

СТРЕМЛЕНИЕ К УНИВЕРСАЛЬНОСТИ, АСПЕКТЫ ЦЕЛОСТНОСТИ, НЕЙТРАЛЬНОСТИ, ЦИКЛИЧНОСТИ.

Предлагается вариант действия на ближайшее время, заключающийся в том, что первоначально будет сформулирована некоторая цель и затем поэтапно будем пытаться вводить ее конкретизацию, проецируя все это на практику работы с собой. Цель очень простая в своей изначальной формулировке – стремление к Универсальности, но в этой простоте, как всегда, скрыта бесконечная сложность. Одно слово, одно понятие, одна категория, но за этим стоит все. Сегодня мы попытаемся сделать первый простейший подход к рассмотрению этого вопроса, не затрагивая многие глубинные аспекты, а взяв какое-то первое приближение, и попробуем оформить это первое приближение в словесное выражение или в понимание, восприятие, осознание. В качестве первого шага рассмотрения предлагается взять три взаимосвязанных категории, относящиеся к Универсальности: целостность, нейтральность и цикличность.

Мы обозначили глобальную цель, сформулировав ее как стремление к Универсальности. И теперь нашей задачей на достаточно продолжительное время будет попытка введения каких-то понятийных аспектов или их уточнение, или их осознание, или то и другое вместе, как единый процесс формирования собственной цели для каждого участника, принятия ее как осознанной необходимости, и на базе этого формирование тех или иных собственных понятийных аспектов с выходом на конкретный вариант самостоятельного действия, отражающего ваши осознанные стремления и ваш уровень понимания, с последующим анализом данного процесса с целью внесения в него необходимых корректив.

Мы обозначили цель, и сразу возникает вопрос, что это такое. С одной стороны, существуют различные формулировки универсальных аспектов, универсальных категорий, что делалось и делается во всех известных нам философско-религиозных системах, учениях, имеющих отношение к некоторым аспектам Универсальности, или отображающих эти аспекты на конкретном временном интервале и в конкретной ситуации. Степень осознания этих категорий, возможности их восприятия и интеграции в собственную систему понятий и представлений у каждого из нас сугубо индивидуальны, поэтому дать какие-то универсальные формулировки можно только в контексте достаточно узконаправленной системы понятий и представлений.

При попытке формирования более интегральных описаний они становятся достаточно общими, и поэтому для многих мало информативны. Это некие слова, некие описания, некие характеристики, которые могут оказаться для многих оторванными от их системы понятий и представлений или осознаваемого мировосприятия. Поэтому на первом шаге я не буду предлагать какие-то формулировки, а напротив, предложу вам к следующему занятию поискать различные варианты, характеризующие категорию Универсальности с тем, чтобы на следующем занятии, уже с первичным собственным вариантом изысканий, мы попробовали их обсудить, осмыслить и интегрировать. Поэтому сейчас рассмотрим более простой вариант, когда эта базовая категория будет подразделена на более простые, более понятные и более реализуемые в какой-то степени аспекты.

Попытаемся аппроксимировать сформулированную цель на себя, на собственную

систему понятий и представлений, стремлений, действий и возьмем конкретный локальный вариант реализации цели в виде процесса работы с собой. Требуется некоторое целостное его рассмотрение. Вы находитесь, условно говоря, наедине с собой, и вам необходимо охватить все окружающее вас и себя, как целое, одновременно интегрируя себя в глобальную систему как элемент, т.е. выделив центральную точку и некоторую зону охвата, как условно целостную систему. Т.е. первичный подход к этому действию сводится к попытке выделения некоторых конкретных характеристик, или области этих характеристик, которую вы в данном случае можете ассоциировать с собой, как сознательной личностью или сознанием, принадлежащим более глобальной системе. Теперь добавим, что действие выделения себя из окружающего пространства должно производиться максимально нейтрально и равновесно.

Очень просто сказать: «целостный взгляд», «целостный подход». Но при попытке реализации какого-либо варианта практического действия внимание почему-то сбивается на различные частности, локальные сегменты, не удерживая этот целостный подход. Если далее взять второй аспект – нейтральность – то эти два понятия окажутся взаимосвязаны. Нейтральность подразумевает то же самое. Это некоторая целостность. Одновременно необходимо выделить какую-то центральную (локальную) точку, но при этом удержать всю систему в целом.

