, того и наказывает... Про щеку им рассказал, про игольное ушко, про любовь...

Слушали его, даже понять что-то пытались, но ждали главного — когда же?.. Когда начнет освобождать? Когда царство небесное на землю спустит, когда рай земной построит? Почему медлит? Выясняли на всякий случай — мессия ли? Сын ли Божий? Подтверждения ждали и не обращали внимания на неоднозначность его ответов. Слышали, что хотели.

А он на все вопросы отвечал — как и вы. Сын? Сын, как и вы. Мессия? Мессия, ибо пришел к вам рассказать о вас. Спаситель? Руками вашими. Когда начнем? Уже начали.

Им казалось, что они понимают его... Они были уверены, что он просто хитрит, выжидает... Но вдруг они его и впрямь поняли. То, что сумели понять. Они поняли, что не будет им спасения, что ничего им не построят. Что к ним пришел и впрямь равный им, они ждали Бога, а пришел один из них. И они его возненавидели.

Как же они его возненавидели! Они ждали воздаяния за долготерпение свое, а им сказали: все только начинается, все зависит от вас. Как и всегда! Как было испокон веков! Им плюнули в душу.



И то, что они выбрали помиловать Варраву, причем выбрали все! — до единого, более чем показательно. Последний мерзавец был им милее того, кто предал их многовековые ожидания.

И они его распяли. Распяли Бога. Распяли себя со всеми своими надеждами и чаяниями. И начали сочинять совсем другую сказку — и о том, что было, и о том, что могло быть, и, конечно же, о том, что будет. Они решили, что все закончилось. Но они глубоко ошибались, все только начиналось.

Вы никогда не задумывались о смысле креста, который вменяют в обязанность носить любому христианину? А зря, что не задумывались, что удовлетворились каноническим объяснением. Символ Бога, дескать, который своей смертью, своими мучениями искупил все наши грехи. Как же!

Вот оно, человеческое лукавство! Не захотел Христос при жизни спасти всех *так, как от него ждали*, ну что ж, пусть теперь делает это своей смертью. Превращенной в этакий душеспасительный миф. Что только ни делает хитроумное и изобретательное человечество, лишь бы ничего не делать внутри себя. Сколь многое оно хочет получить, ни с чем при этом не расставшись — ни с одним своим предрассудком, ни с одним понятием, ни с единым заблуждением.

Между тем крест на груди, нательный крестик, который не положено снимать никогда и нигде, — это напоминание человеку о его предательстве. Это крик невыносимой боли, которая продолжает длиться. Это распятый Бог, которого никто не снимал с креста, который там распят и по сей миг, ибо крест этот не в Иерусалиме поставлен был, а в нас самих, ибо с тех пор Голгофу каждый в себе носит.

Христос выполнил свою миссию, он принес в мир весть о том, что мы боги, что Бог живет в каждом из нас. *Что Бога снаружи, от человека отделенного*

**никогда не было и не будет!** Вот почему его возненавидели — он украл у людей внешнего Бога. Внешнего! На которого можно опереться, от которого можно зависеть, в которого достаточно всего лишь верить — а дальше хлебать кисель половником.

Мы носим на своей груди напоминание о распятом Боге, о Боге, которым является каждый из нас, о Боге, снять которого с креста можем лишь мы сами. Каждый должен снять с креста своего Бога и поселить его... да-да, конечно — в сердце, и в нем тоже. Но главное — во всем, что нас окружает и чем мы являемся. Во всем, что мы ощущаем. Сумеете ощутить весь Мир — познаете Бога. Ибо Миром он является.

Сумеете принять себя полностью, со всеми своими ощущениями, даже самыми болезненными и страдательными, со всеми своими потрохами, пусть даже немного подгнившими, сумеете полюбить себя — познаете в себе Бога. Признаете в себе Бога. Признаете Богом себя.

Это и есть тайный смысл евхаристии — «ешьте тело мое, пейте кровь мою», то есть — станьте плотью от плоти моей, кровью от моей крови. Станьте мной! — говорил Христос, и станете Богами. Ощутите в себе отца своего, как и я, этого достаточно.

Только так можно освободить Бога, заключенного, распятого в вас. Только так из тела его можно вынуть гвозди векового неверия в свою божественную суть. Гвозди ментальных понятий и ограничений.

Это задача не для всех вместе, это задача для каждого в отдельности, коллективизма здесь быть не может. У каждого она будет решаться по-своему. Либо по-своему не решаться. Гарантий здесь тоже нет, никто вам место на небесах не бронировал, детские игры закончились, играем по-взрослому.

Но раз вы прочли это до конца и не швырнулись прочитанным куда-нибудь в угол, значит, не все так



плохо, и, возможно, вы в преддверии где-то уже, и осталось вам тогда всего немного — внутри себя пошарить да поиграть найденным там, в конструктор детский — домик в себе построить, а какой именно, о том сейчас разговор будет.

Набрали в грудь воздуха побольше, на лице улыбка, вибрация смеха внутри — сделали свой следующий шаг.

\* \* \*

Выдохнули, расслабились, заглянули в себя. Удалось мне хоть чем-то задеть вас за живое? Получилось обиду вызвать? Очень на это надеюсь. Ибо меньше всего мне хотелось бы создать такую книженцию для легкого чтения. Вот это и впрямь страшно. А обида... Экая невидаль. Обида, братцы, это штука очень даже полезная. Особенно когда вы для нее бесполезными сделали. Это прекрасный способ самотестирования.

— *Это не ты испытываешь обиду, — с готовностью напоминает Дурак, — это она испытывает тебя. И пока ты ее испытываешь, ты это испытание не проходишь.*

В предыдущей процедуре мы выяснили, что любая попытка опереться на что угодно рядом заканчивается неизбежной зависимостью от такой внешней точки опоры, а значит — потерей свободы и, как следствие, своей природной естественности. Все, что человек пытается обрести вне себя, приводит к угнетению аналогичного качества в нем.

— *Все, что ты хочешь получить, — авторитетно подтверждает Дурак, — тебя уже получило.*

Мы описали структуру «дерева окультуренного», родного. Ствол у которого — система чужих точек зрения, динамикой «роста» является достижение целей, определенных этими точками зрения,

ветками — пути этого достижения. И только плоды, изредка появляющиеся на этих ветках, — искомая радость.

Но поскольку «радость искомая», то есть радость, которую ищут, полноценной быть не может, то и насытить такие плоды не в состоянии, разве что так — всего лишь нервными окончаниями побаловать. Плодов же естественной радости от своего существования, от самой жизни, от «здесь и сейчас» на этом дереве не наблюдается.

Однако, увлекшись описанием «правильного дерева», мы практически ничего не сказали о дереве другом. О древе диком и некультуренном, стихийном и непредсказуемом, суть которого — сама радость. Ничего не сказали об альтернативе внешним точкам опоры, заклеянным нами, о том, как возможно жить в пространстве необусловленного Счастья, на что обращать внимание. Чем заполнить свое существование, в конце концов.

Хоть догадаться об этом не трудно. Внешние точки опоры мы предлагаем — нет, не заменить, они нам еще очень пригодятся — *дополнить* внутренними точками и именно на них перенести акценты своего существования. Мы предлагаем вернуть перевернутой «человеческой пирамиде» ее изначальную устойчивость и надежность, а главное — самодостаточность.

Человек не как случайный гость в Мире, который ему приходится непрерывно править и улучшать, по сути — бороться с ним, а как его часть, как его продолжение, более того, как сам этот Мир.

Как можно этого достичь? Всего лишь вернув себя в то, что мы называем своей жизнью. Познав ее ощущения, научившись жить ими, а главное — вспомнив, как это — жить ощущениями.

*Каждое принятое ощущение, каждое прожитое состояние создают в нас своего рода точки вну-*



*тренней устойчивости и самодостаточности — внутренние точки опоры.* Даже не создают — всего лишь обнажают сокрытое в нас, заблокированное и отложенное до поры до времени. Ну что ж, вот она, эта пора — под горло самое подкатила, а поэтому — обнажайтесь, друзья, смелее и бесстыднее, пришла пора выяснить — что же сокрыто тьмой веков под вашим «Я»?

А сокрыто там многое.

*«Человек в том виде, кем он существует сегодня, не способен остаться в живых. Он должен измениться или погибнуть. Человек, каков он есть, — не последнее слово творения»* (С. Радхакришна).

Это как бы отмашка в сторону предыдущей процедуры, создание фона для обозначенной темы, ремарка перед переходом. А вот и сам переход.

*«Ты носишь внутри себя высочайшего друга, которого ты не знаешь. Ибо Бог обитает внутри каждого человека, но немногие умеют найти его»* (Шри Прабхупада).

*«Последняя цель человека — в Боге, в живом союзе с Богом»* (Феофан Затворник).

*«Обожение себя и мира — цель бытия человека»* (Серафим Саровский).

*«Изменение всей вашей человеческой природы в божественную, пробегая века эволюции в несколько лет, — потрясающая работа, что будет сделана в вас... Цель, намеченная для вас, зовет вас вратать в образ Бога, пребывать в Нем и с Ним, быть каналом его радости»* (Шри Ауробиндо).

О чем мы сейчас говорим? Вы не поверите — о втором пришествии Христа. О его пришествии внутри каждого из нас. О том пришествии, которого никогда не будет для всех, а только для тех, кто позволит ему состояться.

И здесь мы срываем еще одну лживую завесу перед тщательно скрываемой страстью человечества к

пассивной зависимости — никакого второго *внешнего* пришествия, которого веками ждут все — кто с надеждой, кто с ухмылкой, — не будет. Как не было первого.

Или, если хотите, — будет. Таким же, каким было первое. А почему оно должно быть другим? Только потому что нам очень хочется?

Христос никуда не уходил из мира. Бог никогда не покидал тех, кого создал из себя. (Не задирайте особенно нос — дождевого червя он тоже никогда не покидал.) Нас все время ориентируют на некие внешние события, придавая им вселенскую значимость. То есть — все на те же внешние точки опоры. Между тем все самое важное происходит внутри нас.

Загляните в себя! Покинувший вас Бог — это всего лишь Бог, покинувший ваше сознание. Изгнанный оттуда. Превращенный из данности — из ощущения его, из истинного знания в атрибут веры. Во что можно верить? Лишь в то, что разучились ощущать, о чем утратили знание.

Второе пришествие Христа — суть воскресение Бога в себе. Это событие не календарное, а глубоко внутреннее, трансформационное. Для кого-то оно будет подобным мгновению — вскочило сатори в одно ухо к вам, а из другого вы сами, уже Богом поскакали.

Для других же это процесс постепенной внутренней трансформации. Неспешной и мучительной, как удаление зуба, переживаемое «по-кадрово». Но главное, приход Бога — это процесс глубоко внутреннего и предельно интимного характера.

Никому для этого не нужно бить поклонов или ставить свечей, *не перед кем* падать на колени — упадите лучше перед собой, обцелуйте свои стопы, омойте их слезами раскаяния и узнавания. Общепчите их словами любви и эпитетами восхищения от себя, общекотите смехом радости и восторга перед



собой. Перед собой — Богом. Осознанным и признанным, необходимым и желанным, легким и свободным, играющим и смеющимся.

А теперь — стоп. Изменим наш лексикон, дабы не потерять за «деревьями» канонических религиозных понятий, ощущения кристально ясной структуры «леса» человеческого существования.

Ведь все на самом деле очень просто. Мы об этом говорили в контексте других тем, повторим еще раз в контексте этой.

Для того чтобы жить в гармонии и счастье, необходимо всего лишь — не упускать в своем существовании ни единого ощущения. Вот и все. Можно этот принцип облекать в какие угодно одежды — либо в радующие глаз фантики, либо в бросающие в холодную дрожь страшилки, его суть от этого не изменится.

Почему в различных религиях, под всевозможными соусами предлагают любить Бога? Потому что Бог — это наше все. Все! Посмотрите вокруг, загляните в себя — все, что вы увидите, что ощутите, — это он. Ибо Мир создан из него, ибо Мир и есть Бог. Любить — значит принимать, а принимать — значит проживать *все* полноценно, не упуская ни единого ощущения. Принимать — значит быть единым со всем, быть одним целым. Закон Целостности и Единства.

Почему об этом не говорят так ясно и просто? Из-за скудности человеческого понимания? Не унижайте себя. Исключительно из потребности решать попутно еще одну задачу — управления паствой (паствой в широком смысле, разумеется). Для чего? Ранее мы уже говорили — для откочки из нее энергии. Кому необходима эта энергия?

Только тому, кто изначально лишен энергии жизни. Тому, кто искусствен по своей природе — социуму, описанию мира и прочим многочисленным производным от них, именно тем, которым

имя — легион. Это им выгодно подменять ощущение живого Мира, живого Бога всего лишь верой в них — наукой и религией.

Вера в Бога — Бога убивает. Понимание Мира — Мир обездвигивает. Вера безжизненна по своей природе, ибо она — продукт ментала. Она всего лишь результат понятий и смысла. Верить в свою руку и знать ее, ощущать — две большие разницы. Верить в свои способности и ощущать их — две большие разницы. Верить в счастье, добиваться его и быть счастливым — три большие разницы.

— *В Бога легче верить*, — грустно смеется Дуррак, — *чем им быть*.

Вера — атрибут внешних точек опоры. Знание как ощущение — категория исключительно внутреннего пространства, это продукт внутренних точек опоры. Чем характерны внутренние точки прежде всего? Тем, что их нет. Нет на самом деле никаких точек, есть всего лишь способ говорить о них.

— Стоп, стоп, — возможно, скажете вы, — но ведь внутренние точки опоры суть ощущения? — Да, — отвечу вам я. — Но ведь ощущения есть? — спросите вы. — Ощущения есть, — отвечу я, — а вот точек никаких нет. Нет и быть не может. А иначе какой бы нам резон был менять шило на мыло? Какая разница, на какие точки опираться, к каким привязываться — к внешним или внутренним?

Внутренние точки не создают ничего нового, они всего лишь проявляют уже присутствующее в нас. Они — словно капли воды на грязном стекле, чем их больше, тем менее заметной становится грязь и все более различимым то, что сокрыто за стеклом. Они вроде есть, но мы их не видим, мы всегда смотрим сквозь них. Мы ими живем, но следа в нашей памяти они не оставляют, ибо проживаются полностью.

Поэтому привязаться к внутренним точкам и пасть от них в зависимость невозможно. Как можно



привязаться к тому, что вы сейчас обоняете, осязаете или вкушаете? Не вчера, не секунду назад, а *сейчас*? Привязаться можно лишь к тому, что «уже», что состоялось, что стало атрибутом прошлого. К тому, что умерло, мы об этом уже говорили.

А если вы живете здесь и сейчас — вы просто живете, вы ничего не копите, вы свободно течете вместе с потоком, не пытаясь его остановить. Но при этом в вас что-то происходит, что-то совершенно незаметное, но необратимое. Вас словно становится больше, вы будто заполняете в себе какие-то внутренние пустоты и оттого делаетесь все более устойчивы в своем скольжении по жизни, более уверенны и стремительны.

Вы заполняетесь ощущениями, а через них — Миром, ими проявленным, вы постепенно становитесь с ним одним целым, а он — единым с вами. Это и есть верхняя цель человеческого существования, в этом и заключается конечная задача любой религии — стать единым со всем сущим. А чем это существо называть — Богом, Миром или Вселенной — значения не имеет никакого.

Повторяю, все очень просто, предельно просто. Достаточно было в нашем исследовании вынести канал ощущений на первое место, и все многовековые непонятки сразу же стали на свои места. Простите мое занудство, но озвучу эту связку еще раз, она крайне важна в нашем исследовании.

Только ощущая, человек может познать себя, Мир, Бога. Только ощущения могут подсказать ему, что все это — суть одно. Открываясь ощущениям Мира, человек впускает в себя Бога, через Мир проявленного, становится им. Суть любви, о которой все говорят, которой предлагал жить Христос, — в безусловном приятии всего, что человек может ощутить. Это и есть приятие Бога в себе, это и есть осознание себя им.



Это и есть создание в себе Внутреннего Храма.

«Разве не знаете, что вы храм Божий, и Дух Божий живет в вас? ...храм Божий свят; а этот Храм — вы» (1 Послание к Коринфянам).

Удивляет одно: все, в этой процедуре обсуждаемое, — хорошо известно и, более того, тщательно прописано во многих источниках, в Библии в том числе. Но излагается это всякий раз как-то вскользь, бегло и невнятно. Впрочем, совершенно ясно почему. Если все кинутся строить Храм Внутренний, кто будет посещать внешний? Осиротеют тогда соборы, церкви и церквушечки... Если все вспомнят себя Богом, кому проповедовать о нем? Кого в страхе перед ним держать?

Именно о Внутреннем Храме говорил Христос, предлагая его построить в три дня, разрушив храм внешний. Именно в этом храме живет Внутренний Закон, следование которому делает человека неизбежно счастливым, ибо возвращает к *естественности*.

Чем же отличается Храм Внутренний от внешнего? Прежде всего — своей невидимостью, но при этом — абсолютной реальностью. Почему он не виден, понятно — он внутренний. А реален он оттого, что *ощущаем*, оттого, что соткан из ощущений. И это в нем главное — внешний храм выстроен понятиями, внутренний — ощущениями.

Истинный Храм — это не место, куда ходят, это состояние, в котором живут и пребывают. Это то, что создано ощущением комфорта и радости. И это важно. Построить Внутренний Храм — значит научиться жить в мире светло и радостно, с улыбкой и смехом. Любой храм строится по кирпичикам, по кирпичикам. Внутренний строится так же. Каждое принятое и прожитое ощущение — кирпичик в нем. Каждая улыбка — раствор, их скрепляющий.

Внешний храм, скрепленный серьезностью, смехом разрушается, ибо выстроен монолитным и



недвижимым. Внутренний — смехом полнится и упрочивается, ибо текуч и подвижен.

Вы когда-нибудь слышали о смеющемся Христе? И не услышите, даже не надейтесь. Засмеется Христос — пойдет трещинами основание Церкви, возведенной на нем. Кому молиться после этого, кому верить? Папцу? Шуту? Что умного может сказать человек, который смеется?

— *Однажды*, — немедленно включается в разговор Дурак, — *я спросил у Бога — который час? Вот такой я нахал...*

Ну вот, видите?

Зато во Внутреннем Храме вибрация смеха является определяющей (чуть позже вы поймете почему), она придает ему пластичность и создает подвижность. Здесь нет незыблемости, здесь живут динамика и непрерывное обновление.

Хотите узнать — смеялся ли Христос? На самом деле это несложно — просто загляните в себя. Сумеете сделать это честно — не просто ответ поймете, смех его услышите. Этот смех и закладывайте в фундамент своего Храма. Вряд ли Он был бы против.

Никогда еще не давалось подробных указаний, как именно строить Внутренний Храм. И это понятно — больно интимен этот процесс. Но мы рискнем, подскажем, тем более что ничего нового вы не услышите, ведь по сути — вся книга об этом.

\* \* \*

Построить Внутренний Храм можно, лишь соткав свое Тело Ощущений. Что это значит? Да ничего особенного, этакий пустячок — всего лишь выйти на новый уровень существования. Причем речь сейчас идет не об уровне сознания — о новой форме *физического* существования.

Все, что мы позволили себе ощутить, что прожили полностью и до конца, навсегда остается с нами. Именно так образуются внутренние точки опоры и создаются кирпичики Внутреннего Храма, именно из прожитых ощущений формируется в нас совершенно особое *сенсорное тело*, или — *тело ощущений*.

Любое тотально прожитое ощущение как бы переходит из внешнего мира в пространство внутреннее и отныне становится нашей неотъемлемой частью — фрагментом нового тела ощущений. Своим проживанием мы словно освобождаем элементы действительности от необходимости быть только внешними и делаем их своей неотъемлемой частью.

Неотъемлемой! Это очень важно. В нас постепенно формируется целый Мир глубоко и честно исследованный в ощущениях, Мир, который теперь будет с нами всегда и везде. В этом еще одна особенность Внутреннего Храма — разрушить его нельзя. В этом крайне важная особенность тела ощущений — его невозможно потерять, оно не может стать меньшим — только большим, только более реальным и ощутимым.

Это тело не фиксировано физической плотностью, оно текуче и высокодинамично. Его суть — не форма, а сенсорное наполнение. То, что является главным для физического тела, а именно — внешний облик, для тела ощущений всего лишь одна из возможных характеристик.

Формируя в себе тело ощущений, мы наполняемся Миром, а он единой формы не имеет. Он полиморфен, и это качество мы у него наследуем. Наше сенсорное тело, тело ощущений может теперь реализовать себя в любой внешней форме.

Это тонкое высоковибрационное образование, характеристики которого столь же трансцендентны, сколь трансцендентен канал ощущений. Такие показатели, как плотность, масса, размерность, для



него всего лишь *понятия*, а потому не являются абсолютными и обязательными. Сенсорное тело одновременно — и плотно, и неощутимо, оно по желанию — и диффузно, и определено формой, причем любой.

Согласитесь — неожиданный и забавный зигзаг образовался в нашем исследовании, не правда ли? Их у нас еще много таких будет, ибо, покидая пространство жестко фиксированных понятий, мы все глубже будем погружаться в пространство нереализованных возможностей. Возвращая себе статус божественности, мы просто вынуждены будем пересмотреть карту своих невозможностей на предмет расширения границ и увеличения степени их прозрачности.

— *Каждый*, — заботливо напоминает Дурак, — *заблуждается в мере своих невозможностей*.

Сейчас этот аспект темы мы оставим в покое, ибо слишком далеко он может увести нас от рассматриваемого вопроса. Но в одной из последующих процедур мы все же позволим этому случиться и — уверяю вас — вряд ли пожалеем.

И несколько слов вот о чем.

Каждого из нас, чего уж там греха таить, безмерно волнует вопрос о его посмертной участи. Сколько книг на эту тему прочитано, сколько статей, сколько копий в жарких спорах изуродовано! И это понятно — кому охота кончиться однажды раз и навсегда. Но, с другой стороны, и чего-то там испугаться после смерти тоже как-то не охота.

Может, прав все же доктор Моуди, сотоварищи, и не настолько там плохо? И хоть торопиться туда никакого резона нет, но и там прожить очень даже можно? Если изучить как следует «Книгу Мертвых», если проштудировать вдоль и поперек дневники Монро, если провести правильные и своевременные обряды по сжиганию кармы?

Может, и прав, может, и неплохо. До того момента, пока в человеческом распадающемся сознании еще живы некие коллективные архетипы. Продолжается это, правда, недолго, дней сорок или чуть больше. А вот потом...

Потом человек остается наедине с самим собой. Не со своими уже представлениями и верованиями, а исключительно с ощущениями. С тем багажом, с которым он отправился в путь. И то, каким будет этот путь, зависит исключительно от сокрытого в его дорожных саквояжах и рюкзаках.

От степени наполненности его Внутреннего Храма, от уровня сформированности его сенсорного тела, от того, насколько «насыщен днями» он был в своей жизни.

Тело ощущений, сформированное человеком при жизни, — это и есть его «посмертное тело». Оно существует у каждого, но далеко не у всех имеет законченный человеческий вид. У многих оно изобилует «пустотами» и «незаполненностями» — непрожитыми ощущениями, непринятыми состояниями, отвергнутыми ситуациями.

Какой вид у него *без* всего этого — трудно сказать, понятно одно — крайне малочеловеческий. Отсюда, по всей видимости, идут всевозможные страшилки по поводу кармической деградации и возможности реинкарнации человека в животное. Что на самом деле абсолютно невозможно. А вот сформировать подобным непотребным видом соответствующую среду *там* вполне возможно, более того — неизбежно.

— Если ты «без», — зловеще хохочет Дурак, — то рядом с тобой бес!

Бес не бес, но некое мучительного состояния избежать не удастся в любом случае. Причем никаким оккультизмом либо прочей религиозной бредятиной здесь даже не пахнет, одна сплошная физика — по-



добное притягивает подобное. Все непрожитые до конца состояния — это своего рода свободные радикалы сенсорного тела. Именно они выстраивают по принципу соответствия как посмертное существование, так и последующее существование земное.

В этом суть пресловутой кармы и необходимости (неизбежности) последующего прихода в человеческое пространство. То есть — любая незавершенность формирует соответствующее качество рядом. Вот и все. Вот вам и Страшный суд, и ад, и рай, вместе взятые.

Тело ощущений, «посмертное» тело формируется тем, что было качественно прожито, а среда, в которую оно себя помещает, — тем, что было «не дожито», отвергнуто. Причем среды как таковой в общем-то и нет. После смерти мы попадаем не в *посмертное пространство*, которое нам якобы уже уготовано кем-то, а в *состояние*, в состояние нашего сознания, которое сами в себе сформировали при жизни.

Иными словами, не количеством пресловутого добра или зла определяется наше будущее, а исключительно количеством радости (или ее отсутствия), которой мы позволили случиться в своей жизни.

Особый интерес в свете этого вызывает посмертная судьба полностью сформированного сенсорного тела. Что будет происходить с ним? То бишь — с его хозяином? Словом — с ними вместе?

Немудрено запутаться, ведь обычно мы отделяем свое сознание от тела, дескать — разные это вещи. В сенсорном же теле этой дистанции нет — все оно и есть одно сплошное сознание. Но в то же время это вполне реальное тело, способное полноценно функционировать в физическом пространстве. Правда, не в нем одном.

Сформированное сенсорное тело по своей сути представляет свободную монаду, самодостаточную и полностью завершенную. С ней ничего случайного

случиться уже не может, ибо отсутствуют свободные радикалы, на которые можно воздействовать. С ней происходит только то, что представляет интерес для нее самой.

Это и есть то освободившееся и неуловимое сознание, которое «пролетает мимо Орла» в традиции Кастанеды, это и есть осознавший себя Бог, о котором говорим мы, это большинство из вас в очень недалеком будущем.

\* \* \*

*«Бесконечное сопротивление — это агония распятия»*, — очень выразительно сказал некогда Франклин Мерелл-Вольф.

В свете рассматриваемой темы уточним: *любое сопротивление — это сопротивление Богу в себе*. А теперь еще раз прочтите предыдущую фразу, вне всякого сомнения, она станет для вас актуальней, а многое из происходящего в жизни — понятней.

Все, чему мы сопротивляемся, — это сопротивление Богу. Все! Вы думаете, почему лейтмотивом этой книги является призыв к приятию, повторяемый в разных вариантах и предлагаемый под разными соусами? Мы говорим о приятии вообще, каждый раз имея в виду приятие Бога.

У него бесконечное число обличий и проявлений. Ваша радость — Бог, ваша боль — тоже он. Страдание — это давление, создаваемое Богом, рвущимся на свободу. Снимите перед ним сопротивление — и все ваше страдание немедленно сменится блаженством, ибо Бог коснется вас.

Причем это не дешевая риторика, у вас уже есть для этого инструменты — просто используйте их и все проверяйте на себе. Те механизмы, которые мы предлагаем задействовать, в нас появились не случайно — это Бог подстраховался, оставляя себе



шанс на освобождение. Нашими, естественно, руками.

Так что, друзья, хватит хныкать и ныть, надеюсь, вы уже поняли, что это не Бог нас оставил, а мы от него спрятались. Ибо оказался наш Бог каким-то не таким... А таким каким-то этаким, что на него даже опереться не получается. Да-а, пожалуй, что в разведку мы с таким Богом не пошли бы. Еще чего — ведь все самим делать придется!

За что можно спрятаться от Бога? Только за внешние точки опоры, за систему понятий. Она позволяет нам принять в свою жизнь лишь то, что ей соответствует. А не соответствует если? Значит, не наш, значит, не нужен, значит, не Бог.

*«Се, стою у двери и стучу: кто отворит дверь, к тому войду, и буду вечерять с ним»*, — говорит Христос. Не отворяем, доказательств ждем, документ требуем... Не надоело еще?

Любой человек несовершенен лишь по одной причине — он знает о своем несовершенстве. А если вы будете знать о своей божественности? Делайте выводы.

*«Попробуй спастись от дождя, если он внутри»*, — пел некогда Виктор Цой, а вы попробуйте спастись от Бога, когда внутри он. Куда вам теперь от него деться? Ан, некуда, теперь у вас один только выход — становиться им. Вот и становитесь.

\* \* \*

Небольшое замечание. Если только что прочитанный фрагмент вызвал у вас некоторое напряжение неумным использованием слова «Бог», прочтите его еще раз, заменив «Бог» на «Мир», и, я думаю, все сразу станет на свои места. Ведь не о Боге же, в конце концов, эта книга, а о счастье, о Целостности и Единстве. Верно ведь?

...Вот только какая, к черту, разница?

\* \* \*

Внутренние точки опоры, а тем паче — Храм Внутренний, из них выстроенный, не что иное, как наши ощущения. Это много наших ощущений, поток целый. Это — канал ощущений. Тот самый, который является связующей нитью между человеком и Вселенной, между человеком и Богом.

Именно через этот канал мы получаем любую интересующую нас информацию «из первых рук», именно благодаря ему можем обрести истинное знание, не замутненное промежуточными планами и механизмами. Любая попытка анализа этого знания немедленно превращает его в понятие и блокирует канал, через который оно было получено.

Обо всем этом вы уже как бы знаете. Но все ли вы знаете об этом? Начнем с того, что никакого канала ощущений в природе не существует... Закончим тем, что никакой информации по нему вы не получаете...

Здорово, правда? Похоже, приехали. Канал ощущений, канал ощущений... А его не существует? Не существует. И в том направлении, в котором ехали, мы и впрямь приехали. Поехали теперь в другом. В каком? В том, которого нет.

— *Если тебе досталась тетрадь в полосочку, — смеется Дурак, — пиши поперек.*

Называя канал ощущений каналом, мы просто используем более-менее подходящий термин, который, к сожалению, не только не раскрывает всей сути предмета, но даже вводит в заблуждение. Канал может существовать только между двумя различными объектами. Можно говорить, что он их связывает, соединяет, но они по-прежнему остаются различными и отдаленными друг от друга.



В случае канала ощущений все не так. Просто это образование имеет надчеловеческую, надпонятийную природу. Канал ощущений трансцендентен, многомерен, а потому обладает качествами и свойствами, не укладывающимися в рамки привычных категорий.

Это некое объединяющее начало, не имеющее ни формы, ни протяженности, ни размера. Два объекта, объединенные каналом ощущений, являются единичным объектом. Человек, связанный каналом ощущений с Миром, Миром же и является. Через канал ощущений он един с Богом. Им являясь.

Понятно, что ни о какой передаче знаний речь в этом случае идти попросту не может — человек и есть знание. Оказывается, это его данность. И если про Бога говорят, что он суть, Абсолютная Истина, можете смело отнести это и к себе. С одной оговоркой, правда: канал ощущений вам еще нужно пробудить, а точнее — разблокировать. Ибо ментал сделал все возможное, чтобы его запрудить и «оплотнить» для получения жизненно необходимой для себя энергии.

Говоря о единстве с Богом, мы возвращаем понятие человеческого сознания его утерянный статус. Что есть «сознание»? Сама этимология этого слова говорит о *совместном знании*. С кем оно может быть совместным? С менталом? Мы уже знаем цену его знанию. Нет — только с Богом!

Истинное Сознание — это состояние единения с Богом. Это уже не просто подключение к интуитивному каналу всеведения, это существование в многомерном канале ощущений, а по сути — в качестве сознания Бога.

*«Я не собираю свое знание из писаний и книг, но ношу его в самом себе, ибо небо и земля со всеми их обитателями, и даже сам Бог заключаются в человеке»,* — подтверждает сказанное самый удивительный

неуч в истории человечества, Яков Беме. Подписываюсь и я обеими руками под его словами, ибо именно так написана эта книга.

Истинное сознание — это объединяющее начало всего человечества. Это именно то, что позволяет делать *все* пробудившемуся в канале ощущений человеку. Ибо, ощущая себя *всем*, причинить вреда *уже себе* он попросту не сможет. Помните — «*люби и делай, что хочешь*»? Это именно об этом.

В этом основное отличие ментального пространства от пространства ощущений, пространства, помеченного внешними точками опоры, от пространства точек внутренних, пространства внешнего храма от пространства Храма Внутреннего.

В первом люди разобщены, их сознания отделены друг от друга, здесь чья-то боль никогда не станет болью собственной.

В пространстве же Внутреннего Храма, целостного пространства канала ощущений сознание у всех едино. Здесь, не лишаясь своей личностной индивидуальности, человек ощущает Мир, в котором живет, как свое продолжение, как самого себя. Ощущает другого, как себя.

— *Из раны, нанесенной другому, — подтверждает Дурак с грустной улыбкой, — всегда льется твоя кровь.*

Да! В отличие от ментального пространства, здесь всегда так. И именно поэтому кровь здесь литься не будет.

Именно поэтому любое ваше осознание здесь сразу же становится достоянием каждого, любая радость — общей, а умение смехом открываться Миру — проходом для всех.

«*Спасись сам, — говорил Христос, — и вокруг спасутся тысячи.*»

Будь эгоистом, говорим мы, люби только себя — и Мир твой будет пронизан любовью.



\* \* \*

*Поскользнулся человек как-то раз в горах, чуть в ущелье горное не свалился. В последний момент за самый край ухватился. И вот висит он над пропастью, за камень держится, последние силы теряет. Наконец, не выдержал — от безысходности такой к Богу возопил.*

— *Господи, — взмолился, — помоги!*

*И вдруг слышит голос с небес.*

— *Помогу, конечно, отчего не помочь. Отпусти руки.*

*Человек глянул в бездну под ногами, подумал немного и изо всех сил заорал:*

— *Эй, там, наверху! Может, мне кто-нибудь другой поможет?*

*Дурак смеется: если ты хочешь, чтобы в твои руки вошло что-то новое, не испугайся отпустить старое.*

Такая вот душераздирающая история. К чему это я?

Да к тому, что исподволь и повсеместно мы поступаем так же, как этот бедолага. Основной принцип человеческого существования — и хочется, и колется. Очень уж хитрый ум у нас — всегда требует гарантий, непременно ждет страховки.

Мы, конечно, не против того, чтобы взлететь, но прыгать для этого с утеса... Нет уж, увольте. А что, нельзя как-нибудь по-другому, как-нибудь пешком, что ли, полетать? Так чтобы с почвой под ногами не расставаться?

— Отчего же, — немедленно откликается ментал, — запросто. Вот вам самолет. Сам летает. А желательно, скажем, как рыба поплавать — пожалуйста на теплоход. На другие, может, планеты смотаться угодно? Мир от кин-конгов с годзиллами спасти? Элементарно — вот плазменный экранчик последней модели.

И заметьте — все это предлагается делать в абсолютно привычной обстановке, «со знакомой почвой под ногами» — сидя в удобном кресле, потягивая любимый напиток, затягиваясь сигаретой родной марки. Ни тебе прыжков каких, ни нырков дурацких, ни прочего риска членоповредительства. Милое дело.

А завтра еще милее будет — еще безопасней самолеты придумают, еще быстрее. А на экранное изображение скоро можно будет не только смотреть — потрогать даже, а там дальше — и самому потроганному быть. А мобилки, не поверите, скоро кофе будут сами в постель подавать.

Что ж вы хотите — техника. Прогресс. Человечество не стоит на месте, движется, развивается. Эволюция сознания.

Правда, можно попробовать и другой вариант — небесами предложенный. Хоть и влипнуть с ним — раз плюнуть. Не отлепят потом... Но все же, а что, если попробовать — отпустить руки? Причем отпустить честно — полностью. И снаружи их отпустить, и внутри.

Что с нами может случиться, если хоть раз в жизни мы в себе что-то по-настоящему отпустим? И сделаем это не с робкой надеждой, а с глубокой уверенностью? Более того — со знанием? С ощущением полета? С предвкушением парения?

Есть подозрение, что случиться с нами может все, что угодно. Что *угодно!* — а не то, что испугано, скукожено и от греха подальше положено.

В чем разница между этими двумя вариантами?

В первом случае нам предлагается всего лишь иллюзия развития, создается имитация полноценной эволюции. Меняется мир вокруг нас, усложняются и умножаются внешние точки опоры. Мы остаемся прежними.

Во втором — появляется шанс для реальной трансформации. Для настоящего изменения созна-



ния. Мы при этом готовы с чем-то в себе расстаться, дабы создать что-то новое. Такое, чего в нас раньше не было. А если и было когда-то, то давно забылось и утратилось. С чем мы готовы расстаться? Со своими страхами, с ограничениями, со знаниями о своих невозможностях.

Эти два подхода очень характерны, прежде всего, тем, что в них предельно выразительно проявляется разница между принципами существования в ментальном пространстве и пространстве ощущений.

Ментал не в состоянии ни с чем расстаться, накопительство и умножение — залог безопасности для него. А еще — улучшение за счет некоей смысловой надстройки. Он непрерывно усложняет однажды придуманные системы, принципиально их при этом не меняя.

Пространство же ощущений ни за что не держится, оно готово к непрерывным и самым кардинальным переменам. Это и понятно, ведь ощущения — категория струящаяся, обладающая высокой динамикой и не связанная формой, ни физической, ни смысловой.

То есть — существует *трансформация сознания*, при которой неизбежно меняется система представлений и, как следствие, система отношений с Миром. И существует *надстройка сознания*, при которой в сознании человека ничего принципиально не меняется, но создается иллюзия таких изменений за счет умножения смысловых элементов.

Надстройка сознания — это всего лишь переделывание старого. Трансформация сознания — непрерывное творение нового. Решите для себя, кто вы — творец или реставратор?

Чтобы глубже разобраться в сути этих понятий, просто взгляните на себя. Уже тот факт, что вы читаете эту книгу, говорит об одном — вы заинтересованы

в смысловом собирательстве. А значит — выбрали путь не трансформации, но притворства.

Ходить по разным курсам, читать всевозможные пособия, делать из всего там почерпнутого ментально продвинутые выводы — это путь белки в колесе. Он ничего не дает, кроме обживания своей социальной ниши, кроме утаптывания родного жизненного пятка.

И не надо врать себе и другим, что рано или поздно количество в вас перейдет в качество, и вот тогда-то все случится... Чушь собачья! Ничего *само по себе* никуда не перейдет — в вас поселится и нагло воздух портить будет. Вам еще очень повезет, если это избыточное количество (вот тут вы правы — само собой) перейдет у вас в понос или рвоту, в этом случае у вас и впрямь появляется шанс, только сумеете ли вы им воспользоваться?

Лишь освободившись от чего-то, мы можем в себя что-то впустить. Чтобы найти, необходимо с чем-то расстаться. Как правило, с какой-то системой понятий либо с ее элементами. Чтобы построить, надо что-то разрушить. Как правило — границы или рамки все той же системы понятий. Если этого не сделать вовремя, разрушение все равно случится, но уже на физическом уровне.

Как накопительство в себе заместить трансформацией? Только деланием. Работой с ощущениями. Чем плотнее эта работа, тем прозрачнее ментальные рамки, тем более хлипкими делаются смысловые элементы — внешние точки опоры. Ваша задача — растворить их все, сделав условными и необязательными.