Если мы говорим о процессе работы с собой, то, следовательно, любая процедура этого действия подразумевает наличие какой-то модели, которую вы пытаетесь реализовать или ассоциировать в рамках собственного сознания. Эта модель должна соответствовать реальному уровню возможностей, подразумевающему целостность ее охвата. Поэтому действие как таковое будет сводиться не к попытке что-то где-то создать, а к тому, чтобы в вашем осознаваемом модельном варианте, удерживаемом как некое целостное представление, суметь выделить модели действительно центральную позицию и ассоциировать ее с собой или выделить ее в рамках себя как этой модели.

Для того, чтобы это рассмотрение было менее абстрактным давайте возьмем простейшую модель в виде трехмерного креста, состоящего из трех взаимно ортогональных осей, имеющих общую точку. Это означает, что данная модель состоит не из трех отдельных элементов, а они являются единым целым, связанным через общий для всех центр. Соответственно, реальное действие подразумевает осознание этого факта, определенный вариант ассоциативного восприятия, видения, осознания или ощущения этой модели как единого целого. Значит система понятий и представлений обязана содержать в себе значение этой целостности, включая такие простейшие категории как невозможность отклонения положения отдельных составляющих модели (осей) от взаимной ортогональности, т.е. возможность какого-либо ее движения только как единого целого.

Нужно понимать, что модель станет объективной реальностью отнюдь не сразу, даже в таком простейшем варианте. Допустим, вы для себя определили данную модель, как некий первый шаг, первое действие, первую постановку задачи. Возможно, первые попытки ее целостного восприятия, осознания или моделирования будут неудачными, возможно в течение достаточно продолжительного времени. Т.е. при попытке такого рассмотрения эта модель может рассыпаться. Скажем, вы для себя сформулируете постановку задачи: взять модель, состоящую из одного элемента, представляющего собой взаимно ортогональную осевую конструкцию, и дальше пытаетесь ее реализовать в виде некоторого объективного процесса в рамках собственного сознания. Как очень часто поначалу оказывается, вместо охвата всей модели целиком в зону внимания попадает только отдельный ее сегмент, а все остальные теряются.

Например, стоит только попытаться акцентировать привычную позицию в виде какой-то доступной ассоциированной осевой категории, как все остальные пропадают из

зоны внимания. Также может случиться, что при реализации данного действия возникают множественные реакции в вашей системе. Все это будет говорить о том, что реально отсутствует целостное восприятие или осознание этой модели, несмотря на то что вам кажется, будто вы ее достаточно четко представляете и осознаете. Но это представление или осознание является пока сугубо внешним, и модель еще не поддерживается реально вашей системой, т.е. белковой периферией. Такая поддержка подразумевает, что на уровне периферических процессов, включая и процессы, связанные с ЦНС (центральной нервной системой), т.е. с сознательной деятельностью, модель может быть реально проявлена в виде объективного состояния или внутрисистемной корреляции этой белковой периферии. Только если (когда) вы сможете обеспечить процесс соответствующего внутрисистемного состояния в рамках корреляции с этой моделью, тогда эта модель станет объективной реальностью. До этого реализуются только какие-то фрагменты. Поэтому требуется первично максимально глубокое понимание и осознание аспектов, входящих в эту модель, характеризующих ее, описывающих или составляющих ее, как таковую, а также максимально четкое осознание или восприятие этой модели на каких-то поверхностных аспектах, включая зрительное или ассоциативное восприятие со стремлением к охвату ее целиком.

В этом плане может помочь прорисовывание различных деталей конструкции или строения этой модели или рассмотрение какого-то ее реального физического аналога в ассоциации с собой как единой, целой модели без потери фрагментов. В этом случае достаточно наглядно проявляется та или иная ошибка собственной системы восприятия или возможностей реализации. Потому что достаточно попытаться ассоциировать себя с какой-то внешней объективной моделью, как можно заметить, что часть сегментов этой модели начинает периодически выпадать из зоны внимания, и требуется суметь таким образом подстроить свое состояние, внимание и понимание, чтобы хотя бы в какой-то момент времени произошла фиксация этой модели как единого целого.