Каждая растаявшая внешняя точка опоры обнажает точку внутреннюю. Она проявится в вас слабая и беззащитная, от долгого невнимания к себе едва живая. Теперь ее судьба полностью в ваших руках. Вдохните в нее жизнь, поверьте, что в



вас открылось новое качество, новое знание, новая способность — и немедленно начните пользоваться вновь обретенным.

Только так можно сделать живым и реальным то, что долгое время превращали в вымышленное, иллюзорное и невзаправдашнее. Только так можно вернуть себе утраченные совершенство и божественность. Только так можно стать *состоятельным* человеком.

\* \* \*

В социуме, в пространстве внешних точек опоры *состоятельный человек* — это тот, кто накопил много точек. Либо просто понятий — и его почитают как знающего и ученого, либо понятий в материальном эквиваленте — и он уважаем как обладатель материальных ценностей. Но и в том, и другом случае *состоятельным человеком* становится тот, кому удалось больше пленить себя ментальными фетишами. Тот, кто попал от них в большую зависимость.

В пространстве же ощущений и внутренних точек опоры *состоятельный человек* — это тот, кто состоялся. Тот, кто познал себя и обрел свободу. Кто открыл в себе Мир и пробудил жизнь в своей жизни. *Состоятельный человек* — это тот, кто состоялся как Бог.

Можно, конечно, опереться на созданные кем-то точки и быть всего лишь *при* чужом творении. Быть обыкновенным пользователем и потребителем, собственно — тем, кем мы и являемся. Но имейте в виду, быть *при творении* — это значит быть *притворщиком*.

Вот она, горькая правда, стыдливо сокрытая в веках! Оказывается, мы все притворщики, и ничего больше. Согласившись быть при ком-то (при



внешнем Боге) или при чем-то (при чужих истинах), мы выбрали не жить, а всего лишь притворяться в этом. Поэтому пользуйтесь созданным кем-то, потребляйте себе на здоровье, но никогда не забывайте о том, кто вы на самом деле.

Мы создали целую культуру притворщиков, нагло именующих себя творцами. В чем суть их творчества? В бесконечном перетасовывании чужих смысловых элементов. И не надо кивать на вдохновение и озарения, *если вы выбрали жить в мире, созданном не вами, — вы будете жить при чужом творении и все якобы свое черпать из чужого источника.*

Что можно противопоставить притворству? Только одно — *претворство*. Что это за зверь такой? А это когда вы не ждете, чтобы добрый дядя для вас что-то сотворил, а сами *претворяете* себя и мир вокруг. Когда вы претворяете пространство вокруг себя, претворяете себя в этом пространстве. Претворить — это значит трансформировать, значит — воплотить новое качество.

Вообще-то заниматься этим — прерогатива Бога, именно он стал первым претворщиком, создав из себя Мир. Осознав себя Богом, вы обречены на это же — на претворение себя, на воплощение себя вокруг, на творение Мира из себя.

Вы уже имеете на это право. Более того, позволив себе ощутить Мир, приняв его в себя весь без остатка, выстроив из ощущений его свой Внутренний Храм, вы теперь просто не сможете не излить из себя то, чем наполнились. Внутренний Храм создает потребность в претворении, потребность в истинном преобразении человеческого мира.

Ментальное пространство вскормило и вырастило нас, это наша колыбель — и низкий ему поклон за это, и не будем помнить зла за то, что оно периодически «подсасывало» из нашей «бутылочки» с



детским питанием. Лучше пожалеем его, не от хошой жизни оно это делало.

Но, как сказал один мудрый человек — нельзя вечно жить в колыбели, пеленками провоняешь (это я творчески дорабатываю его мысль). Пора, друзья, пора взрослеть (ну, сколько можно уже!), пора мужать и становиться Богами. Действительно, отчего не перейти нам в статус честных творцов? Чесслово, не вижу, отчего бы. Давайте уже, переходите, что ли.

\* \* \*

Итак, друзья, надеюсь, вы уже поняли, что Бога нет? Пауза. Или не надо паузы? Вообще-то мне казалось, что только об этом одном мы и говорим. Бога нет! Причем по уважительной причине. Вы его просто не удосужились создать. Вы запомнили его сотворить. *Вы забыли о нем в себе.*

Привыкайте. В таком вот мире мы с вами живем. В мире, в котором у человека не то что друзей — врагов даже нет. Только он сам, один-одинешенек... Сиротинушка...

А как вы думали? Признать себя Богом и не разделить при этом его участи? Нечестно как-то получается. А ну-ка, давайте припомним, с чего там все начиналось.

— *В начале было слово...* — включается в процесс вспоминания сам Бог. — *И кто меня только за язык тянул!*

Ну, что случилось, то случилось, чего уж там. Нас в этом вопросе другое интересует — мы ведь теперь просто обречены по тем же стопам пройтись. И пусть хоть немного нас утешит, что они Божьи.

Бог создал Мир от жуткого одиночества, очень надеюсь, что и на вас накатит. Не ждите, что для вас создадут хоть что-то. Все! Некому! Сами, теперь все сами.

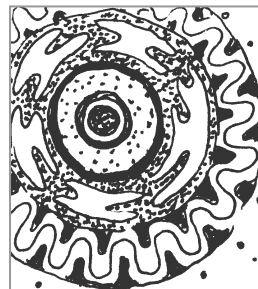
В этом мире нет счастья, удачи, радости, здоровья, изобилия — уготованных для вас. В этом мире даже Бога нет уготованного. Ощутили реальную потребность рассмотреть все это поближе, руками пощупать, прекрасно — вперед! Творите.

Только от вас зависит как качество Вселенной, вас окружившей, так и сам факт ее. Как качество вашей жизни, так и факт ее. Только от вас зависит — превратить свое Счастье в факт или в банальный «фак». Я бы на вашем месте выбрал первое.

— *А вот я за себя не уверен!* — хохочет Дурак.

Оставим его хохотать, а сами займемся делом. Во вторую часть все марш, марш, без увиливаний.

## Часть 2



# ПРАКТОЛОГИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

— Вы думаете, я за вас свою работу  
делать буду?

Бог





## ТАНЕЦ ДУРАКА



— Как ни брось камень в воду, — смеется Дурак, — обязательно попадешь в центр круга. Хватит целиться — бросай!

Ну, с чего там начинается любой мало-мальски великий путь? С первого шага, говорите? Что ж, мудро, начитанно... Предположим. А как он выглядит, этот самый первый? Наверное, торжественно? Особо значимо и подчеркнуто выразительно? Знаменательно и символично?

Правильно, и так он выглядит, и сяк, и этак, поэтому, друзья, встали и сделали его, свой первый и невероятно символический шаг. Причем сделали его в самых строгих традициях Школы Дурака или, если хотите, просто в традициях Дурака, ибо именно он, Дурак, и будет нашим главным водителем на этом пути. Итак, встали, вскинули руки вверх и потяну-ули-ись, потянулись сла-адко так, сла-аденько... В одну сторону потянулись, затем в другую... Может, даже зевнули при этом...

Ну, как? Напотягивались? Назевались? Ну, и ладно, ну, и молодцы, можете снова плюхнуться на свой призывно поскрипывающий диван. А я вас по-

здравляю, свой первый шаг по тропе Дурака, свое первое движение в сторону Счастья вы сделали. Причем абсолютно все его сделали на «отлично» и «шагнули» в высшей степени качественно.

Что дает мне смелость говорить столь уверенно о вещах столь ответственных? Только то, что дорога к Счастью всегда и неизбежно легка и естественна, а главное — комфортна. А если хоть один из этих компонентов отсутствует, впору задуматься — туда ли вы идете? То ли вы называете своим Счастьем?

— Если ты успешно справляешься с трудностями, — бдительно напоминает Дурак, — ты на правильном пути! Только вряд ли на своем.

— А если что-то делаешь без удовольствия, — добавляет он со смехом, — лучше не делай этого вообще. Но с удовольствием!

Поверьте (ну, это так, к слову, на самом деле — проверьте!), Счастье столь же легкодостижимо и естественно, как те «потягушечки», которые вы в себе вызвали, а точнее — позволили им вырваться наружу. Правда, здорово? Просто потягивайтесь себе в удовольствие, и, чем чаще вы будете это делать, тем ближе оно будет становиться — ваше Счастье. Не верится? Правильно, что не верится, напомним еще раз — мне верить нельзя ни в чем, обязательно проверяйте все, что я аккуратно развешиваю на ваших слуховых извилинах. Проверяйте делом, а я, с вашего позволения, продолжу — поразвешиваю еще немного.

Дело в том, что потягиваться вам будет предложено стоя не только перед диваном, но и перед разгневанным начальником, перед объектом вашей страсти и даже перед лицом смертельной болезни или опасности. Хоть, если честно, научитесь качественно «потягиваться» — вряд ли что-то смертельное случится не только с вами, но даже рядом.

Бред? Даже не сомневайтесь — самый качественный. Такой же, как и все прочее в этой книге.

А теперь сделаем этот бред несколько более последовательным.

В «Процедуре первой» мы уже обозначили нашу позицию — суть любой проблемы всегда определена не принятыми ранее ощущениями. То есть — все, от чего мы некогда отказались, неизбежно становится болезненным и приходит в нашу жизнь в виде неприятности, болезни, несчастного случая и т. п. Именно поэтому качественное проживание любого болезненного эпизода приводит к его разрядке и, как следствие, к исчезновению как проблемы.

Что происходит, когда мы отказываемся прожить или «проощуцать» некомфортное состояние? Канал ощущений — это, прежде всего, канал для движения энергии, отказываясь ощущать что-либо, мы тем самым отказываем энергии в ее праве быть «живой», динамичной, текучей. Мы запираем ее своим к ней невниманием в особые энергоголовушки и вытесняем на задворки сознания, дабы не смущать свое изысканное восприятие подобным «непотребством».

Иными словами, в основе любой проблемы неизбежно заложен некий энергозаряд — энергия, лишенная динамики, а потому отчаянно рвущаяся наружу, для обретения свободы. Только поэтому проблемные состояния столь болезненны. Боль — это всего лишь попытка привлечь внимание к тому, что «стало больным», что лишилось движения и начало умирать.

Болят в нас только то, что мы гордо игнорируем, считая недостойным себя, своего статуса цивилизованного человека. А на самом деле — то, что испугало нас и от чего мы пытаемся защититься, используя ментальные оценочные клише.

Как только мы позволим себе забыть о своем статусе и смело погрузимся в то, что болят, что отвергается и всячески игнорируется, как немедленно в



запертой энергии включится динамика, уменьшится давление на нас, и вся ее болезненная страдательность исчезнет.

— *Лучший способ справиться с проблемой*, — радостно подтверждает Дурак, — *начать гордиться ею.*

Просто? Только скажите, что нет. Красиво? Еще бы, но! — как уговорить себя погрузиться в страдание? Сказать-то все можно, а вот как это сделать? На мой взгляд, сделать это много проще, чем даже рассказать об этом. И уже через несколько минут вы в этом убедитесь. Но сейчас еще несколько слов о тех принципах, которые мы будем использовать в своей работе.

Итак, мы выяснили, что любая проблема, по сути, запертая в нас энергия. Это некий обособленный заряд, устойчиво присутствующий в нашем энергоконтуре (рис. 1). Он был некогда изолирован нашим сознанием и не имеет никакого контакта с тем потоком энергии, из которого складывается наше повседневное существование. То, что мы зовем своей «рекой жизни», течет мимо этой болезненной зоны, никак с ней не соприкасаясь (рис. 2). Для того чтобы усилить образность темы, используем такую аналогию — болото, как пример полностью изолированного пространства, лишенного внутренней динамики.

Как оживить подобное болото в нашем подсознании? Только восстановив в нем ток свободной энер-

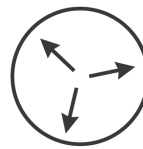


Рис. 1

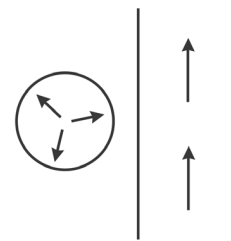


Рис. 2

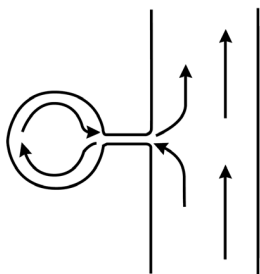


Рис. 3

гии, включив в общий энергоконтур, в поток ощущений. В нашу «реку жизни». Для этого мы используем свое внимание, именно оно призвано создать тот мостик, а точнее — проток, через который начнет вымываться запертая энергия (рис. 3), превращая островок проблемы, наше родное «болотце» вна-

чале в «заводь», а затем просто — в некую особенность конфигурации «русла», в котором несетя поток нашей жизни (рис. 4).

Так происходит растворение *матрицы проблемы*, ее ментального каркаса. И это крайне важный момент — если мы просто разрядим проблему, ее матрица немедленно заполнится новой энергией. Увы, но природа не терпит пустоты, слышали, небось? Каркас проблемы исключительно ментальный — это наши привычки, наше отношение к себе и миру, по сути — наше мировоззрение. Исчезает привычка отрицать что-либо, привязываться к чему бы то ни было — растворяется оболочка энерголовушки внутри нас.

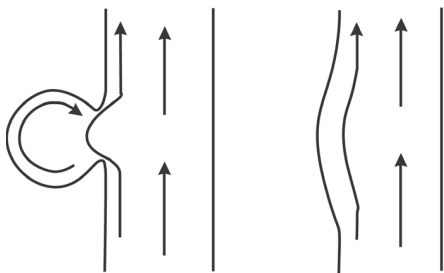


Рис. 4



Это и есть работа в Причине. Проблема в этом случае рушится в своей основе, а в нас постепенно, фрагмент за фрагментом, восстанавливается Целостность. Только не надо думать, что Целостность будет восстанавливаться за счет решенных проблем, как бы не так! За счет постепенно, но неотвратно меняющегося сознания — это да, но! — всегда на фоне решения насущных задач и болезненных проблем, и это обязательно и крайне важно.

Меньше всего мне хотелось бы вовлечь вас в очередную абстракцию некоего духовно-патриотического характера, поэтому еще раз подчеркну — на всех этапах обозначенного пути вам предлагается решать задачи сугубо прагматического и меркантильного характера — получение неизбывной радости от своего рядового повседневного существования. Какие там небеса, какие судьбы Вселенной! Не смешите людей. Но по мере нашего движения, нашей игры в Жизнь и небеса, и боги, и многомерные вселенские планы все больше и больше будут становиться той привычной и рядовой повседневностью, которой вам предлагается жить... И опять-таки — не надо мне верить, просто проверьте это на себе!

Вышеозначенная схема решения проблем универсальна, и к ней мы будем обращаться еще не раз по мере освоения той или иной технологии. А теперь — о том, как использовать ее в своей практике.

Для начала вам предлагается предельно простая и удивительно комфортная техника «Танец Дурака». По своей сути это система непрерывных взаимоперетекающих потягиваний, плавно перераспределяющих энергию в энергоконтуре человека. Распишем ее по этапам, а затем прокомментируем каждый в отдельности.

Итак, **технология «Танец Дурака»**.

1. Отслеживаем в себе дискомфортное состояние и связываем вниманием ощущения, которыми оно

проявлено. Отслеженный дискомфорт отражаем телом, позволяя ему принять любую напряженную «скрюченную» позу.

2. Усиливаем физическую напряженность в теле и, дождавшись позыва уменьшить нарастающую мышечную усталость, начинаем акцентированно-осознанные потягивающие движения. Характер и направленность этих движений должны определяться чувством глубокого внутреннего комфорта. *Часть внимания при этом непрерывно удерживаем на отслеженных ранее дискомфортных ощущениях!*

3. Выполняем «Танец Дурака» до состояния достаточности.

Теперь несколько более подробно обо всем этом, да и не только.

Я подозреваю, что многие уже ухватили суть предлагаемого и готовы задать вопрос — а зачем все так усложнять? Ведь можно было просто отпустить свое тело, а дальше двигаться в соответствии со своими внутренними позывами. Такой себе слегка пьяный танец освобожденного тела.

Однако опыт показывает, что в этом случае происходит неизбежное соскальзывание на стереотипные и абсолютно «пустые» движения, в которых тело совершенно не нуждается. Исчезает сенсорный комфорт, гаснет осознанность, и ощущения привычно засыпают.

Именно поэтому мы предлагаем оттолкнуться от того, что у каждого происходит спонтанно, а потому совершенно честно, — от потягиваний. Вспомните, как мы потягиваемся? Ни одного лишнего движения, абсолютно все подчинено одной цели — достижению максимальной «телесной радости». Вот только успокаиваемся и затухаем мы при этом как-то неоправданно быстро. Торопимся, потому что много важных дел нас ждет, каждое из которых неизмеримо серьезнее всей этой утренней чепухи.



А если забыть о внутренней суете и глубинно отдалиться «ленивому» процессу блаженного потягивания?.. И длить его, длить... До полного «не хочу», до абсолютного насыщения... Никогда не пробовали? Понятно, что нет, не Дураки же вы в самом деле... А зря. Пора бы и попробовать. Те, кто решился, рассказывают потом интересные вещи...

Но перед тем, как повторять их подвиг, взглянем еще раз на наши простенькие схемки, в частности на рисунок номер четыре. Как мы уже говорили, именно так выглядит «размывка проблемы». Причем легко заметить, что, чем стремительнее будет «течение реки нашей жизни», тем быстрее произойдет такая размывка. Чем же определена стремительность потока нашего существования? Понятно, что не внешней суетой, а исключительно интенсивностью ощущений, их плотностью и непрерывностью.

Когда мы ощущаем, мы находимся в глубоко комфортном состоянии, причем чем выше плотность ощущений — тем глубже состояние комфорта. То есть мы с вами сейчас делаем еще одно открытие — оказывается, чем больше радости вы сможете испытать от жизни, тем скорее «рассосутся» ваши проблемы. Просто не запрещайте себе наслаждаться жизнью, и будете неизбежно здоровы, изобильны и беспроблемны.

Но! — при одном условии. Внимательно теперь посмотрите на рисунок номер три. Увидели это условие? Согласитесь, оно ма-аленькое, оно совсем простенькое, неужели так сложно его выполнить? В нем — ключ к счастью каждого человека, смотрите, насколько доступен и незатейлив этот ключик. И не притворяйтесь, что вы не понимаете, о чем это я. ***Увидеть свою проблему, проложить к ней мостик из ощущений — и жить затем с этими ощущениями, и продолжать радоваться жизни, и честно отслеживать, как все меньше в ней***

будет оставаться и проблемного, и болезненного. Вот и все. Вот вам путь к вашему счастью. Пойдем по нему?

Итак, *первый пункт технологии.*

Позволяем себе ощутить свою проблему и обращаем внимание на все нюансы этих ощущений. В случае физической проблемы это несложно — они все на поверхности. Проблема же психоэмоционального характера, а особенно — проблема, существующая как бы на внешнем плане, потребует от вас большей чуткости и внимания.

Отследив в себе болезненность (дискомфорт или просто напряжение), вы не только не изображаете бесстрашного героя, а напротив — становитесь провокационно слабым и предельно податливым страданию. Вы словно лепите из себя свою боль, вы отражаете это напряжение всем телом, судорожно сведенными руками, переплетенными ногами, мимикой. Вы застываете в своем страдании, словно превращаясь в его физический символ, своего рода овеществленный образ.

*Второй пункт технологии.*

Перед его выполнением не помешало бы вновь хорошенько потянуться и запомнить, как именно вы это делаете, какие внутренние позывы управляют вашими движениями, а главное — еще раз убедиться, что при этом вы не совершаете ни одного лишнего жеста, что все выполняемое подчинено одной цели — созданию ощущения глубокой физической радости.