Далее, отбросив внешнюю модель, нужно попытаться сделать это самостоятельного в рамках своего внутреннего видения. Здесь термин «видение» употребляется для характеристики ассоциативного видения, построенного на базе внутреннего состояния или ощущения, которое ассоциативно *может* проявляться в виде каких-то зрительных ассоциаций, и наоборот, ассоциации *могут* вызывать зрительные образы (*но не обязательно это происходит именно так*).

Вполне возможно, что от первых попыток подобного подхода до первого отклика в системе хотя бы каких-то аспектов, соотносимых с адекватной реакцией, пройдет достаточное количество времени соответствующее, в рамках внутренней и внешней цикличности, смене определенных стереотипов на клеточном (белковом) уровне, и этот процесс может идти поэтапно, с каждым шагом вводя дополнительные возможности внесения уточнений и корректив в систему собственного восприятия и возможностей реализации модели в рамках собственной биологической периферии или, что более верно и более объемно, в рамках собственного периферического сознания. И только уже через какое-то время, когда эти процессы удастся ввести на уровне рефлексорных процедур, появится возможность целостной реализации предложенной модели.

При расширении модели или введении дополнительных ее уточнений процедура будет повторяться аналогичным образом. Внешнее периферическое осознание не будет на первых шагах поддержано собственной биологической системой при попытках реализации модели. Требуется максимально четкое осознание, учет внутренней и внешней цикличности этого процесса с тем, чтобы ввести осознанное или осознаваемое на уровень собственного периферического сознания, как фиксированной категории.

Процесс этот более чем непростой, и на первом этапе важно максимально четкое осознание смысла, цели и конкретики поставленной задачи. Важно отметить, что это

действие (процедура или процесс) должно проходить с опорой на ранее обозначенные универсальные категории, т.е. весь процесс мышления и действия должен быть реализуем в трансферическом контакте или взаимодействии с универсальными категориями, как с некой первоосновой или опорой, которая может быть ассоциирована любым доступным образом. Такой процесс будет поэтапно разворачиваться, формируя как моменты, казалось бы, достаточно четкого и конкретного варианта реализации поставленной задачи, так и некоторые зоны «отката», в рамках которых эта конкретика и реальность будут теряться до того момента, пока вы не окажетесь в зоне устойчивой фиксации осознанных категорий. Здесь требуется дополнительная система понятий и представлений, позволяющая сохранить целевую установку, избежать внесения каких-либо дополнительных нюансов, не соответствующих конкретике данной ситуации или варианта моделирования. С другой стороны, нужно суметь не отказаться от того уровня, который на данный момент будет осознан и фиксирован, чтобы не откатиться назад.

Другими словами, с одной стороны в рамках описываемого процесса конкретная модель, которую вы берете себе в качестве варианта практической текущей реализации, всегда для вас должна иметь некое целостное представление, а вот в процессе работы с собой вариант ее реализации или конкретизации может меняться в зависимости от конкретики ситуации или вашего состояния и доступных уровней. Очевидно, что совершенно абсурдной будет попытка ввести какую-то конкретику, если уровень собственного состояния по характеру динамических реакций или каких-то других особенностей собственного сознания или его биологической периферии будет выходить за рамки разумного. Вместе с тем, процедуру рассматриваемого действия нужно суметь вывести на уровень устойчивой цикличности, как в рамках внешнего цикла, т.е. цикла регулярности работы с собой, так и некоторого внутреннего цикла, подразумевающего введение цикличности в процесс сознательного, целенаправленного моделирования в рамках каждого конкретного подхода.

При этом, как в первом, так и во втором не следует подходить догматично. Всегда есть определенные флуктуации собственного состояния или внешней ситуации, подразумевающие невозможность, исходя из конкретных условий, реализации поставленной задачи. И в этом случае упорство является абсурдным. Например, будучи предельно уставшим, браться за попытку какого-либо конкретного моделирования нецелесообразно, потому что ничего, кроме дополнительной нагрузки или реакции собственной системы вы не внесете.

В этом случае более конструктивным будет пассивная релаксация или опора на некоторую внешнюю доступную адекватную модель, не позволяющую скатиться на посторонние мысли, действия или реакции. Здесь также очень важным будет вопрос нейтральности подхода к этому процессу, т.к. если ваши действия при реализации простейшей модели будут вызывать множественные внутренние реакции, то это будет означать, что уровень поляризации действия чрезвычайно высок и требуется пересмотр тех алгоритмов или конкретных подходов, которые реализуются. Аналогично, если возникают множественные периферические реакции, это может означать те же самые ошибки – недостаточную нейтральность.

Вопрос внутренних нагрузок при конкретном моделировании не является однозначным. В данном случае мы говорим о том, что неадекватным является любое полярное проявление этих реакций или нагрузок, т.е. такие реакции или нагрузки, которые не являются взаимно скомпенсированными, которые не имеют внутренней или внешней симметрии, характеризуются тенденцией к скручиванию, спирализации, связанную с потерей нейтральности, равновесия, симметрии, гармонии. Далее, говоря о нейтральности, следует учитывать и то, что такое действие, как акцент собственного центра или центра модели, должно быть максимально четко осознаваемым. Это значит, что во время самого действия необходимо максимально четко наблюдать происходящие

процессы, реакции и характер действия, а также успевать либо одновременно, либо постфактум анализировать эти процедуры.

Сегодня во время первичной настройки я вынужден был несколько раз акцентировать внимание на том, что необходимо более нейтрально и симметрично выделять собственный центр, потому что была очень ярко выраженная тенденция скатывания к зрительным ассоциациям или другим аспектам с нагрузкой по зоне мозговых отделов, выровнять которую почти до самого конца процедуры было невозможно. Т.е. попытка некоего ассоциативного восприятия или настройки у многих была сугубо поверхностная, т.е. большинство пыталось не просто ассоциировать себя с чем-то, а пыталось переместиться в какую-то точку или притянуть эту точку в себя, формируя тем самым некий процесс поляризации в жестко выделенном направлении, что и приводило к соответствующей реакции.

ПОВОРОМ ТЕПЕРЬ О ЦИКЛИЧНОСТИ.

По суточному циклу время работы с собой должно выбираться максимально адекватное для каждого так, чтобы в это время вы реально были в состоянии реализовать поставленную себе задачу. Далее, оно должно быть выбрано таковым, чтобы вы могли это реализовывать регулярно и устойчиво. И наконец, это время должно быть максимально нейтральным по каким-либо внешним процессам, вас окружающим, или по вашим внутренним физиологическим или психофизиологическим циклам.

Другой аспект касается внутренней цикличности в рамках конкретного действия. Объективно такая цикличность необходима, и выход на устойчивую внутреннюю цикличность процесса характеризует его уровень фиксированности или осознанности, т.е. это определенный внутренний этап. Ясно, что при освоении какого-либо нового варианта моделирования или его новых аспектов процедура может быть достаточно неустойчивой, иметь достаточно разные временные интервалы своей реализации, обусловленные тем, что данное действие проводится вами недостаточно адекватно, вызывая множественные реакции, и эти реакции и их проявление на уровне вашего периферического сознания будут вносить множественные рассогласования в этот процесс, приводя к тому, что в отдельные моменты времени у вас будет получаться реализовать одно число циклических повторений, в другой момент другое.

Поэтому, с одной стороны, нет необходимости стремиться к какому-то конкретному числу повторений, но с другой стороны, нужно стремиться к возможности осуществления устойчивого повторения этих циклов с тенденцией к известным вам категориям, характеризующим линейную цикличность.

Рассмотрим теперь вопрос о трансферическом контакте со структурными категориями, относящимися к Универсальности. Установление такого контакта может производиться в самом начале любого самостоятельного процесса работы с собой или процесса со-настройки, если на этом этапе данное действие является доступным. Но, как правило, на стартовый момент это действие реально доступным не является.

Любая со-настройка подразумевает выход на уровень взаимосоответствия хотя бы с какими-то обобщенными или с более конкретными категориями того информационного уровня, который берется в рассмотрение. И если попытаться сделать это действие, не уравновесив собственную систему, не погасив периферическую динамику, то ничего, кроме иллюзорности процесса со-настройки, не получится. Уровень взаимного соответствия будет характеризоваться только некими поверхностными, абстрактными, совершенно может быть и не имеющими отношение к объекту настройки категориями, которые будут моделироваться или ассоциироваться в собственном сознании.