Но это скорее оговорка, чем рекомендация, я хорошо помню, что оставил вас в глубоко страдательной скорченной позе, отсюда мы и двинемся дальше. Усиьте ощущения физического напряжения, так вы скорее почувствуете мышечную усталость. Прежде всего она появится в области позвоночника, бедер, суставов.



Отслеживайте, как нарастает этот дискомфорт, и в какой-то момент тянущими и приятно напряженными движениями тела начинайте разминать, растягивать, скручивать и раскручивать занывшие мышцы и онемевшие суставы. Суставам уделяйте особое внимание, именно в них происходит застой энергии. То есть начинайте выполнять своеобразный танец телом, танец, состоящий из непрерывных и доставляющих ощущение глубокого физического комфорта потягиваний, которые как бы перетекают одно в другое.

Вы тянетесь руками, тянетесь ногами, тянетесь спиной. Вы скручиваетесь позвоночником, локтями, коленями, вы помогаете себе в этом руками, из вертикального положения вы переходите в положение лежа или сидя. Вы прогибаетесь и перекатываете по полу, если ощущаете такой позыв, и все делаете очень плавно и, еще раз подчеркну, — предельно прочувствованно.

Что значит последнее замечание? То, о чем я уже говорил, — ни одного движения вы не делаете «просто так», впустую, каждое из них должно доставлять вам удовольствие, ощущение физической радости. Как при утреннем потягивании, как после попытки неподвижностью. Ни одной мысли, все внимание в том, что вы ощущаете.

Все! — кроме одного лучика, которым вы непрерывно освещаете то болезненное место, тот дискомфорт, который прорабатываете. Это крайне важно! Не потеряйте этот лучик, именно через него начнется ваша интеграция с проблемными болезненными ощущениями, именно он станет каналом для размывки проблемы.

То есть, выполняя «Танец Дурака» и тотально находясь в ощущениях танца, часть внимания вы по-прежнему удерживаете в проблемном болезненном месте. И отслеживаете, как тает эта болезненность,

как исчезает ее страдательность, сменяясь состоянием умиротворения и комфорта.

Как долго выполнять танец? До состояния достаточности. Что это такое? Это когда еще можно, но глубокого удовлетворения уже не испытываешь. При этом наступает некое внутреннее затишье, вы наполнены ощущениями, ментал молчит, и вы имеете полную возможность услышать себя истинного, свой внутренний голос, свои глубинные позывы. Состояние достаточности — это завершающая фаза всех мероприятий, предлагаемых в рамках нашего исследования. Фаза завершающая, но, одновременно, начальная для последующей игры уже исключительно в канале ощущений.

Понятно, что мы перешли уже к *третьему пункту технологии*. Его особенность, а точнее — сложность в том, что мы традиционно лишены уважительного отношения к своим ощущениям, мы не очень-то с ними церемонимся и полностью подчиняем потребностям ментала. Только поэтому мы по утрам ограничиваем себя двух-трехсекундным потягиванием, в то время как все наше изголодавшееся по вниманию естество кричит: «Еще! Еще!»

— Хватит! — говорим мы ему решительно. — Нет времени на глупости, пора делом заняться.

— *В жизни всегда есть место глупости*, — смеется Дурак, — *главное, чтобы в этой глупости было место жизни*.

В нашей глупости место для жизни есть, ибо только из ощущений она и состоит. Честно ощущайте себя во время танца, и вы поймете, что вам на самом-то деле хочется еще, и еще, и еще немного... Просто позвольте себе получить от своего тела радость и получайте ее. Самым бессовестным образом.

Но не насилюйте себя. Пусть вначале это будут всего две-три минуты, но с полным кайфом, с полным привлечением внимания. Потом, может, три-



пять минут, потом десять. Дело вовсе не в минутах, а в том, насколько глубоко вы позволите прикоснуться к себе, насколько вы станете при этом текущим и *живым*.

В процессе танца происходит освобождение запертой энергии, и ее теперь совершенно необходимо перераспределить по всему энергоконтуру. Именно ощущение движения энергии вызывает те сладостные состояния, которые вы испытываете, потягиваясь. Поэтому слушайте себя и тянитесь теми местами, скручивайтесь и растягивайтесь там, где вам приятнее всего. Вам приятно? — значит, здесь движется энергия, помогите ей — задействуйте в танце все свои физические составляющие.

Не скупитесь на движения, разнообразьте их, увеличивайте их амплитуду, позвольте себе даже то, что вы привыкли считать нескромным и неприличным. Как раз в тех местах, где вы скрываете свое «неприличие», притаилось огромное количество подавленного материала. И вы это обязательно почувствуете, вы непременно ощутите, как это оказывается сладко — вызываяще крутить бедрами или совершать ими «мужские движения». Пробудите себя, станьте естественными, ведь быть естественным — значит быть здоровым. Здоровым во всем.

Если перед началом танца вы испытывали физическую боль, то после окончания сможете убедиться, что от нее не осталось *ничего*. В крайнем случае она значительно ослабеет. Станете «мастером танца» — и многое у вас будет решаться просто «на раз». Но не торопитесь, результаты обязательно придут — куда же им деться? — главное при этом — «за деревьями не потерять леса», не забыть, зачем все это делается. Надеюсь, вы еще не забыли? Вспоминайте, вспоминайте, я помогать не буду, делайте это сами.

Если же «танцевать Дурака» вы начали, отталкиваясь от некой внешней проблемы — ссора, измена,



финансовая несостоятельность, то... скажите, положите руку на сердце, ну неужели, всего лишь «протанцевав» до состояния достаточности, вы сможете во всем этом навести порядок? Это я вообще-то за вас спрашиваю, и хоть ответ на этот вопрос прозвучал еще в «первой процедуре», я с готовностью отвечу на него еще раз. Ибо, невзирая на то, что общие истины вроде как бы понимаются, но частные выводы из них пока не очень делаются. Хоть это, конечно, дело наживное.

Почему в нашей жизни случаются те или иные неприятности? Только потому, что был нарушен Закон Цельности и Единства. Зачем они случаются? Для того, чтобы указать, в чем именно он был нарушен. Как они это делают? Провоцируя в нашей жизни именно те ощущения от проживания, от которых мы некогда отказались. Будет ли смысл в проблеме, если мы примем, проживем предложенные нам ощущения? Смысла в проблеме уже не будет, и она уйдет, растворится, исчезнет. Как именно? Да кто же ее знает, родимую, в каждом случае это происходит по-разному.

К тому же не забывайте, что мы творим, строим окружающий нас Мир из качества своего внутреннего состояния. Если у нас внутри боль, тоска, страх — именно из них будут выстраиваться все внешние события. Мы сгармонизировали себя «Танцем Дурака» — самым гармоничным образом организуется пространство вокруг нас. Все. Такое вот рядовое, обыкновенное чудо. Привыкайте.

Как часто выполнять «Танец Дурака»? А как часто вам досаждают боль, тоска, неуверенность в себе, несогласие с чем-либо, обида? Как часто вы испытываете страсть, ожидание или даже надежду на лучшее? Насколько часто попадаете в зависимость от чужого мнения, погоды, политической ситуации, от состояния своего здоровья? Танцуем, друзья, танцу-



ем и танцуем. Размыкаем свое сознание, формируем новые привычки, новое отношение к миру.

И само собой — «протанцовываем» все свои физические хвори и недомогания. Только от вашей смелости будет зависеть результат. Если вдруг почувствуете, что что-то застопорилось, «не идет» — начинайте немедленную работу, но не с самой проблемой, а со своим отношением к ней. Снимите танцем неуверенность, ожидание, всю «обментальность» своего состояния, и все получится. Не сможет не получиться.

Ну, вот, с технологией, пожалуй, разобрались, а теперь — самое главное.

Почему мы начали свои «практикологические мероприятия» именно с «Танца Дурака»? Дело в том, что, невзирая на внешнюю камерность этой технологии, принципы, заложенные в ней, абсолютно универсальны. Универсальны и естественны, а потому настоятельно рекомендуем для вашего повседневного существования.

Что является ее стержнем? Движение в сторону комфорта! Каждое движение в ней — источник удовольствия, каждая ее фаза комфортна, а получаемый результат — всего лишь приятное, но абсолютно естественное дополнение к «танцевальному процессу», по сути — его естественное продолжение.

Вам ничего это не напоминает? Вспомните героев народных сказок, вспомните Емелю, Ивана-дурака или даже Буратино. Им постоянно дают всевозможные задания, их посылают за Счастьем, их просто посылают, в конце концов. А они и не против, они охотно отправляются в путь, но путь этот неизменно странен и крайне специфичен.

Пойти туда, не ведаю куда, дабы найти то, не знаю что, — разве есть что-то более славное и доблестное, а главное — выигрышное? Путь, который определяется не целью, а внутренним позывом, дороги, которые

выбираются не смыслом, а глубоким ощущением внутреннего комфорта. Папа Карло посылает Буратино в школу, и он идет туда, послушно ведомый исполнительным здравым смыслом, но его ноги (!) сами (!) влекут его совсем в другом направлении — туда, где весело и интересно. Итог — Золотой Ключик. Ну, чем не «Танец Дурака»?

Такой танец — стиль жизни Дурака, его способ существования. Когда ему весело, он танцует. Когда ему хочется плакать — он танцует. Он танцует и тогда, когда ему страшно, когда ему неуверенно, и даже когда ему хочется есть. Друзья, прочь диеты! Танцуйте, и будет вам... стройно.

Дурак танцует всегда. Вся жизнь для него — танец. Каждое его движение, каждый поступок — это возможность получить удовольствие, это шанс испытать глубоко комфортное состояние. Движение в сторону комфорта! Движение в сторону игры, обусловленности и внутренней свободы. Пробуйте и не забывайте об этом в суете повседневности.

Повторимся: по своей сути «Танец Дурака» — это не техника, не упражнение, тем более не зарядка, это не что иное, как стиль жизни, форма существования. Движение в сторону комфорта! Во всем! Качественно освоите этот танец и спроецируйте его на свою жизнь. Все ваше существование как система непрерывных взаимоперетекающих «потягиваний», потягиваний уже не просто телом, а поступками, отношениями, предпочтениями.

Делаем только то, что доставляет нам вполне ощутимое физическое удовлетворение. Все, что не доставляет, — не делаем. Только не надо врать! — просто внимательно слушайте себя, и все у вас получится. Что получится? Получится жить. Согласитесь, это немало.

— *Вот мне, например, — смеется Дурак, — везет в жизни так, будто я нашел подкову от слона.*



Танцуем, друзья, танцуем с утра, причем без особой причины, превращая свои утренние потягивания в «Танец Дурака», танцуем, когда что-то болит или не получается в работе, танцуем, когда то скливо, а главное — танцуем, когда просто живем. Живем — и танцуем. Живем и радуемся тому, что просто живем, радуемся не тому, что что-то получаем от жизни, а тому, что даем ей. А даем мы ей много — возможность быть живой. Поверьте — она это непременно оценит и не останется в долгу.



## ВНУТРЕННИЙ СМЕХ

— *Отсутствие причины для смеха, — смеется Дурак, — прекрасный повод посмеяться над тем, что у смеха должна быть причина.*

— *Если для смеха нет причины, — хохочет он, — смейтесь в кредит!*

Ну что, друзья, натанцевались? Еще нет? Все верно, ведь танец — это не то, что может закончиться (конечно, если это *танец*, а не банальное дрыготножество и рукомашество), танец — это не процесс, это состояние. Состояние, в котором можно пребывать всю свою жизнь. Особенно если это «Танец Дурака».

Но нужно сказать, что выглядите вы уже неплохо. Хоть и нечасто. Но, надо полагать, все чаще. Хоть и не настолько, как хотелось бы. Поэтому смело делаем свой следующий шаг в «теневую» (сами знаете какую) зону Счастья, а для того, чтобы уютнее себя там почувствовать, немедленно начинаем осваивать новый инструмент, новую технологию.

Ее суть — в создании управляемой модели естественного смеха. Модели, физиологически неотличимой от своего прототипа. Вот только момент за-

пуска такого смоделированного смеха будут теперь определять не подсознательные страховочные механизмы, а наше вполне осознанное намерение.

Правда, сразу хочу оговориться — только на начальном этапе освоения управляемого смеха. При регулярном использовании смех, а точнее, смеховые вибрации становятся незатухающими, превращаясь в устойчивое и непрерывное состояние. Но не стоит забегать вперед, о смеховых вибрациях мы еще поговорим, а пока давайте разберемся с нашим обычным хохотом.

Каким образом механизм смеха, ставший рефлекторным, а значит, независимым от сознания, можно сделать управляемым? Как ни странно, именно за счет его рефлекторного автоматизма. Хитрый человек давно приловчился использовать себе на пользу те механизмы, которые по своей сути должны быть абсолютно независимыми и неуправляемыми, более того, которые создавались как раз для того, чтобы использовать его. Правда, пользуется он ими для разных пустячков, для получения, так сказать, сенсорного кайфа, но сам факт достаточно показателен.

Что имеется в виду? Как ни странно, очень многое. Вот только один пример — долгое время в Европе было популярно не курить, а нюхать табак. То есть эксплуатировался рефлекс чихания, причем эксплуатировался он исключительно с целью получения удовольствия от — пусть вам это не покажется странным — «прочищения мозгов». Да, именно так — было замечено, что во время чихания ментал на мгновение выключается — как это, оказывается, приятно! — что немедленно превратилось в способ получения достаточно извращенного удовольствия.

Хотя, почему извращенного? Ничуть не более чем провокация у себя смеха разными искусственно

созданными ситуациями и словесными оборотами. Можно пощекотать себе нос, а можно ментал — результат, как вы уже понимаете, будет один.

Да, кстати, а можно еще пощекотать ступни или подмышки, эффект будет тот же — спонтанный сброс энергии, то есть смех.

— *Щекотка*, — со знанием дела включается в разговор Дурак, — *это добывание смеха вручную*.

Знаем мы, эти ручные способы добывания удовольствия! — поверьте, это не тот путь, который мы хотим вам предложить. Наш куда более достойный и цивилизованный — это путь собаки Павлова. Согласитесь, уж лучше по-собачьи, чем вот так... вручную-то.

Помните, что она там делала, эта бедная голодная собачка? Правильно, пускала слюну. Вот и мы будем так же, а что делать, если принципы функционирования сознания у нас едины?

Правда, предполагается, что насущную необходимость вы испытываете все же не в слюне, а в смехе. Но это так, предполагается, поэтому, что вам сейчас нужнее, то и пускайте.

Вспомнили схему создания условного рефлекса? Голод, пища, слюна — лампочка. Голод, пища, слюна — лампочка. Нет голода, нет пищи, но есть лампочка — слюна. Снова лампочка — снова слюна. Этот механизм полностью обратим, можно чувством голода вызвать выделение слюны, можно лампочкой, но поверьте, можно и наоборот. Вполне реально, всего лишь пуская слюну, спровоцировать чувство голода, а там, глядишь, при известной тренировке, и лампочку даже зажечь (пробуйте, друзья, пробуйте!).

Быстро понял практическую ценность этих исследований корифей режиссуры минувшего века К. С. Станиславский. Суть предложенной им системы в том как раз и заключалась, что артисту пред-



лагалось физически вжиться в обыгрываемый им образ, а точнее, в то эмоциональное состояние, которое он пытался передать. И это состояние действительно возникало, проживалось и доносилось зрителю.

Вот он, интересующий нас «золотой ключик» — физически вжиться в искомое состояние, отразить его позой, мимикой, особым режимом дыхания и тем самым спровоцировать, пробудить и сделать реальным.

Посмотрите на солнце (лучше рядом), на яркую лампочку, на ясное небо — глаза у вас при этом немного заслезятся, дыхание на мгновение остановится, лоб присоберется складками, нос слегка наморщится и обязательно появится позыв чихнуть. Чихните! Будьте здоровы. Вытрите нос, мы переходим к смеху.

Из чего он состоит? Из чего состоит хохот? Хохо-хот? Из того, что мы выхахатываем, высмеиваем, то есть — импульсно выдыхаем, обозначая каждый свой выдох звуком, а по сути — определенным напряжением в области голосовых связок.

Еще? Разумеется, улыбка. Попробуйте посмеяться с серьезным выражением лица. Да нет, вы не отмахивайтесь, а возьмите да попробуйте, причем прямо сейчас. Самое смешное, что это таки возможно. На лице оскал улыбки, изо рта кудахтанье рвется, а глаза задумчивые такие, задумчивые... Дескать, ну и фигней же я занимаюсь...

Улыбка глазами! Это совершенно обязательное условие настоящего смеха. Загляните в глаза смеющегося человека, и вы сразу поймете — смеется он или насмешничает. Улыбайтесь глазами и не бойтесь никаких морщинок, не от смеха они появляются, это один из многочисленных мифов, в которых мы живем, а как раз из-за его нехватки. Человек не может постареть от смеха! — только из-за его отсутствия, только из-за дефицита приятия и согласия,

им создаваемых, и об этом мы еще неоднократно будем говорить.

И есть еще один важный компонент смехового процесса. Во «Второй процедуре» на нем был сделан особый акцент — совершенно обязательная «вакуум-фаза». То есть — создание легкого стрессового состояния, своего рода фазы «задыхания». Именно так мы дышим или, точнее, не дышим, во время естественного, продолжительного, «захлебывающегося» смеха.

Вспомнили? Мы при этом словно «высмеиваем» весь воздух из легких, но, тем не менее, продолжаем смеяться, то есть импульсно выдыхать то, *чего там уже нет!* Именно в «вакуум-фазе», на фоне «несерьезного стресса» и происходит окончательное включение рефлекса смеха. Используем все это.

С чего начнем? С выдоха. Учимся его делать. Для этого мы, естественно, вдыхаем, а на выдохе создаем в груди своеобразный «рокот», словно от отбойного молотка. Неприятно звучит? Ладно, тогда своего рода «покашливание», причем «кашляете» вы достаточно интенсивно, но очень поверхностно. Для удобства отслеживания положите ладонь на то место, под которым ощущается эта вибрация.

Получилось? Вряд ли могло не получиться, ведь это обыкновенная механика. Теперь положите ладонь немного выше и все повторите. Еще выше. И еще раз, прямо у основания горла. Если вы будете внимательны, то обязательно заметите, что по мере подъема «центра вибрации» ее частота тоже возрастает. Это важный момент, он понадобится, когда мы будем выбирать, каким уровнем смеха нам смеяться — более грубым, как бы низкочастотным, или более тонким, с большей частотой.

Сейчас положите ладонь уже на само горло, на верхнюю его часть и повибрируйте выдох еще раз, но теперь очень поверхностно, так чтобы едва ощущалось дребезжание голосовых связок. Ну как, дре-



безжат? Ощущаете? Молодцы, подготовка закончена, начинаем смеяться.

Для этого внимательно читаем текст и одновременно выполняем все рекомендации.

Итак, друзья, вдохнули, но не очень глубоко, примерно на треть от обычного вдоха. Включаем внутри себя рокот, причем сейчас в его самом «нижнем» и максимально осязаемом виде, более того, смещаем центр этого рокота буквально в область живота. Начнем смех с «утробного» варианта, так будет понятней его суть.

То есть импульсно выдыхаем весь воздух их легких и, когда его там совершенно не останется, продолжаем, тем не менее, «выкашливать» уже его отсутствие. Ощувив нарастающий дискомфорт от нехватки воздуха (и только тогда!), «надеваем» на лицо улыбку. Улыбку губами и улыбку глазами! И продолжаем теперь уже *высмеивать* несуществующий воздух. В какой-то момент ваше безобразное кудахтанье превратится в достаточно естественный смех. Включится его рефлекторный механизм. Сделайте быстрый и очень короткий вдох, при котором воздух как бы остается во рту, и повторите все еще несколько раз. До состояния достаточности.

Если вы закончили смех глубоким и как бы «очищающим» изнутри вдохом, значит, все выполнили правильно, и вас можно поздравить — свой первый шаг в пространство смеха вы сделали.

А если что-то у вас получилось не так, то с обличающей уверенностью заявляю — вы *думали*, мои хорошие, вы не смеялись, а думали в процессе того, что вам предлагалось делать. Ваш ментал не выключился, и *только поэтому* набор предложенных нелепиц не превратился в полноценный смех. Что же делать? Увеличьте длительность «вакуум-фазы», глубже войдите в ощущения, искреннее улыбайтесь — и все получится. Не может не получиться.

Надеюсь, вы заметили еще один компонент технологии, который проявился в процессе включения смеха, — короткий вдох. Он совершенно необходим, и о нем всегда надо помнить. Именно благодаря короткому вдоху смех обретает ту естественность, которая так важна, особенно на этом этапе.

Но в то же время не надо забывать, что все предлагаемое — всего лишь *модель смеха*. Не стоит от нее ждать той яркости и сочности, которую вы привыкли испытывать от смеха живого и спонтанного. Мы вовсе не ставили задачу заменить естественный смех чем-то искусственно созданным, наша цель в ином — сделать управляемым набор психофизиологических реакций, которые возникают при смехе. Увы, конечно, но приходится при этом чем-то жертвовать. Мы получаем возможность управлять смехом, но теряем его яркость и выразительность. Однако сразу хочется вас успокоить — это только пока, чуть позже вы поймете и, надеюсь, оцените то, обладателем чего стали.

То есть — подчеркнем это еще раз — мы будем работать не столько со смехом, сколько с технологией смеха. И хоть, возможно, на первом этапе эта разница еще будет вас смущать, очень скоро вы о ней забудете совсем, ибо акценты предложенной работы постепенно сместятся со смеха как такового на вибрацию смеха. Но об этом позже, а сейчас выстроим нашу технологию до конца, ибо то, что вы уже сделали, — лишь преддверие к ней.

Хоть, если честно, доделать осталось совсем немного. Для того чтобы созданная модель смеха превратилась в законченную технологию, *высмейвать воздух необходимо не через рот, а через нос*. Вибрация в этом случае смещается выше — в верхнюю часть груди, в область горла или даже голосовых связок, становится менее интенсивной и внешне совершенно незаметной.



На вашем лице легкая улыбка, дыхание совершенно ровное и ненапряженное, рядом с вами приятно и легко, а внутри вы смеетесь, а в вас звучит смех, и все больше распахиваются невидимые окружающим объятия.

Технологическая схема при этом остается прежней — короткий вдох, улыбка и «вакуум-фаза», единственное добавление — импульсный, слегка вибрирующий выдох через нос. Интенсивность смеха вы регулируете сами, если вам необходима глубокая проработка состояния — укрупняете вибрацию, увеличиваете продолжительность «вакуум-фазы», можете даже смеяться вслух. Если же ваша задача — просто поддержание гармоничного и независимого состояния, достаточно будет едва заметной вибрации в районе голосовых связок.

Важное замечание — не создавайте излишнего напряжения в области горла! Вибрация в нем — всего лишь камертон, дыхание в горле не задерживается, выдох каждый раз идет как бы из самой нижней области легких, вне зависимости от глубины вдоха. Почувствуете в районе горла дискомфорт — просто раскрепостите его.

Хочется напомнить, что технология, предложенная вам, называется «Внутренним смехом», и это важно. То, что он внутренний и внешне совершенно незаметный, позволяет его использовать в любых ситуациях и обстоятельствах. Вы можете работать с ним как дома, так и на работе, как в транспорте, так и во время прогулки, даже во время разговора, даже в процессе выяснения отношений. Самая большая сложность здесь — вовремя вспомнить о смехе и не позволить обстоятельствам захлестнуть вас.

А если это все же случилось? Ничего страшного, берем все свои ощущения «по поводу» и прорабатываем их как бы задним числом. Принцип

использования абсолютно всех технологий школы предельно прост: *вспомнил — сделал*, вот и все, но будьте предельно честны к себе — *уж если вспомнил, то сделал обязательно*.

Как работать с «Внутренним смехом»? Как прорабатывать им болезненные состояния, как справляться с конкретными болезнями и с проблемами вообще?

Схема универсальна: на первом этапе отслеживаете проблемные ощущения, на втором интегрируетесь с ними. Подчеркну особо, второй этап — это интеграция, объединение с проблемой, а вовсе не освобождение от нее. Обращайте на это повышенное внимание. Вам постоянно будут предлагаться разные методики и способы работы, но основа у них одна — объединение и восстановление единства.

Итак, отследили в себе состояние, подлежащее проработке, — несогласие, тревогу, страх, физическую боль, связали отслеженные ощущения вниманием и включили «Внутренний смех». Смейтесь, удерживая внимание на болезненном участке, до состояния достаточности. В процессе смеха как бы «подтягиваете» каждым вдохом деструктивные ощущения к себе, открываетесь им.

Понятно, что состояние достаточности, то есть комфортное состояние вряд ли наступит, пока что-то болит, но ментал обязательно попытается вас обмануть, уверяя, что, дескать, уже все, уже достаточно, в то время как полной проработки не произошло. Будьте бдительны! Не поддавайтесь на его провокации, верьте только своим ощущениям, учитесь их слушать.

Состояние достаточности — это и есть вход в канал ощущений, в канал интуиции. Просмеяли проблемное состояние — теперь чутко прислушайтесь к своему «нутру», не пропустите ни одного его сигнала, ни одного призыва к действию. А услышали не-



что — верьте этому, захотели что-то сделать — обязательно сделайте.

И не смущайтесь, если ничего, кроме ровной и спокойной тишины, в фазе достаточности вы поначалу не отыщете. Увы, но это результат «бережного» воспитания ментала — чем хуже мы будем слышать, тем меньше мы услышим плохого, такова его незамысловатая логика. Поэтому учитесь, восстанавливайте свой внутренний слух, возвращайте себе былое совершенство. Это очень важно — научиться слышать себя, за этим — умение слышать голос Вселенной, шепот самого Бога, непрерывно звучащий в нас.

Смотрите, как быстро мы движемся, вроде только к решению проблем прикоснулись, а уже претензии на познание самого Бога высказываем. Вас это не смущает? Вас уже ничего не смущает? Молодцы, просто смейтесь, и дано вам познать Бога будет. Скажу по секрету великому — любит он это дело, когда его смехом познают.

Вот, собственно, и вся технология. Если не считать великого множества тех нюансов и тонкостей, которые вы неизбежно откроете в процессе ее использования. Применяйте ее смело и без ограничений. Если у вас все еще остается сомнение — а так ли вы делаете, а правильно ли получается, просто начните использовать то, в чем сомневаетесь, и все сразу станет на свои места. Появятся результаты, прибавится уверенности.

Я не хочу расписывать, что именно при смехе у вас будет происходить на физиологическом уровне, — про эндорфины, про гормоны радости и счастья сейчас разве что ленивый не пишет. Замечу только одно — при внутреннем смехе все эти процессы происходят несколько менее интенсивно, зато более продолжительно, а в недалекой перспективе — устойчиво непрерывно. Что позволяет

не просто входить в состояние временной эйфории и иллюзорной беспроблемности, а уже стабильно пребывать в пространстве глубокого внутреннего комфорта, открытости и приятия.

Работая с предлагаемыми технологиями, вы неизбежно осознаете, что именно стоит за тем огромным скопищем деструктивных состояний, которые вам придется проработать. Осознаете сами! — что крайне важно. Вы обязательно почувствуете, что корень зла любой проблемы — это *несогласие*, это состояние неприятия, возникшее когда-то, состояние непроработанное, непрожитое, а потому глубоко укоренившееся в вас. И именно на работу с ним сместите акценты всего предприняемого.

То есть проработка того, что сильно болит, — дело понятное и «святое», но куда более правильно и доблестно сделать так, чтобы не болело вообще, нигде и никогда, даже не начинало, чтоб попросту не создавалась необходимость в этом. А для этого совершенно обязательно честное взаимодействие с любым внутренним напряжением, с любым зажимом, со всем, что мешает свободному течению энергии внутри вас, — именно к этому рано или поздно сведется вся работа, и именно отсюда начнется тотальная и уже необратимая трансформация вашего сознания.

Поэтому уже сейчас все больше внимания обращайтесь на свои *фоновые* состояния, на то, что мы традиционно не замечаем, считая чем-то стихийным, неуправляемым и даже (о, Господи!) естественным.

Неважное настроение? Угнетает погода или проигрыш любимой команды? Не звонит любимый человек? Приснился плохой сон? Просто замечательно! Все это повод немедленно включить смех и вернуть себе безоблачное и легкое настроение. Привыкайте активно пользоваться смехом и становитесь хроническими оптимистами.



Поверьте, для радости причина не нужна, это наше естественное состояние, причина необходима лишь для того, чтобы не быть радостным. И вы эту причину уже знаете — поэтому поскорее снимите смехом всю обусловленность своего Счастья, сделайте его безусловным и независимым.

— *Счастье — это не то, что может быть, — лукаво посмеиваясь, напоминает Дурак. — Счастье — это то, чего не может не быть.*

Для того чтобы ускорить процесс расчистки «закромов подсознания», вам предлагается «профилактическое» использование внутреннего смеха. Его суть в том, что вы включаете смех не только после отслеженного дискомфорта, но и — *просто так*, используя принцип «вспомнил-сделал». Вы периодически спрашиваете себя — могу ли я посмеяться внутри? Ощутили, что можете, — и смеетесь. Как всегда до состояния достаточности. Через время вновь заглядываете в себя — снова смех, и так в течение дня неоднократно. Но никогда — через силу!

Опыт показывает, что таким образом совершенно без усилий можно «насмеять» час-полтора. Это здорово! Это не только гарантия высокого уровня настроения, но, одновременно, и работа с проблемами, глубоко замаскированными в вас.

В чем суть такой работы? В том, что вы бесстрашно обнажаете проблемы смехом и немедленно смехом же их разряжаете. Происходит это практически незаметно, буквально проходя, на потоке. Единственное, что при этом можно заметить, — некоторую «эмоциональную болтанку». Потревоженная проблема всплывает, на мгновение как бы «вспыхивая», то есть обнажая запертый в ней дискомфорт, но тут же идет на убыль, а дискомфорт превращается всего лишь в импульс энергии, которую вы возвращаете себе.



Эту особенность происходящего необходимо хорошо знать и всегда учитывать в проводимой работе. Напомню, суть всех предлагаемых мероприятий — *движение навстречу*. Навстречу боли, страху, страданию во всех его проявлениях. Поэтому будьте готовы, что все, к чему вы шагнули, тут же радостно устремится навстречу и к вам. Спеша быть осозанным, прожитым и принятым. Этого можно испугаться и тем самым перечеркнуть всю проделанную ранее работу, но можно и по-другому — с радостным предвкушением грядущего единения сделать еще несколько отважных шагов и наконец-то заключить в объятия все, что так долго отрицалось, подавлялось и убивалось в тайниках души.

Смейтесь, и дано вам будет, и никогда не забывайте, что смех — это именно согласие, это только согласие, это исключительно согласие и ничего более. Все прочее — всего лишь приятное следствие этого.

На данном этапе освоения технологии «Внутреннего смеха» не рекомендуется его использовать всего в двух случаях — при головной и сердечной боли. Однако сразу заметим — это только пока, после того, как вы освоите работу со смеховыми соностройками, никаких ограничений уже не будет.

Прорабатывая ощущения по поводу серьезных и болезненных ситуаций, вы не сможете не заметить, как трансформируются значимость и драматичность этих ситуаций. Вот ведь чудо! Вы меняете всего лишь отношение к происходящему — и все сразу же становится иным. Реально иным. Как в программе «Скрытая камера», помните? Моделируется некая драматическая ситуация, которая формирует такое же драматическое состояние у всех невольных участников программы. Это может быть и испуг, и агрессия, и просто беспокойство. Но вот звучит кодовая фраза: «Вас снимает скрытая



камера!» — и весь дискомфорт немедленно исчезает, превращаясь просто в смех.

Внутренний смех помогает как бы выскочить из проблемы и на все происходящее взглянуть со стороны. Почти всегда этого оказывается достаточно, чтобы ощутить условность и необязательность происходящего, его искусственность и субъективность.

Попробуйте и вы дополнить проработку своих болезненных состояний неким внутренним призывом к бдительности. «Стоп! — скажите себе. — Меня ведь снимает скрытая камера! За мной сейчас внимательно наблюдают, все это специально смоделировано и не имеет самостоятельной ценности. Только моей реакцией, моим отношением эта ценность будет определена». Кто наблюдает? Кем смоделировано? Да вы же и наблюдаете, вами же и смоделировано, привыкайте — в этом мире никого, кроме себя, вам не встретить.

— *Серьезность разрушается смехом, смех разрушается серьезностью*, — сказал некогда Аристотель. Выбирайте, что вам милее.

И не забывайте того, что уже было определено нами: любое страдание стремится к своей высшей фазе — смеху. Не обижайте свое страдание невниманием (оно так много сделало для вас!) — помогите ему рассмеяться.



## СМЕХ ТОНКИМИ ОБОЛОЧКАМИ. КЛЕТочный УРОВЕНЬ СМЕХА

*Ваша радость — это ваша скорбь, сбросившая маску. Колодец, из которого вы черпаете смех, не раз наполнялся вашими слезами. Да и как могло быть иначе? Чем более глубокую пещеру выроет скорбь в вашей душе, тем больше радости она сможет вместить.*

Джебран Халиль Джебран

*— Научился смеяться в боли? — восхищенно цокает языком Дурак. — Научи теперь боль смеяться в себе.*

Мне кажется, самое время признать очевидное — всех нас когда-то послали, и теперь мы там безвылазно. Прижились, понимаешь, пообвыклись, детишками вон обросли. И лишь изредка испытываем некое странно-тянущее чувство ностальгии. Так хочется вернуться куда-то, но куда именно — уже неясно. Ибо не предвидится места такого на карте. И где найти место душу приткнуть свою неприкаянную — давно неведомо.

Кто нас послал, куда? Ну, о том, куда, гадать особо не приходится — вся книга об этом. Кто и за чем — вы прочли в первой части. Поэтому вопрос

сейчас немного в другой плоскости — что со всем этим делать? Как из места этого, мало географического, выкарабкаться?

Некоторые движения в сторону выхода мы сделали. И я уверен, для многих они *уже* стали светом в конце пресловутого тоннеля. Главное теперь, чтобы свет этот не оказался огнями встречного поезда. Очень важно в пылу своих начинаний не задавить себя самого самым же собой, освобожденным из бездн многолетнего заточения и безудержно мчащимся навстречу, с широко распахнутыми объятьями.

Что поделать, отвыкли мы от такого панибратского обращения с глубинами своего подсознания, суть которых — страх, боль и страдание. А особенно когда в ответ на наш призыв к объединению все это оттуда вдруг комом вываливаться начинает. Как тут не вспомнить — не буди лихо, пока тихо, да не тронь это самое, не то разв... ну, в общем, некоторое амбре от этого испытать можно.

Первая наша реакция на любое внешнее воздействие, будь то поглаживание или угроза, это... реакция. Вот видите, даже слов других не придумали. Реакция — это всегда сопротивление, об этом мы уже говорили. И именно сопротивление чертиком из табакерки выскакивает из нас в ответ на любое взаимодействие с внешним миром. Почему? Да потому, что он внешний. Как можно доверять чему-то внешнему, откровенно не своему, если мы даже себе верить давно разучились?

В нас сформировали иллюзию внешнего мира и приучили с ним внешне взаимодействовать, более того — абсолютизировали это научение. Мы теперь столь же внешне (то есть — как с чем-то инородным и потенциально опасным) взаимодействуем друг с другом, с болезнью, с Богом и Счастьем. Мы даже с собой умудряемся взаимодействовать внешне.

Поэтому наша первая, да чего там, главная задача — стереть грань между внутренним и наружным, между собой и всем прочим, между тем, что знакомо, и тем, что вызывает страх, и — мы уже совсем близко к этому подобрались — между комфортом и страданием.

Итак, есть мы и некое препятствие перед нами. Ранее мы договорились (предполагается, мы это уже понимаем), что любое препятствие, да и вообще любой объект — суть наше представление о нем. Это всегда только понятие. Что будет с понятием, глядя на которое, а точнее — ощущая которое, а еще точнее — ощущая границы которого, мы начнем смеяться? Вы уже знаете что.

Обязательность этих границ, их незыблемость и жесткость начнет рассыпаться. Именно это качество смеха мы используем для восстановления утраченной целостности. Понятно, что, если границы стали прозрачными и зыбкими, нам теперь достаточно сделать всего полшага для обретения единства с преградой. Для ее растворения в нас. Для исчезновения ее как преграды.

Кстати, пользуясь случаем, хочу еще раз подчеркнуть — вот это внутреннее движение навстречу совершенно обязательно. Без него у вас никогда ничего не произойдет — смейтесь хоть до скончания века. Всегда необходимо намерение, которое структурирует каждый последующий фрагмент реальности.

Намерение сделать шаг навстречу. Над его созданием еще предстоит поработать. Иначе во всех ситуациях будет проявляться намерение совершенно иное — либо сделать шаг назад, либо ответить немедленным сопротивлением. Это то, что вложено в нас заботливым воспитанием, более того — самим фактом принадлежности к роду людскому, соответствием человеческой матрице.



Итак, мы смотрим на понятие, смеемся, его границы рушатся. Само по себе это уже замечательно. Но, оказывается, есть красивый способ ускорить этот процесс. Мы при этом не только смеемся сами, но предлагаем включиться в смеховой процесс объекту просмеивания.

То есть — представьте, что, глядя на стену, мы вибрацией смеха растворяем в себе знание о ней как о стене, как о чем-то непроницаемом и твердом. Чем это закончится? Сколь бы невероятным это ни казалось, но при качественной проработке ментала, вместе с растворившимся понятием стены, вполне реально растворяются ее физическая плотность и непроницаемость.

И мы теперь легко можем пройти сквозь то, что минутой ранее воспринималось нами забором, препятствием, проблемой. Только не спешите относиться к этому как к фантастике, как к тому, что к вам никакого отношения иметь не может. Может, еще как может, и очень скоро, раскрывая тему полной прозрачности, мы еще раз коснемся этой темы, но уже в контексте практических рекомендаций.

Но мы отвлеклись, итак, смеемся мы — препятствие исчезает, но, если при этом засмеется, завибрирует само препятствие, все произойдет много проще и быстрее. Представьте себе вибрирующую стену — надолго ли ее хватит?

Не очередной ли это бред — смеющаяся проблема, забор или стена? Ну, о смехе стен мы пока повременим, об этом у нас еще отдельный разговор будет, а вот рассмешить проблему попробуем прямо сейчас.

Чем она для нас является? Совокупностью ощущений. То есть проблема — это всегда ощущение некой напряженности, часто болезненного характера. Вот именно в этом ощущении, в этой напряженности мы и включаем смех.

Как это сделать? Так же, как вы это делали, включая смех в себе. Ведь какая, скажите, разница между вами и вашими ощущениями? Смогли в себе — сможете и в них, родимых. Причем сможете прямо сейчас.

Начинаем мочь. И начинаем с самых простых и рядовых ощущений, скажем, с ощущения своей руки. То есть просто с руки. В общем — включаем в руке смех.