Для того, чтобы действие по собственному уравниванию пошло адекватно, внутри этого действия должна быть четко осознанная и реализованная алгоритмическая характеристика, т.е. некая система понятий и представлений, четко фиксированная, четко ассоциированная с определенным алгоритмом действия и реализованная в системе уже как рефлекс. В этом случае процедура собственного уравнивания на уровне некой мотивации будет реализована однозначно, во всех же остальных случаях - это будет лишь весьма неопределенное действие в соответствии с теми понятиями и представлениями, которые в сознании фиксированы.

Уравнивание себя происходит сначала как акцент на себе с попыткой выделения себя, центра своей формы, и далее ассоциативное сопоставление этого центра с центром некой пространственной системы или более глобального уровня сознания. Эта процедура может быть значительно более короткой, если, как уже было обозначено, имеется какой-то фиксированный алгоритм. По мере собственного уравнивания может появиться возможность объективного проявления понятий и представлений, имеющих, пусть и приближенное, отношение к понятиям «равновесие», «гармония», «универсальность», «нейтральность».

Описанные процессы будут идти до того уровня, который реально доступен, т.е. будет поэтапно последовательное вхождение в некое условно нейтральное, равновесное, гармоничное состояние, доступное конкретному индивидууму в данный момент времени, и именно характер этого состояния, его уровень однородности и уровень синхронизации внутри системы будут определять тот предел адекватности, который может быть реализован. Следовательно, в рамках этого предела возможно будет произвести то или иное моделирование структурной категории, формы или образа.

Первичный аспект вхождения в трансферу с объектом (сознанием более глобального уровня), который, как мы можем предполагать, находится в зоне Универсальности, может быть осуществлен с опорой на оставленный им в нашем пространстве след, ассоциированный с этим объектом. Периферическим аспектом этого следа будет являться некий образ, но чем дальше от нашего времени был проявлен этот образ, тем менее достоверно дошел он до нас, и тем менее достоверно данный индивидуум соответствует сейчас этому образу. Тем не менее, некоторые обобщенные характеристики взаимосоответствия индивидуума и образа могут быть проявлены для первичного периферического ориентирования.

Осознание тех информационно-структурных категорий, которые были привнесены конкретной личностью, позволит произвести настройку на данного объекта значительно более адекватно, т.е. настроиться на смысловую идею, олицетворенную им в данном пространстве, как бы оттолкнувшись от некой периферической точки, которая первично доступна в виде внешнего или ассоциативного образа, фиксированного в вашем сознании. Если же первичный аспект (образ) использовать в качестве лишь зрительного ассоциата, то здесь и возникает достаточно выраженная поляризация собственных реакций и состояний.

Этот процесс так же, как любой процесс настройки на себя или вхождение в некое «рабочее состояние», обязательно будет поэтапным. По мере того, как будет реально достигнуто осознание такого подхода, появится возможность целенаправленного действия. В результате реализации этого целенаправленного действия появится возможность внесения корректив в осознанные категории. Так поэтапно, шаг за шагом, осуществляется движение с учетом того, что получение результата будет отделено от первичного осознания достаточно продолжительным временным интервалом, определяемым тем временем, которое необходимо будет потратить на адекватную попытку реализации осознанного с целью ее проявления и фиксации в собственном сознании и отображении этого на биологической периферии, т.е. введение ее в

состояние, в котором она будет способна в какой-то мере поддерживать осознанные категории и тем самым позволять материализовывать результат своего действия. В зависимости от степени адекватности подхода к этому процессу временной интервал может выражаться как неким вариантом «одномоментности», так и бесконечностью.