Для этого расположим ее удобненько перед собой и внимательно рассмотрим. Сможете увидеть, какая она серьезная, основательная и, скорее всего, озабоченная? Всматривайтесь, всматривайтесь, она именно такая, вы уж мне поверьте. Не может быть иным то, что сделало из обезьяны человека, то, что кормит и зарабатывает, то, что на курок нажимает... Верно?

Не верно? Ни черта не видите? Значит, ни черта у вас и не получится. Если вы не можете себе позволить некой внутренней вольности, если со всех сторон зажаты стереотипами «так небываемости»... то я все же дам вам шанс.

Именно с этого момента мы вводим в наши практики новую категорию — категорию игры и несерьезности. Мы начинаем все делать *понарошку*. Понарошку! Вы хоть слово-то это помните? В детстве вам его помнить не надо было, в детстве вы им жили. Пока вас не сделали серьезными и тяжелыми, у вас все было понарошку.

Понарошку не значит невзавраду, понарошку — это как бы уже все произошло, как бы случилось. Мы как бы уже взрослые, как бы космонавты, как бы разведчики. *У нас как бы серьезная рука*. Когда мы убираем тяжесть и обусловленность ментала и переходим на игру, мы немедленно включаемся в канал ощущений. Понарошку — это то, что прямо сейчас, то, что *ощущаемо*.



Делать что-либо понарошку — не значит обманывать кого-то или себя, жить понарошку — не значит притворяться, напротив — это самая честная форма существования, которая возвращает человека к его естественной творческой природе. Сделать что-то понарошку можно, только *предощутив* некое качество. А ведь именно предощущение — начальная и совершенно обязательная фаза любого творения.

Мы начинаем работать с категориями и состояниями, очень мало пересекающимися с нашей рядовой действительностью. Если их пытаться анализировать, сопоставлять со своим и чужим опытом, а особенно — напрягаться и ждать их появления в себе, вряд ли мы далеко продвинемся. Нет, здесь надо по-другому — решительно, творчески, без тени сомнений! Здесь надо *по-детски*. Здесь надо *просто играть*.

Поэтому — играем. Играем в то, что рука у нас серьезная — а отчего ей быть другой? — играем в то, что окружена она некой тонкой прозрачной оболочкой, прозрачной настолько, что увидеть ее мы даже не пытаемся. Мы ее просто знаем, мы в нее играем. Она у нас понарошку, а ведь вы поняли — что может быть реальной!

Кто поначитанней, могут вспомнить эфирное тело, это самое то будет, а кто о нем вспоминать не хочет — и не надо. Не забивайте голову ненужной ерундой. Вспомните лучше другое, приятное — теплую зимнюю рукавицу с густым-прегустым мехом внутри. Представили? А теперь наденьте ее на руку. Ощутите этот мех, ощутите тепло, которое начинает излучать ваша рука... Есть? Почувствовали? Замечательно.

Сейчас ваша рука окружена некой тепловой оболочкой. *Играем в это! Делаем все понарошку*. ...Понарошку окружена тепловой оболочкой — именно в ней

мы будем включать смех. Но перед этим вспомним, как создавался смех внутренних.

Вам было предложено в момент выдоха создать в себе некий рокот, который вы постепенно поднимали вверх и превращали в вибрацию все более высокой частоты. Максимальной частоты смеховая вибрация достигала где-то в районе голосовых связок. Ее-то мы сейчас и будем использовать в качестве стартовой.

Итак, включите в себе внутренний смех, сделайте смеховую вибрацию предельно высокой, затем — одну руку расположите перед собой, а вторую положите на горло. «Наденьте» на свободную руку «меховую рукавицу» и ощутите тепловую оболочку, окутавшую ее.

А теперь главное — настройте эту оболочку на вибрацию, ощущаемую другой рукой. То есть (*играем! понарошку!*) — представьте, что тонкая оболочка вокруг руки вибрирует в унисон с вибрацией смеха. Ощутите это! И продолжайте ощущать. Или, если явных ощущений нет, просто играйте в то, что они все же есть. Этого вполне достаточно!

Через некоторое время рука как бы отзовется на эту вибрацию — появится ощущение тепла, некое движения в ладони, может быть, мурашки побегут, а может, напротив — вы почувствуете холодок и легкое онемение. Характер ощущений не имеет значения. Важно другое — ваша рука сонастроилась со смеховой вибрацией, а значит, включилась в нее.

Теперь представьте, что на ладошке нарисована улыбающаяся рожица, этаким смайлик, включите улыбку на лице (не забудьте улыбку глазами!) и позвольте рожице на ладошке окончательно рассмеяться. Смеетесь вы, смеется (вибрирует) тонкая оболочка вокруг руки, смеется (вибрирует) сама рука. Ощутите этот смех, попробуйте его услышать, многим это удастся.



После того как это произошло, про вибрацию в горле надо забыть, она вам больше не нужна. Более того, привязка к ней может даже помешать. Внимательно вслушиваясь в вибрацию смеха в тонкой оболочке, вы не сможете не заметить ее стремления к гораздо более высокой частоте. Это правильно и естественно, позвольте ей это.

Давайте немного обобщим только что сделанное нами. Итак, мы представили, что наша рука окружена некой невидимой тонкой оболочкой. Затем мы настроили эту оболочку на вибрацию внутреннего смеха, позволив смеховой вибрации обрести еще большую частоту. Через некоторое время у нас появились соответствующие ощущения в физической руке. Скрепив все нами содеянное улыбкой на лице, мы назвали свое творение смехом. *Смехом тонкими оболочками или вторым уровнем смеха.*

Возможно, у кого-то возник вполне закономерный вопрос: что дает нам право говорить о некой единой вибрации смеха, если мы постоянно предлагаем менять ее характеристики? То она у нас выше, то ниже, вплоть до утробных физических подрагиваний. И, тем не менее, это всегда смеховая вибрация! Дело в том, что все эти вибрации кратны, они не только производны друг от друга, но еще скреплены определенной внутренней характеристикой.

Несколько позже мы об этом поговорим подробнее, а пока только заметим, что точную настройку на искомую характеристику обеспечивает улыбка. Полноценная сердечная, полностью открытая улыбка. Без нее все предлагаемое превращается в набор мертвых вибраций, которые ничего, кроме энергетического хаоса, в нас создать не могут.

Хорошо, руку смеяться научили, а дальше что? Что с этим делать? Да что угодно. По этому же принципу мы можем включить в режим смеха любую часть своего тела, любой его орган, любую область,

где испытываем напряжение, боль или деструктивное воздействие.

Зачем? Начну с того, что, скорее всего, представляется важным вам: включив смех в проблемном месте или зоне, мы можем быстро купировать любую боль, остановить кровотечение, снять как физический, так и энергетический блок, ускорить процессы регенерации тканей, излечиться практически от любого хронического заболевания. Я думаю, пока хватит.

Теперь о том, что считаю важным я. Итак, все вышеперечисленное — полная фигня, причем абсолютно вам ненужная. Более того — во многом вредная. Увы, но многие прокололись именно на этом — вынеся на первое место суетное второстепенное, они так и не сумели осознать простого главного. Чем не только перечеркнули всю проделанную работу, но даже укрепили свои ущербные жизненные позиции.

Суть простого главного — *через смех, через просмеивание напряженных и болезненных участков снять сопротивление страдательным ощущениям и с ними объединиться*. Проинтегрироваться. Стать одним целым. И вот тогда (и только тогда!) растворятся и боль, и болезнь, и внешняя проблема.

Это неизбежный результат проделанной работы, ее следствие. Если хотите — вознаграждение за нее. Но стоит подменить следствием причину — и неприятных последствий не избежать. Мы о них еще поговорим.

Это крайне важный момент. Я не случайно прервал описание технологии, чтобы сделать на нем акцент. Не поддавайтесь ментальному соблазну улучшения и переделки себя! Это бесконечный и абсолютно бесплодный процесс. Только приятие себя со всеми потрохами, только творение нового в пику секондхендовской переделке старого!

А сейчас вернемся к своей впервые засмеявшейся руке. Как убедиться, что проделанное не явля-



ется полной выдумкой? Для этого пробуем следующее. Расположим ладони напротив друг друга, где-то на расстоянии ширины плеч. И начинаем их медленно сводить своеобразными возвратно-поступательными сканирующими движениями, как бы ощупывая невидимый слегка пульсирующий шар.

В какой-то момент вы этот шарик и впрямь обнаружите. Ваши сближающиеся руки словно натолкнутся на невидимую и предельно слабо выраженную преграду между ними. По ощущению это очень похоже на два магнетика, отталкивающихся друг от друга одноименными полюсами, только много неуловимее.

Этот прием достаточно известен как «формирование энергошара». Мы же его используем как тест для проверки реальности происходящих с нами изменений. Дело в том, что размер такого шара, то есть расстояние, на котором руки остановились одна от другой, является показателем уровня вашей энергетики на данный момент. Теперь посмотрим, что с ним произойдет буквально через пару мгновений.

Включите смех в ладошке так, как мы уже делали, и одновременно — в другой. У вас смеются обе руки (на лице улыбка), и вы снова пытаетесь определить пределы упругости вашего «межладонного» пространства осторожными сканирующими движениями.

Делая все чутко и честно, вы не сможете не заметить, как все дальше друг от друга «разносит» ваши ладошки, и сколь упругим и плотным становится пространство между ними. Это показатель стремительного изменения вашего энергopotенциала. В принципе это могло бы стать поводом для поздравления — зачет на экстрасенса вы сейчас сдали, вот только зачем он вам нужен? Немедленно заберите его обратно! У меня на вас другие планы.

Для нас это всего лишь показатель реальности работы смеховой вибрации. И не более. Но отрицать,

что ваши руки в течение считанных секунд стали поистине волшебными, я тоже не стану. Вы ими теперь многое сделать сможете как с собой, так и рядом. Вот только торопиться с этим не стоит.

По этому же принципу, то есть вначале формируем смех в тонкой оболочке, затем настраиваем на него физическую составляющую, — мы можем включить смеховую вибрацию в любой части тела. Любой орган имеет свою ауру (достаточно лишь представить ее), с которой мы и начинаем работать.

Неважно, что вас беспокоит — нога, печень, позвоночник, нарыв на руке, включаем в них смех, принимаем болезненные ощущения — и получаем весьма и весьма здоровый результат. После некоторой практики вы легко сможете формировать смеховую вибрацию в теле уже напрямую, без посредничества тонкой оболочки.

Внешние события, житейские проблемы, точнее, ваши переживания по поводу них — со всем работаете точно так же. Для этого вам придется вернуть свою естественную чуткость ко всем, даже самым тонким нюансам своих состояний. Придется научиться не только видеть проблему рядом, но и ощущать, чем она в вас проявлена. Это далеко не простая наука, но совершенно обязательная. А затем смеетесь ощущениями проблемы, интегрируетесь с ними, полноценно проживаете — и потребность в проблеме исчезает.

Столь же легко мы можем сделать, казалось бы, нереальное — включить смех в своих клетках, по сути — транслировать смех на клеточный уровень. Что для этого необходимо? Всего лишь ваше согласие, и ничего больше. Согласие на событие или на состояние — это всегда согласие на соответствующие ощущения. Не всегда это просто, но понарошку можем согласиться на что угодно! А согласившись — немедленно ощутить все, на что дали согласие.



Итак, включите смех, например, в колене. Схема та же, напоминать уже не буду. После того как засмеялась физическая составляющая колена, вспомните, из чего состоят его ткани. Вы уже понимаете, о чем я, — из мельчайших клеточек. Представьте каждую как улыбающуюся рожицу и — позвольте им рассмеяться. Пригласите их в это состояние! Вы будете изумлены, как это, оказывается, просто.

Только ни в коем случае не напрягайтесь — просто играйте в это, играйте и принимайте результат. Вначале ощущения клеточного смеха будут крайне неуловимыми, через минуту — едва заметными, затем — чрезвычайно легкими, но уже вполне ощутимыми. А поиграв в клеточный смех несколько раз, вы сможете его даже услышать.

Возможно, вы обращали внимание, как гудят высоковольтные провода в сырую погоду? Вот что-то подобное. То есть это не привычное ровное гудение, а гудение как бы «зернистое», мелко-мелко вибрирующее. Но при этом и не гудение вовсе, ибо оно живое, мягкое и очень теплое, а точнее — согревающее изнутри, излучающее совершенно особую энергию.

Ощувив в себе это мягкое распирающее тепло, даже жар, можете не сомневаться — в вас работают смеховые клеточные вибрации. Но что они нам дают? В чем их польза?

Мы уже неоднократно отмечали, что любая проблема — по сути заблокированная в нас энергия. Это некий изолированный в человеческом энергоконтуре островок Времени, лишенный внутренней динамики. Его границы — ментальные понятия и стереотипное знание, сплошь состоящее из ограничений и запретов.

И хоть категории эти весьма мало вещественны, проблема в человеке всегда проявляется вполне реальными физическими блоками. Именно с ними

взаимодействуют смеховые вибрации клеточного уровня. Благодаря высокой частоте они обладают повышенной проницаемостью и работают на очень глубоких физических «ярусах».

Можно было бы сказать, что они производят в нас расчистку от всевозможного шлама, но стандартное значение понятия «расчистка» заставляет меня им поперхнуться и оставить непроизнесенным (ну, как бы, друзья, как бы).

Расчистка, очистка и прочая чистка — это всегда освобождение *от* чего-то, это отрицание и неприятие. В нашем же случае происходит совсем другое — растворение и интеграция со всем растворенным. Да, конечный *физический* результат вроде бы тот же, но он качественно иной на тонком причинном уровне. Происходит реальное восстановление единства со своими ранее отторгнутыми элементами.

Абсолютно все присутствующие в нас шлаки, вся холестериновая начинка, все камни и солевые отложения, все «ново-» и прочие лишнеобразования — всего лишь овеществленные или — если хотите — материализованные в нас турбулентные завихрения некогда свободно струившейся энергии.

Как водный или воздушный поток закручивается вокруг препятствий, возникших на его пути, так и энергия Времени начинает беспомощно петлиться, натываясь на жесткие человеческие понятия и принципы, в основе которых — все те же ограничения и запреты либо, напротив, привязки и зависимости.

Можно смело утверждать, что абсолютно все токсины, присутствующие в организме и самым «естественным» образом отравляющие нашу жизнь, — суть наше материализованное несогласие. Каждый токсинчик — какой-нибудь запрет, каждая холестериновая бляшечка — отрицание чего-то, каждая раковая клеточка — привязка к чему-то. И так далее.



Смех вообще, внутренний смех в том числе, а смех клеточным уровнем в особенности дематериализует эти болезненные завихрения, возвращая им статус свободной энергии. То есть смех восстанавливает естественную циркуляцию живой энергии. Еще проще — делает нас живыми.

А ну-ка, давайте быстро-быстренько живыми становиться. Поднялись со своих уютных кресел, вынули помятые тела из призывных складок мягких диванов и — потянули-ись... Можно зевнуть пару раз. Остались в открытой позе с распахнутыми руками. Рисунок Леонардо помните? С человеком-раскорякой в круге? Замечательно — уподобились ему. У нас эта позиция будет называться «*позой звезды*».

Перенесли внимание на кисти рук, включать в них смех вы уже можете, вот и включайте. Причем делайте это просто и уверенно, без придыханий всяческих и сомнений. Включили в кистях — спускайте смех волной вниз, подключая запястья, локти, плечи... Голову, шею, грудь и спину... Живот и таз, бедра, голени и стопы... В общем, поэтапно включайте смех во всем теле.

Включили — и не выключаете, смеетесь всем телом одновременно. Только не нужно напрягаться при этом физически — легче, проще, играем.

После того как смех установится, идем дальше. Углубляем его, переводя на клеточный уровень. Что для этого необходимо, вы уже знаете, — всего лишь дополнительная игровая характеристика. Каждая клеточка в вас смеется! Вибрирует смехом! Быстро-быстро, часто-часто, приятно-приятно...

Тело при этом начинает восприниматься совершенно по-особому. Оно становится легким, воздушным, приятно пульсирующим, но, одновременно, как бы немного онемевшим и даже чуть отстраненным от вас.



Усиьте эти ощущения, *растянув* себя в «звезде» и не смущаясь неизбежной с непривычки мышечной усталостью в руках. Побудьте таким распахнутым и смеющимся до состояния достаточности (не путать с состоянием усталости!) и плавно вернитесь в свое состояние естественное (а может, уже не столь естественное?).

Как самочувствие? Необычное? Приятное? Непонятное? Ну, мне-то это как раз понятно — когда вы последний раз молились? Да и потом — как именно вы молились? Боюсь, далеко не все то, что вы молитвой считаете, ею является. Истинная молитва, друзья, это не просьба, это даже не покаянное битие себя в грудь, а лбом об пол — это всегда только выражение любви. Выражение полного приятия. И чем меньше при этом будет слов, тем лучше. Действительно, какое отношение слова имеют к любви?

Высшая форма молитвы — это молитва без слов, это молитва в ощущениях. С Богом бессмысленно общаться через слова, он понимает только космическое эсперанто — язык ощущений. Прочтите «Отче наш», не произнеся ни слова, но все ощущая, — и поймете, что я имею в виду. Только не удивляйтесь, если после первой части молитвы обнаружите себя стоящим (а не скорченным перед алтарем) в распахнутой позе звезды. Я вам предложил начать прямо с этого.

«Поза звезды» — это поза полной открытости Миру. Вы как бы предлагаете всего себя — дескать, вот он я, весь тебе открыт. И можете не сомневаться — точно так Мир распахнется в ответ, радостно стремясь одарить вас любыми щедротами. Чем дольше вы сможете сохранить ощущение такой внутренней раскрытости, тем изобильнее и радостнее будут складываться ваши с ним отношения.

После того как вы освоите предложенное, сделайте следующее: в момент полной включенности



в клеточный смех, стоя в «позе звезды», перенесите все внимание на среднюю часть груди (линия сосков) и как бы дополнительно включите там смех, а точнее — увеличьте интенсивность смеховых клеточных вибраций. Если все сделано правильно, то через некоторое время вы почувствуете странное...

Словно что-то начинает разворачиваться у вас в груди, что-то открывается и освобождается. Вы почувствуете, как растворяетесь во всем, а все растворяется в вас, как заполняете все вокруг своей любовью и наполняете ее в ответ... Это и есть наша главная и единственная молитва, молитва смехом и полной открытостью. И вряд ли она когда-нибудь будет другой.

Совершенно замечательно, если вы об этом вспомните сразу после пробуждения (не случайно мы начали с потягиваний), в этом случае успешного и удачного дня избежать вам попросту не удастся. Открывайте смехом сердце чаще, а еще лучше — привыкайте жить в состоянии постоянной внутренней распахнутости. Это не просто комфортно, но еще очень естественно, это не только естественно, но и предельно комфортно.

По большому счету сейчас прозвучало главное: мы открыты Миру, Мир в ответ открыт нам. Все — для успешного существования больше ничего не нужно. Но, но... Прекрасно понимаю, сколь далеки мы от совершенства, и как это непросто — сделать простой свою жизнь. Ну что ж, в угоду нашей меркантильной неуверенности в себе — все нижеследующее.

Смеховая вибрация, к которой вы получили доступ, может легко стать волшебной палочкой в ваших руках. Спектр ее применения огромен, а по мере освоения предлагаемых технологий вы неизбежно заподозрите, что он вообще не имеет границ. И правильно сделаете, что заподозрите, мне, по

крайней мере, эти границы неведомы. Но обо всем по порядку. Сейчас — о ваших текущих реалиях.

Как работать смехом второго уровня с конкретными физическими проблемами? Когда болит, когда нарывает, когда плохо сворачивается или расслабляется? Можно просмеивать болезненное место или проблемный участок смеющейся ладонью, совершая над ними своеобразные пассы. Их характер и продолжительность будут определяться ощущениями некого внутреннего соответствия. Чутко слушайте себя и следуйте внутренним позывам, больше от вас ничего не требуется.

А можно включить смех в самой болезненной зоне, иными словами — просто в боли, в напряжении и дискомфорте. Учитесь смеяться страданием, страхом, усталостью, чувством голода. *Не для того, чтобы они исчезли, а для того, чтобы они раскрылись.* Для того, чтобы вы могли войти в них, войти и принять, и прожить без остаточка.

Можно совместить смех ладошкой и смех болезненным местом. Характер работы в этом случае вы определяете сами. Вообще при работе смеховыми вибрациями не существует жестких схем. Все делается интуитивно и спонтанно. Ориентир только один — чувство внутреннего комфорта и состояние достаточности.

Вас беспокоят давние и не совсем понятные боли? У вас отложение солей в суставах? Проблемы с кожей? Не слезаете с инсулина? Вас мучают страхи и снятся кошмары? Вы слишком раздражительны и невоздержанны? Испытываете желание избавиться от лишнего веса? От морщинок на лице? У вас плохое зрение и болезненный желудок?

Прекрасно! Вы уже знаете, что делать со всем этим. Схема работы общая для всех технологий Школы. Я о ней неоднократно говорил, но, так и быть, напомним еще раз.



Первый этап — *отслеживание*. Отыскиваете в себе болезненные ощущения и связываете их своим вниманием.

Второй — *формируете устойчивый канал для освобождения связанной в проблемном месте энергии*, для чего удерживаете отслеженные ощущения в луче внимания непрерывно, ни на что не отвлекаясь.

Третий этап — *создаете максимальную интенсивность движения энергии* в прорабатываемом участке. В данном случае мы это делаем вибрацией смеха.

И еще один аспект работы, не столько этапный, сколько фоновый — *смехом размываете границы ментальных рамок*, ментального знания проблемы. Для чего просто смеетесь и ощущаете, как тают важность, грозность и неотвратимость страдательного состояния.

Да, и — *намерение*. Намерение не удрать от плохого, а с ним объединиться. Вот, собственно, и все. Все прочее — малозначимые дополнения.

Просьба только одна — постарайтесь не принимать на веру ничего из мною сказанного. Все проверяйте. Только, ради Бога, не мозгами — исключительно делом. И будет вам... объективно.

Вам подарили цветы? Давно пора, я рад за вас. Давайте подольше сохраним эту радость свежей и живой. Поместите букет между смеющимися ладошками и включите в смех. Как? Да просто представьте его смеющимся так же, как вы это делали с тонкой оболочкой руки. Цветы у вас засмеются понарошку — но стоять и не вянуть три недели будут по-взаправдашнему. Только потому, что вы не забывали смеяться с ними каждый день.

Возьмите семена любого растения, можно просто зерна пшеницы. Замочите их, как положено перед проращиванием. А замочив — включите в вибрацию смеха. И по мере прорастания делайте это

неоднократно. Затем сравните с контрольной, непросмешанной партией семян. Вряд ли разницу между ними можно будет объяснить одним доверием ко мне. Мне не нужно верить! Со мной нужно смеяться.

Немного позже, когда вы начнете работать в канале смеха, когда станете в нем своим человеком, можете проделать и вовсе интересное — просмешать качественно воду в стакане и поставить ее в морозилку. В отличие от контрольной (о которой, надеюсь, вы не забудете), она не захочет замерзнуть. Ну, не захочет, и все тут! Смешно ей, видите ли. Это по поводу объективности вибраций смеха.

А по поводу уже конкретного использования — берем все тот же стакан с обычной водой из-под крана, помещаем его между смеющимися ладонями и включаем в нем (в воде) смех. Смеемся до состояния достаточности. Все. Теперь это не просто вода. Теперь это *ваша* вода. Пейте без боязни и нисколько не заботясь о ее подозрительном химическом составе, ничего плохого с вами уже не случится.

Скорее, наоборот, такая вода становится поистине целебной и предельно соответствующей вам. Ее можно просто пить, ею можно умываться по утрам и с радостью замечать, какой молодой и упругой становится ваша кожа день ото дня. Пробуйте, экспериментируйте, смейтесь!

Приучите себя уделять минут десять в день своему лицу. Не для того, чтобы намазывать его дорогим кремом или лосьоном, а чтобы им просто посмеяться. Каждым его проблемным местом, каждой морщинкой. Не поленитесь — засмеетесь сами, удовлетворенно рассматривая себя в зеркале недели через две.

Выбирайте любую свою болячку, как бы грозно она ни называлась, и смело работайте с ней смехом. Смейтесь вместе с ней, смейтесь ею конкретно и, обязательно, — клеточным смехом. Обязательно!



И регулярно. Обнимайте ее своим приятием, окутайте нежностью. И ничуть не печальтесь, что болячек таких будет становиться меньше и меньше.

Зато вас — больше и больше. И это главное. Вы возвращаете себе все ранее отвергнутое плохое, страшное и неприятное, и оно в благодарность становится хорошим и радующим вас. Становится вашим. Становится вами. С возвращением вас к себе самому!

***Только имейте в виду: любая болезнь — это не столько физическая патология, сколько патология сознания. Системы отношений с миром. Патология механизма приятия. Именно с этим нужно работать и в первую очередь, и в большей степени.***

Болезнь становится физическим недомоганием только после того, как ее неоднократно проигнорировали на внешнем плане в виде предупреждения о надвигающейся опасности. Любые ситуации, вызывающие чувство досады, обиды, возмущения, несогласия, — суть такие сигналы.

Вы начали работать с физической проблемой? Ждите неизбежного обострения всего, от чего вы когда-то отмахнулись. А как иначе? Ведь вы дали заявку на пересмотр былых отношений, на то, что «вы так больше не будете» (никогда, никогда!), что ж — получайте то, на чем когда-то споткнулись. Учитесь не спотыкаться.

Взяли свое вновь вспыхнувшее напряжение и несогласие, отследили в себе ощущения, их сформировавшие, — а дальше по схеме. Разницы между внешним и внутренним нет никакой. Смеетесь до состояния достаточности — обида в вас растворяется, возмущение перестает душить, несогласие сменяется состоянием «ну и что?».

Делаете это параллельно с конкретной работой над своей «физикой». Это крайне важно. *Невозможно вылечиться от болезни, оставшись прежним.*

Все, что вы делали до сих пор, было всего лишь попыткой обмануть себя. Спрятаться. Хватит, наверное. Ведь это не что иное, как игра в прятки со своим Счастьем. Вначале мы от него прячемся, а потом начинаем хныкать, дескать, покинуло оно нас.

Точно так предлагается работать со всеми так называемыми внешними проблемами. Со всеми стихийностями и случайностями.

— *Случайность*, — смеется Дурак, — *это возможность снаружи увидеть себя изнутри.*

Цените это и не пройдите мимо.

Любое внешнее событие проявлено в нас вполне конкретными ощущениями. Наша задача — полноценно их прожить и с ними проинтегрироваться. Разомкнуть пространство проблемы и смело в него войти. А затем свидетельствовать об исчезновении из жизни всего, что ранее ее отравляло.

Вибрация смеха создает полную иммунность от любого внешнего воздействия. Пока мы в смехе, мы защищены от всего. Почему? Да потому, что ни от чего не защищаемся, что всему открыты и все принимаем. Для воздействия совершенно необходима точка приложения силы, по сути — точка сопротивления. Иными словами, воздействовать можно только на то, что сопротивляется.

Работа с вибрацией смеха неизбежно приводит к состоянию, в котором сопротивление внешнему миру исчезает буквально на клеточном уровне. На уровне рефлексов, более того — на уровне дорефлекторном. Что это значит и к чему может привести, мы поговорим несколько позже, когда начнем исследовать тему полной прозрачности.

Но уже сейчас можете быть полностью уверены — пока вы в смехе, пока наполнены смеховой вибрацией — воздействовать на вас невозможно. Не получится на вас повлиять ни ментально, ни эмоционально, то есть — через переубеждение или воле-



вое давление. Невозможно сглазить и не удастся навести порчу. Несчастные случаи обойдут вас далеко стороной, равно как всевозможные эпидемии и по-вальные увлечения.

Такая вот Дурацкая неуловимая миру сущность начинает все больше прорастать внутри нашего естества. Пусть себе растет, нас от этого нисколько не убудет, а вот прибывать начнет со страшной силой. Принимаем все.

...Только не спешите биться в конвульсиях оптимизма. Воспринимайте обозначенную мною перспективу, как и все прочее, — понарошку. А это значит — как данность, как неизбежность, как неотвратимость. И вот тогда-то у вас все и получится, тогда все и выйдет.

А как получится — не упустите Дурака своего услышать. Пригодится.

— *У тебя все вышло?* — хохочет Дурак. — *Не забудь спустить воду!*



## РАСКОЛДОВАТЬ ПРОСТРАНСТВО



*Существует достаточно света для того, кто хочет видеть, и достаточно тьмы для тех, кто не хочет.*

Блез Паскаль

*— Грех жаловаться на темноту тому, у кого в руке выключатель, — смеется Дурак.*

*— Это тебе только кажется! — хохочет он. — Как, что? Все!*

Погрузимся в сказку, друзья... В ту самую, где живут долго и счастливо и умирают в один день. Где удачи полный короб и полцарства в придачу. Где лягушкам прямой путь в принцессы, а чудищам — в принцы. Где Кощей с Ягой и Горыныч с Лешим...

В ту сказку, которая, хоть и ложь, да в ней намек, добру молодцу пинок — дабы не засиживался, не залеживался... Впрочем, в сказках лжи не бывает, ибо ложь — это порождение страха, а сказка — всегда только предвкушения. Предвкушения изобильной, радостной и непременно выигрышной жизни, предощущения встречи с собой, давно забытым и потерянным.

Но встрече такой много чего предстоит... Пока себя в сказке сыщешь, во что только не вляпаешься. Особливо по интимной, по любовной части. Да вы сами вспомните — с лягушками на каждом шагу целоваться приходится, опять же — с принцессами, много лет назад усопшими, в разных чудищ уродливых влюбляться...

И ведь не просто так влюбляться — попритворяюсь, дескать, чуток, ради отца-батюшки, и все тебе, и дело с концом. Так нет же, именно что — полюбить, горячо да искренне. Вы бы так сумели? Полюбить, скажем, селедочный хвост у своей избранницы? Хладну девицу во гробу облобызать? А уж про то, как Иван-Коровий сын сумел в сказке приключиться, я и вовсе помалкиваю. Геройский народ в мире сказочном обитает...

А все ради чего? Из какой такой корысти либо радости? И то верно, неспроста все. Не с дурной головы такое деется, а ради дела великого, в сказках главного. Вспоминаете? Чары дурные разрушить чтоб, да заклятье злодейское снять. Что доблестнее быть может? И сказку почистить, и себя в финале потешить.

Расколдовать сказку от заклятья... Звучит достойно. По-богатырски. Но к нам-то это какое отношение иметь может, не в сказке, поди, живем? А вы в этом уверены? Сказки, они ведь разные бывают — и добрые, и страшные, и волшебные, и заколдованные. И случается, не все ладно кончаются. Некоторые просто кончаются, и все. И все...

Это когда герой то ли не к месту сказочному приходится, то ли не хватает в нем чего-то... Такого этакого... Истинно сказочного. Приятного, что ли. Да, именно так — *приятного*.

Вы замечали, что в сказках в выигрыше остаются исключительно *приятные* персонажи? Как, Впрочем, и в реальной жизни. Что это за люди? Чем

они знамениты? За что им улыбка судьбы такая? Думаю, и без моего многословия вы все поняли — это люди с высоким уровнем *приятя*.

Приятя! То бишь — согласия, а по сути — любви, причем истинной, безусловной и всеобъемлющей. Только любовью можно расколдовать заколдованное, только приятие поможет там, где бесильно волшебство, только согласие в силах одолеть неодолимое и много раз проклятое.

В этом смысл знаменитых сказочных поцелуев — как иначе выразить сокровенное? Именно здесь тайное послание — только полное и безусловное приятие уродливого и безобразного может снять заклятие, может обнажить естественную суть заклятого. И сейчас речь идет уже не о сказочных персонажах — **все, абсолютно все отвратительное в нашей жизни — всего лишь заколдованное прекрасное.** И это к нам имеет уже самое прямое отношение.

\* \* \*

Друзья, вы знаете, что такое порнография? Нет, вы не знаете, что такое порнография. Иначе не стали бы в ответ тыкать пальцами вокруг да в кого попало. Все гораздо ближе, все много проще. Порнография, мои хорошие, это когда трахаться не хочется, а надо. Надо! По определению, по правилам, по статусу. Ибо куда денешься, если так положено, если не вами заведено.

Вам это ничего не напоминает? Хотя бы смутно или, скажем, отчасти? Вы в этом не узнаете свою жизнь? Самого себя? Свою работу? Отношения? Повседневность? А вы присмотритесь — повнимательнее, почестнее, почутливее. Может, и поймете, кто же вы на самом деле. ...И не спешите смущаться своему качеству новому, все мы здесь одним миром мазаны.



Сколь многое мы делаем по привычке — ходим на работу, пьем утренний кофе, по привычке обижаемся или боеем, по привычке влюбляемся, по привычке умираем. И ведь как часто уже не хочется, тошнит просто, а — надо, что делать, записался в человеки — соответствуй. Иначе козленочком станешь. Тем ведь человек от живности прочей и отличается — законом да традицией.

А что, если вдруг не стану? Что, если наоборот — перестану им быть, козлом-то? И отпущения, и просто так — скотиной? Всего лишь начав делать то, что мне и впрямь делать охота, а что не охота — так и ну его к таким-то материям.

— *Из того, что можешь не делать*, — одобрительно смеется Дурак, — *выбирай лучшее — и не делай!*

Только вот, получится ли? В сказках для этого подвиг волшебный совершить надобно — все ту же лягушку приласкать или, скажем, в Щелкунчика какого влюбиться. Тогда только перестать быть прежним получается, тогда и с себя чары скинуть можно и кого-то рядом расколдовать.

Но где ж ее взять-то — вельможность эту заколдованную? Как разобраться в принцах с принцессами, если вид у всего вокруг одинаково лягушкообразный? Начнешь все подряд целовать да слюнявить, глядишь, сызнова в порнографию загремишь. А то ведь и просто в дураки записать могут, дескать, пристаёт тут ко всем со своею любовью, принцесс да королевы соблазняет.

— *Дурак записной...* — восхищенно причмокивает Дурак. — *Когда-то и я с него начинал...*

На самом деле все много проще и обыденней, но все равно — низкий поклон сказкам волшебным, ибо в них и понимание сути мытарств наших, и советы дельные по избавлению от плена колдовского.

«*Человек есть символ. Так же и каждый предмет или рисунок является символом. Нужно проникнуть*

*за внешнее значение символа, или вы погружаетесь в сон», —* сказал некогда суфийский мастер Хваджа Пулад.

Не кажется ли вам, что это все о том же — мы живем в заколдованном мире, изначальный смысл которого давно потерян, равно как и его внешний облик, впрочем, как и мы сами в нем. Остался всего лишь символ этого мира, много символов по его поводу, целая система символов, которые мы по привычке зовем своей жизнью.

Некогда всех нас словно поместили в сказку, назвали ее единственно возможной реальностью и строго-настрою наказали не открывать в ней одну древнюю заветную дверцу... не пить из старого заброшенного колодца... ни в коем случае не смотреть в старинное фамильное зеркало, хранящееся в подвале. А то не избежать беды великой...

Но приходит однажды кто-то в дурацком колпаке с бубенцами, смеющийся и корчащий забавные рожи, и нагло предлагает то, что нельзя, — войти, испить, посмотреть... И сам это с энтузиазмом делает, и ничего ведь с ним, окаянным, не случается, скорее наоборот, очень каким-то довольным он после этого делается... Таким легким и веселым, какими мы себя давно не помним. Разве что в детстве далеком...

И совершенно для себя мы вдруг тоже делаем запретный глоток какой-то совершенно сумасшедшей свежести... и дерзко входим, куда раньше ни ногой... и с изумленным восторгом видим сквозь рваную паутину странное и невозможное...

И тоже начинаем хохотать. Безудержно и с облегчением. От вдруг нахлынувшей ясности и простоты, от своей недавней глупости, от того, как преображается мир, наполняясь, словно ниоткуда, красивыми и радостными людьми, удивительными событиями, прекрасными непредсказуемыми погодями...



Мы оказываемся в расколдованном мире, в расколдованном качестве, в расколдованном Счастье. Мы с недоумением и жалостью вспоминаем себя прежнего и не хотим, не желаем, не будем возвращаться туда, откуда вырвались, вернулись, очнулись, откуда пробудились.

Но я вас все же очень попрошу это сделать, дабы понятнее стало, что же такое мы сотворить себе позволили, чтобы не выглядело это бегством случайным, но непременно — исходом, осознанным и неизбежным.

Мы возвращаемся в свой заколдованный мир и без страха, но с жадным любопытством взираем на него изнутри. Впервые, может, делаем это осознанно и, разумеется, удивленно — как же случиться такое могло и почему раньше мы этого не видели? Значит, сами заклеты были? Кто же колдун тот? И где сей злодей хоронится?

Да чего там, хватит уже придуриваться, подойдите к зеркалу еще раз, поздоровайтесь — вы и есть он. Злодей и колдун, волшебник проклинатель. Отбиратель счастья и ввергатель в дурной, нескончаемый сон.

И как нам только это удастся? Откуда сила в нас такая? Из каких закровов моща волшебная? А по праву рождения в нас такое, наследственное, стало быть. Мы уже говорили об этом раньше, но, похоже, вы привычно благостно пропустили все то ли мимо ушей, то ли в обход извилин. Как, впрочем, всегда, когда вас что-то не устраивает.

Мы с вами — Со-творцы, ибо частью от Целого являемся, это Целое в себе заключающей. Мы созданы Богом, которого носим в себе. Мы наследники качеств, умения и славы его. И если до Славы Господней нам пока еще, как до Киева раком, то от умений его, напротив, деться совершенно некуда.

Именно человек наводит морок и заколдовывает пространство своего обитания. Руководствуясь

принципом — пусть криво и не очень живо, зато спокойно и предсказуемо.

Предсказуемо — ибо есть принципы и законы в Мире, им созданном, ибо все можно просчитать и разложить по полочкам. И просчитывает, уже не одно тысячелетие человек просчитывает свое Счастье и каждый раз убеждается, что такой мерзавец, как он, не имеет права даже на те крохи радости, которые ему достаются.

Принципы и законы... Пресловутые законы, на которых якобы мир держится... Вот ими, законами этими, он и заколдован.

Живой мир — это мир текучий и струящийся, мир свободный и нефиксированный незыблемым знанием о нем. Это мир, ощущаемый и принимаемый со всей его непредсказуемостью и противоречивостью.

Заколдовать мир — значит подменить живое ощущение мира его ложным пониманием. Это значит — сделать его монументальным, по сути — превратить в монумент во славу ментала. Как вам такая перспективка — целый мир, как память о нем былом? Мир, как памятник, в котором нам жить. Да, уж...

Мир можно заколдовать только законом. И чем бескомпромисснее и определеннее будет закон, тем больше сила такого заклатья. Внешний закон убивает канал ощущений и заставляет прислушиваться уже не к себе, а к кому-то другому. И самый страшный заколдун был сделан некогда дедушкой Моисеем с его каменно-незыблемыми заповедями.