Нужно понимать, что выход на трансферический контакт со структурными категориями, относящимися к Универсальности - это задача, но однозначной возможности ее реализации на начальном этапе скорее всего нет, и такую возможность необходимо сформировать. Если первично имеется только осознанное стремление к Универсальности, то его осуществление требует, кроме всего прочего, пересмотра множества собственных понятий и представлений и собственных проявлений, направленных на достижение взаимосоответствия себя (всех своих проявлений) с теми категориями, к которым формируется стремление. Необходимо четко соотносить эту задачу с конкретным собственным состоянием и имеющейся системой понятий, проводить анализ результатов и возможностей реализации этих понятий в конкретной процедуре действия, а также коррекцию собственных представлений и алгоритмов. И если этот процесс будет максимально четко сформулирован, сформирован и реализован, то рано или поздно результат этого действия будет проявлен.

Рассмотрим теперь, как можно сформировать те или иные ориентиры, критерии, дающие возможность прямой или косвенной оценки адекватности собственных действий.

При выделении себя из окружающего пространства (как локально целого из более глобальной целостной системы) важно сохранение осознания того факта, что вы являетесь неотъемлемой частью этого пространства, т.е. производится действие как бы условное, ограничивающее аспект рассмотрения определенным кругом процессов, состояний или характеристик. Выделение центральных аспектов объекта (себя) неразрывно связано с необходимостью введения системы координат, потому что попытка выделения некоего локального центра в собственной системе без введения дополнительных ориентиров будет опираться лишь на проявленные собственные характеристики.

Почему это так происходит? Если в структурной форме будет наблюдаться нарушение центровки системы, то ваше внимание будет скатываться либо в зону максимального сигнала, либо в зону минимальной структурной плотности, тем самым усиливая и подпитывая зону повышенного внимания. Поэтому действие выделения себя или собственного центра должно быть дополнено ассоциативным сопоставлением выделенного объекта с первично трехмерной системой координат, как минимум, где центральная точка собственной системы соотносится с центральной точкой системы координат. Сложность заключается в том, что эта трехмерная система координат должна представлять собой единое целое, а не отдельные осевые направления.

Мы говорили о том, что действие должно быть нейтральным. Понятие нейтральности подразумевает, что вы с одной стороны совершаете действие, а с другой стороны его не совершаете. Эти две позиции должны быть совмещены и соответственно осознаны. Т.е. должна быть сформирована некая осознанная мотивация, имеющая образ, понимание и осознание модели, и эта мотивация должна привести к реализации этой модели. Если же вы попытаетесь директивным образом ввести модель в систему, то, как правило, это будет соответствовать тому, что вы вносите в систему определенный уровень поляризации, пытаясь эту модель проявить. Задача состоит как раз в обратном. Нужно, чтобы уровень мотивации и уровень осознанности, будучи поддержанными собственным сознанием как средой, в которой эта модель *может* себя реализовать, позволили бы ее проявить.

Ваше состояние представляет собой некоторую среду, которую можно

ассоциировать, допустим, с водной средой, и эта среда имеет какие-то внутренние волнения или колебания, т.е. внутренние несогласованности некоего уровня (фиксированного для вас на данный момент). В процессе осознания, ассоциирования модели вы можете пытаться ее увидеть или ощутить. Если это приводит к тому, что проявленная модель подвергается имеющимся колебаниям вашей внутренней среды, вовлекается в них, то, следовательно, вы пытаетесь моделировать на уровне динамических категорий, а требуется суметь проявить модель таким образом, чтобы никакие колебания внутренней среды не вызывали модификаций модели. Нейтрально проявленная модель должна оказаться вне поверхностной динамики среды. Если это удастся, то действие можно считать достаточно адекватным, и такая модель будет реально более устойчивой, более стабильной, и будет вызывать значительно меньшее количество побочных реакций и в сознании, и в биологической периферии. Достичь этого бывает не так просто, поскольку это требует гашения собственной периферической динамики, минимизации реакций на внешние и внутренние процессы, остановки потока мыслей с достаточно высоким уровнем качества и снижения общего уровня поляризации сознания.

Давайте рассмотрим стандартный пример работы с собой. Первично делается акцент на себе, выделение центральной точки, ассоциированной с системой координат, т.е. с трехмерной моделью, далее идет процесс выделения центральной точки на уровне удержания всей модели целиком (удержание здесь не совсем верное слово, это скорее смысловое понятие о том, что модель есть, ее не обязательно в данном варианте однозначно четко видеть, но подразумевается, что модель целиком есть, вы ее не теряете из осознанного восприятия) и на фоне этого вы выделяете конкретную локальную точку, т.е. акцентируете ее, т.е. вы концентрируете внимание в определенной степени на этой точке, не теряя целого.