Почему же, что в них такого плохого? В них самих — ничего. Но совершенно убийствен сам факт их существования. Ну зачем, скажите, теперь человеку вслушиваться в себя, если рядом появился такой всезнающий и абсолютно непререкаемый авторитет?



Ведь это две большие разницы — не убить, потому что *ощущается* полная невозможность подобного или потому что вспоминается наложенный кем-то запрет. К такому ментальному нашептыванию на ушко легко привыкаешь и в какой-то момент без готовой подсказки уже просто не можешь. Становишься этаким подсказкозависимым.

Так в недрах человечества зарождается совершенно особый вид — *хомо законикус*, тупиковая ветвь хомо сапиенса. А по-нашему, по сказочному, — человек заколдованный. Человек, заклятый своим якобы пониманием, точно так заклывший все вокруг и отчаянно теперь пытающийся выжить в сотворенной им страшной сказке.

Только вряд ли у него это получится. Не за горами третья мировая, или, если вам это больше по душе, — Апокалипсис, или, для самых начитанных, — совершенно беспощадная смена магнитных полюсов. Только так в ущербных сказках и бывает.

Самый сильный заколдун звучит так — *слушайте меня, ибо уста мои будут глаголить истину*. Так и хочется завопить — спасайся, кто может! А для тех, кто не может, — берегите свои уши!

Ну, не могут уста ее глаголить, горемычную, ну, не по силам им такое просто. Да вы и сами уже знаете — истина изреченная мгновенно становится ложью. Так на фига, скажите, ее изрекать? Но ведь рекут. Непрестанно и во множестве.

— *Слова можно сделать красивыми*, — смеется Дурак, — *но сделают ли слова красивым тебя?*

Мир человеческий весь соткан из истин, он ими выстроен и вымощен. Этим можно, конечно, гордиться, но честнее было бы ужаснуться. Ибо каждая истина мало что мертва сама, так точно такой же делает живой мир, обрекая его на неизбежное разрушение.

Человек — талантливый изобретатель и изрекател таких истин. Именно он наполняет свое



пространство якобы знаниями, откровениями и идеями, а на самом деле — примитивными ментальными конструкциями, ставящими его в рабскую от них зависимость.

— *Если тобой овладела идея, — немедленно оживляется Дурак, — можешь смело считать себя изнасилованным.*

Так все и происходит, вначале — идея нас, потом мы этой идеей — Мир. А затем живем в нем, изнасилованном, и обижаемся, когда нас уличают в порнографии.

«Мир — это язык, на котором Господь говорит с нами», — очень красиво сформулировал кто-то. Теперь представьте, сколь косноязычным, а местами даже нецензурным мы сделали его послание.

И когда Эйнштейн сказал, что «самое непостижимое в мире то, что он постижим», возможно, он имел в виду именно это — как вообще удается в такой галиматье увидеть хоть что-то гармоничное и красивое?

Итак, человеческое пространство вполне реально заколдовано, оно заковано всевозможными понятиями, убогими ограничениями и самыми невероятными привязками. А отсюда проистекает совершенно естественное для любой страшной сказки — страдание, боль и страх.

Расколдовать пространство — значит *дематрицировать* его. То есть разрушить смысловую матрицу, заложенную в его основание. Матрица болезненного состояния или негативного события — это некий стереотип восприятия, в основе которого — все та же ментальная оценка происходящего.

Значит, расколдовать пространство своего существования можно только через укрощение ментала. Он и будет тем змеем, тем чудищем, с которым мы начнем свой поединок. Но битва наша будет особого рода, прочь меч-кладенец, мы не собираемся рубить



менталу голову (а то, неровен час, сами без нее останемся), нет, други боевые, у нас для этого есть оружие пострашнее, подейственнее.

Мы его просто зацелуем. Мы заобнимаем и залюбим его. Вот этого ему никак не перенести. Я бы так точно не перенес и сразу бы сдался (лишь бы отстали).

Мы можем расколдовать мир лишь одним — полным его проживанием. А как иначе? Если главный колдун у нас ментал и суть его — сопротивление, то разрушить такие чары можно только прямо противоположным, в данном случае — приятием и согласием.

Ну и что же, что нас заколдовали? Воспримем это с улыбкой, сыграем в это понарошку — как в самую наиреальнейшую реальность, а значит — столь же несерьезную, как и любая детская игра.

Несерьезную! — это важно всегда, а здесь в особенности.

Заколдованный мир скреплен именно серьезностью. Только ей одной и держится. Вы когда-нибудь видели несерьезного колдуна? То-то же, и я не видел. Ибо невозможное это дело — смеяться и над человеческой природой насильничать. Всего одно движение уголков губ — и качество пространства вокруг стремительно меняется.

Серьезность всегда порождена страхом. Страхом держится заколдованный мир. Страхом пропитано пространство понятий и правильностей, пространство логики и ментала. Страхом от несоответствия норме.

Вы полагаете, это что-то абстрактное и не имеющее к вам никакого отношения? О-о, это вы напрасно так полагаете. Именно это несоответствие, а точнее — внутренние позывы к его устранению, и вызывают самую болезненную боль и самое страдательное страдание.

Итак, расколдуем смехом серьезность! И с детским любопытством заглянем — а чего там у нее внутри обитает? Расколдуем свои проблемы, может, и впрямь букетами роз они на нас посыплутся? Расколдуем болезни и неприятности, давно пора прорасти им чем-то новым и жизнеутверждающим. Расколдуем боль свою — ну, сколько можно скрывать собою радость непринятую да сладость заклятую?

Займемся этакой внутренней алхимией. Знаете, что за зверь такой? Это когда кипит не рядом с вами, а прямо внутри. А если и снаружи, то уже вы в этом кипите, булькаете и плавненько так трансмутируете...

Помните чан с кипящим молоком? Видите голову Дурака, из него торчащую да улыбающуюся блаженно? Я об этом. Крещение огнем, крещение страданием, крещение смелостью своей — это и есть самый могучий расколдун для страшной сказки.

А есть еще крещение смехом, что, как оказывается, суть то же, ибо помогает и огонь пройти, и воду (то бишь — кипяток), да и к медным трубам с ним прилипнуть ну никак не получится.

*Когда люди свернут пространство  
словно кожу,  
тогда и без распознавания Бога  
наступит конец их страданию.*

Шветашватара упанишада

Давайте свернем-расколдуем, а? По-моему, давно пора.

*Итак, дематрицирование (раскодировка) пространства (ситуации, состояния) — это снятие смысловых шаблонов, понятийного контекста с изначальных ощущений.* Наша задача — расколдовать именно ощущения, сняв с них скорлупу ментальной оценки.



Как это сделать? Можно было бы сказать просто — применив уже известные технологии. Но думаю, есть смысл уделить этому чуть больше внимания. Попробуем структурировать предлагаемое, разбив все на три достаточно условных этапа.

Этап первый — *отслеживание ментального клише.*

Этап второй — *разрядка ментального напряжения.*

Этап третий — *создание динамики в дематрицированном ощущении.*

Теперь подробнее.

*Первый этап.* На мой взгляд, самый интересный, ибо позволяет узнать про себя много нового. В чем его суть? В том, что вы позволяете себе все, бдительно наблюдая за собой со стороны. Что значит все? То и значит. Все!

Позволяете себе обижаться, гневаться, возбуждаться, испытывать страсть, задаваться, смотреть свысока, бояться, испытывать уныние, жалость, желание помочь — словом, все, что испытывают обыкновенные люди, вовлеченные в процесс повседневной жизни. Никакого сопротивления, никакого умничанья — ловим заколдун на живца, то бишь — на себя.

Полагаю, долго с этой ловлей вам возиться не придется. Даже если вы не среди людей, а просто сидите перед телевизором или, скажем, киснете в ванной, обязательно найдется что-то, что включит в вас определенную программу.

Позвольте ей включиться. Но с этого момента будьте особенно бдительны. Позвольте внутри себя происходить всему, но отслеживайте ту силу, то напряжение (пружину или, если хотите, натянутую резинку), которое *заставляет* вас испытывать то или иное состояние. Именно *заставляет!* Как бы гнет вас изнутри.

Постарайтесь увидеть это внутреннее насилие, обычно вами не замечаемое. Отследите эту давящую и явно чужеродную силу, буквально выжимающую из вас соответствующую программе эмоцию.

Это матрица. То, что заставляет ей соответствовать, очень напоминает некую резиновую, но очень плотную оболочку. Она мягко, но непрерывно оказывает на нас давление, как бы встраивая в свою конфигурацию, настраивая на определенную схему реагирования и поведения.

По сути все, что вам нужно сделать, — это отследить в себе возникшее напряжение. Отследить его как конкретные ощущения. Очень конкретные. Это значит, что вы в них смогли бы ткнуть пальцем, если бы потребовалось, настолько вещественными вы их делаете.

Хотя будьте готовы к тому, что в теле они иногда могут и не отыскаться, а как бы рядом или около него. Это нормально и вряд ли помешает дальнейшей работе.

То, что вы сейчас отследили, и есть заколдун — наложенное на вас заклятие. Его никогда не следует анализировать, только ощущать. Это то единственное, что нас в нем сейчас интересует, — мы должны знать, куда нам прикладывать губы для поцелуя. Не то сунем их по неопытности куда не следует... Лишний раз потом расколдовываться придется.

*Второй этап.* Здесь, собственно говоря, описывать особенно нечего. На этом этапе вы применяете любую из технологий Школы, либо уже освоенную, либо из тех, что вам освоить только предстоит.

Схема единая — отследили ощущение внутреннего напряжения, дискомфорта, связали его своим вниманием, а дальше просто выполняете технику — танцуете, смеетесь первым уровнем смеха либо включаете в нужном месте смеховую вибрацию уровня второго. До состояния достаточности.



А вот по поводу последнего пару слов еще сказать хотелось бы. Что такое состояние достаточности, мы уже обсудили — это когда еще можно, но глубокой потребности уже не ощущается. Однако, невзирая на внешнюю физиологичность этого состояния, оно много тоньше привычных ощущений, глубже и, если хотите, — трансцендентнее, то есть — многомернее. И именно поэтому — неуловимее.

Чем оно характерно, если то, что вы отследили действительно оно? Прежде всего, очень специфической внутренней тишиной — ментал молчит, мыслей нет, глубокое внутреннее спокойствие. И на первый взгляд — абсолютное отсутствие как любых желаний, так и вообще — каких бы то позывов. И вот тут можно очень сильно ошибиться.

Желания — да, они и впрямь исчезают, ибо являются порождением исключительно ментала. Но вот в глубине самой, под ними, растаявшими, обязательно обнажится *нечто*. Что-то очень глубоко в вас запрятанное, долго подавляемое и игнорируемое.

Прислушайтесь — это очень... нет, не слабые — *тихие* сигналы и позывы, это некий внутренний шепот, непрерывно звучащий в вас. Учитесь слышать эти сигналы, научайтесь понимать этот шепот, ценнее этой науки для вас сейчас нет.

Это голос ваших чистых ощущений, незамутненных ментальным бредом и его же воплями. Это голос интуиции, это чистое знание, *знание всего*, постоянно присутствующее в вас. Постепенно вы научитесь его понимать и им пользоваться. Но уже сейчас не пройдите мимо его сигналов и позывов. Это крайне важно.

Итак, начинаете работу с отслеженным заколдуном, то есть — с заколдованными ощущениями, превращенными в дискомфортное состояние, и продолжаете ее до наступления состояния достаточности. Это показатель того, что процесс снятия

заклятия состоялся. Негативная и болезненная эмоция, физическая боль или что-то другое монстрообразное вернулись в свое исходное естественное и заколдованное состояние, в состояние *просто ощущения*.

Замечательно, поздравляю вас. Поспешим закрепить достигнутое, для чего немедленно переходим к следующему этапу.

*Третий этап.* Его основу мы уже описали выше, ибо главное в нем — услышать тот самый внутренний позыв, который скрывается под растворившейся личиной расколдованного монстра. То есть, войдя в состояние достаточности, мы немедленно заглядываем в себя глубоко-глубоко, на самое доньшко и *оживляем* то, что там находим.

Понятно, что мы там найдем загнанное и едва живое ощущение, его и реанимируем. Как? Самый простой и действенный способ — это вдохновиться им. Наполниться этим ощущением и тем самым включить в нем динамику. Если это позыв — исполните его, как бы нелепо или, напротив, обыденно просто он не выглядел. Если что-то иное — просто побудьте ощущением этого иного, поживите им, замечая, как с каждой секундой оно крепнет и набирает силу. Оживает.

Третий этап совершенно обязателен, если вы действительно нацелены на глубокую внутреннюю трансформацию, ибо позволяет полностью завершить прошлое и закладывает весомый кирпичик в основание вашего Внутреннего Храма.

Вскользь касаясь тем, рассмотренных в первой части книги, хотелось бы отметить: расколдовать пространство своего существования — это и значит превратить внешние точки опоры во внутренние. Ибо любая внешняя точка опоры определена ментальным понятием, а по сути — ментальным заклитием.



Снимая эти заклития одно за другим, мы обнажаем, расколдовываем точки внутренние — все те же ощущения. Живые ощущения, которые теперь навсегда становятся вашими — вашим Внутренним Храмом, невесомой, но более чем реальной плотью вашего сенсорного тела.

\* \* \*

Много открытий вас ждет, когда вы начнете активно расколдовывать свое существование. Возможно, самое потрясающее — это то, что боли, той самой боли, которой страшимся все мы, на самом деле не существует. Ну, нет ее объективно, и все тут!

Снимая смехом одну ментальную оболочку за другой, вы вдруг обнаружите под болью, под своим страхом, под страданием — простое ощущение. Просто ощущение — и только. Ощущение без ментальной оценки, а значит, без сопротивления превращается всего лишь в некую вибрацию, и теперь исключительно от вас зависит, в каком качестве ее воспринять.

Да вы и сами из совокупности оценок и мнений по поводу себя все больше превращаетесь, а точнее — возвращаетесь к своей природной сути. Особенность которой — в ее предельной пластичности, высокой степени внутренней свободы и абсолютной незаангажированности социумом.

Взросший уровень вашей внутренней динамики неизбежно почувствуют все. У женщин словно загорается некий маячок привлекательности, совершенно неотразимый для противоположного пола. У мужчин... ну, наверное, тоже что-то загорается, здесь у меня как-то информации маловато. Но то, что динамика их существования, отношений, восприятия жизни повысится несказанно, сомнений не вызывает.

Совсем по-иному вы начинаете воспринимать мир, который понимаете заколдованным, — ну какие претензии могут быть к тому, кто болен! Сочувствие, сопереживание — это да, но вовсе не отрицание, а уж тем более не бегство от него.

Скорее, напротив, игра в «расколдун» неизбежно приведет к азартному движению как раз навстречу заколдованным объектам — ситуациям, состояниям, по сути — проблемам. Поверьте (проверьте), как это здорово — из монстра сделать принца, из болезни — радость, из ссоры — самые сладкие мгновения своей жизни!

Поддайтесь такому азарту, может, это самое здоровое состояния из всех, нам доступных. Движение навстречу всему! С распахнутыми объятьями и волшебной палочкой согласия внутри.

Придумайте свою собственную технику «внутреннего поцелуя». Я не знаю, как она у вас будет выглядеть, но ничуть не сомневаюсь, что навредить кому-либо глубоко интимным моментом внутреннего приятия вы не сможете. А вот оживить и приблизить — запросто. Только особенно не увлекайтесь, дальше прелюдии — ни ногой!

Напомню вам фразу Джебрана из прошлого занятия: *«Ваша радость — это скорбь, сбросившая маску»*, помогайте же Миру освободиться от той коросты, которую вы долго предполагали его истинным обликом. Помогите от нее очиститься и себе, так понемногу себя и полюбите, так принимать себя и научитесь. По расколдованному фрагменту, по обцелованному страданию. Это и есть дорога к себе.

— А, побывав в гостях у себя, — хохочет Дуррак, — не забудь вернуться обратно!

Непреренно, дружище, непременно. Но это уже совсем другая история — из тех, что у нас впереди.

---

## ВДОГОНКУ

---

Ну, и как самочувствие вашего Счастья после первых процедур? Говорите, получше уже? Попустило маленько? То ли еще будет. Ибо проктология, нами затеянная, еще только в начале своего неприличного, но неизбежно исцеляющего пути.

Еще не счесть, сколько открытий и откровений ожидают нас в *этом самом* сокровенном месте Счастья. Лишь треть всех уготованных мероприятий вами пройдена (хочется верить — пропущена через себя), самое главное и неожиданное впереди.

Вам еще предстоит узнать страшную правду о своих горячо любимых болезнях, которых, как оказывается, в природе не существует вовсе, равно как и вашего благословенного здоровья.

Вам не отвертеться познакомиться с тайным и неусыпным помощником своим — Дьяволом, извиниться перед ним за все проклятия в его адрес и благодарно пожать его натруженную заботой о роде людском когтистую лапу.

Мы вместе сделаем еще один шаг к вековой и сокровенной мечте человеческой — физическому бессмертию и по-детски доверчиво разрешим ему обрести вполне реальные, более того — ощутимые каждым очертания.

Самым решительным образом мы позволим заразить себя вибрацией смеха, согласившись сделать ее незатухающей и плавно нас трансформирующей. Широко распахнув объятия, мы выпустим себя в *канал смеха* — совершенно особое пространство изначальных вибраций, некогда организовавших нашу Вселенную.

И, наконец, начнем формировать свое новое сенсорное тело, *тело полной прозрачности*, для полноценного существования во Вселенной, организуемой нами заново.

Все это — закономерный результат исцеленного Счастья, его проктологии, качественно просмеянной и честно принятой. Более того — всего лишь малая часть от нее. Как много, оказывается, можно найти у Счастья в этом самом месте, если не испугаться пошарить там своей бесстыжей рукой!

— *Только будь осторожен!* — подозрительно заботливо смеется Дурак. — *Ведь у тебя все может получиться!*

Обязательно получится, если вы по-дурацки неосторожно отправитесь по этому пути дальше. Отборных грабель вам на нем!



**Школа Дурака** — это смелый шаг в сторону инволюции ментала, освобождения канала ощущений и перехода на интуитивный способ взаимодействия с Миром.

Задача школы — создание целостного и гармоничного Сознания, все составляющие которого совершенно равноценны.

Предлагается множество оригинальных авторских методик для реального включения в канал ощущений и его активного использования. В основе этих методик — совершенно новая концепция Мира и места человека в нем.

**Школа Дурака** — это игровой обучающий сентив-тренинг, на котором в предельно раскованной и неадекватной форме происходит передача знаний и технологий Школы, формируется интегральное состояние целостного мировосприятия.

**Школа Холистического Сознания**, постоянно действующая в г. Днепропетровске, проводит как регулярные стационарные занятия, так и выездные семинары для иногородних жителей.

**Более подробная информация  
по телефонам:**

**8 (056) 796-88-45 и 8-096-297-29-76  
для звонков по Украине**

**8-10-38-(056)-796-88-45 и +38-096-2972976  
для международных звонков**

**E-mail: alter\_shkola@ukr.net**

**Сайт Школы: <http://www.shkola-duraka.com.ua>**

**Телефоны организаторов в некоторых городах:**

**Москва:**

**8-10-7-(495)-509-28-42 и +7-926-826-05-90**

**Новосибирск:**

**8-10-7-(383) 20-80-187 и +7-913-894-68-68**

**Стерлитамак:**

**+7-927-235-64-29 и +7-905-309-94-43**

**Киев:**

**+38-067-758-10-08 и +38-097-507-81-88**

**Севастополь:**

**+38-050-290-53-24**

**Минск:**

**+375-29-77-56-777 и +375-29-333-4-777**