Далее точно так же нужно распространить свое внимание на следующий уровень модели, в данном случае на три взаимно ортогональные оси, которые и до этого были в сознании как модель, но теперь вы их акцентируете, сохраняя центральный аспект на зоне их пересечения, т.е. на центральной точке этой модели. При этом требуется суметь не делать зрительный акцент на этой точке, она должна быть ассоциирована, т.е. вы центр этой системы, этой модели и вы - целиком эта модель. Весь процесс идет с рассмотрением или с вниманием через центральную позицию, центральную точку собственной системы.

Самое сложное здесь - это «не выпадать» на те или иные периферические ассоциации, периферические рассматривания. Стандартному варианту нахождения в этой области процесса соответствует определенный уровень равномерности ощущений в собственной системе, отсутствие акцента на «малом фаге» (зоне гипофиза) и состояние, которое обычно обозначают как включенность ног, т.е. некие процессы, проходящие в ногах и ощущаемые как вибрация. Все это должно быть максимально нейтрально, максимально симметрично, максимально синхронно.

Далее требуется вернуться в центральную точку сняв акцент со всей модели, но модель как таковая остается, т.е. просто смещается акцент собственного внимания, не теряя всей модели. Попутно необходимо наблюдать происходящие реакции в системе с целью оценки адекватности собственных действий и введения необходимых корректив в эту процедуру. Затем, когда вы фиксировали точку, отпустив всю модель, нужно отпустить и эту точку. При этом модель как таковая, абстрактно, остается, она никуда не исчезает - вы просто перестаете ассоциировать себя с этой моделью.

Процесс повторяется через тот интервал времени, который позволит реакция системы. В идеале процедура проявления модели идет непрерывно, но это возможно только в том случае, если удалось: а) погасить множественные реакции (а это возможно

только за счет максимального уровня нейтральности реализации процедуры), и б) вывести данное действие на определенный рефлексорный уровень, уже фиксированный и осознанный как некоторая реальность.

Важным аспектом, как уже было раньше отмечено, является нейтральность модели по отношению к происходящим в вашей системе процессам и флуктуациям состояния. Если формируемая модель подвержена влиянию динамического характера, следовательно, и само моделирование идет на этом уровне, и, следовательно, эта модель будет не устойчива и не жизнеспособна и будет однозначно приводить к множественным искажениям собственной структуры, за которую держаться смысла нет. Поэтому, как только модель проявлена, ее нужно отпустить.

Ясно, что цикличность данного процесса будет определяться уровнем реальных возможностей. Если адекватность действия невысока, то произвести хотя бы одно действие в рамках единичного подхода к работе с собой будет пределом возможностей. По мере преодоления ошибок появится возможность повторить этот процесс за один подход работы с собой несколько раз. И только тогда, когда степень адекватности выйдет на определенный уровень, этот процесс станет циклически управляемым, т.е. вы сможете производить его в управляемые сознанием временные интервалы, с определяемой уже вами скоростью, необходимой для тех или иных конкретных целей и задач, формировать определенное, конкретное число повторений, и тогда появится возможность синхронизации этого действия с дыханием. Таким образом, синхронизация моделирования с дыханием или другими внешними дополнительными процессами может быть поставлена как задача, но практическая реализация будет возможна только тогда, когда осознанный и реализованный алгоритм будет фиксирован на хотя бы каком-то рефлексорном уровне.

Можно поставить себе некоторые задачи, но стремление к их реализации не должно быть догматичным. Для их решения должен существовать определенный уровень не только понятий и представлений, но и возможностей, которые бывает необходимо сформировать. И поскольку мы затронули процесс работы с собой или определенный цикл, то имеет смысл дополнить его еще одним моментом. Под термином «удержание» понимается определенный акцент внимания в течение конкретного промежутка времени на том действии, которое производится, или на той модели, которая проявляется или ассоциируется, до того момента, пока данное действие не становится бессмысленным.

Т.е. зона удержания или интервал удержания определяется степенью стабильности, нейтральности и равновесности формируемой модели. Если модель не имеет этих характеристик, то пытаться ее удержать абсурдно. Это то же самое, что повиснуть на крыльях мельницы, она повернет вас вместе с собой. В данном случае момент удержания будет кратковременным. А если модель становится стабильной и устойчивой, то временной интервал удержания может быть достаточно существенным, включая и то, что, проявив ее, удерживать ее как бы не надо, достаточно только периодически ассоциироваться с ней или вносить какие уточнения в это представление или ассоциацию. Поэтому момент удержания - это интервал, в течение которого модель сохраняет свои устойчивые характеристики.

Если интервал времени, сохраняемый моделью в виде собственного запаса устойчивости, присутствует, то при работе с другим объектом процесс удержания становится уже более значимым фактором. Действительно, в рамках собственной системы сознания модель имеет один уровень или временной интервал устойчивости. Однако, при нахождении в трансферическом контакте с неким вторым объектом, временной интервал этой устойчивости может быть резко сужен и даже сведен до нуля в зависимости от взаимосоответствия структурных аспектов.

Поэтому здесь аспект удержания сводится к тому, что при введении структурной модели в зону трансферы требуется кратковременное акцентированное ее удержание, но с учетом всего ранее сказанного, до того момента, пока в уже объединенной системе не пойдут реакции. Удерживать в процессе реакций бессмысленно. Более целесообразно сбросить и повторить. Каждое такое последующее действие может позволить увеличить временной интервал удержания, т.е. временной интервал в течение которого модель еще не будет иметь достаточных искажений и будет оказывать свое действие в зоне трансферического контакта, привнося модификацию в состояние.

Здесь, как недостаточное, так и чрезмерное время удержания будут уходить от оптимума взаимодействия. В случае работы с другим объектом временной интервал после проявления и удержания модели может быть значительно больше по длительности, чем при работе с собой, поскольку при работе с собой есть определенный уровень взаимной согласованности между сознанием, стремлением и реализацией, а при моделировании в трансфере с другим объектом присутствует составляющая, которая этих характеристик согласованности может не иметь на первом этапе.

МОДЕЛИРУЕМЫЙ ОБЪЕКТ МОЖЕТ БЫТЬ ИЗ ЛЮБОЙ СФЕРЫ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА?

Вот моя универсальность в этом мире... Задачи, которые так или иначе приходится решать, я хочу решать в гармонии с окружающим миром, и соответственно, я себя и позиционирую, как гармоничное включение в целое. Но это включение может быть умозрительное или на уровне какого-то действия, или работы, которую я выполняю. И для того, чтобы моя работа была успешна, я этот объект ввожу и себя в этот объект, как центральная составляющая этого объекта, и его соотношу уже с внешним миром.

ПОЭТОМУ ЛЮБОЙ ОБЪЕКТ ТАКИМ ОБРАЗОМ МОЖНО ФАКТИЧЕСКИ ОРГАНИЗОВАТЬ В ЭТОМ ПРОСТРАНСТВЕ?

Первое, это то, что любые категории, объективно соотносящиеся с понятием Универсальности, не могут привнести диссонанс или конфликт во внешнюю среду. Поэтому, если твои действия привносят возмущение во внешнюю среду, то они к этому понятию отношения не имеют.

Второе, не во всякую среду или не во всякий объект реально можно привнести некую Универсальность, к этому можно стремиться, но это не означает, что это можно реализовать. Потому что реализовать это можно в первую очередь в том случае, если это реализовано в себе. Если это в себе не реализовано, то говорить о реализации этого в чем-то не приходится. Поэтому можно только говорить о некотором стремлении или даже только попытке стремления к Универсальности, и в рамках достигнутого внесение в окружающее пространство того, что достигнуто.

Если же реально достигнутое характеризуется понятием ноль или близким к нему, то говорить о внесении каких-то адекватных аспектов в окружающее пространство не приходится. Т.е. принцип старый: если ты смог упорядочить себя, то ты получаешь возможность упорядочивания окружающего пространства. Если ты смог сделать какой-то шаг в сторону Универсальности, то ты можешь предложить или попытаться интегрировать эти категории в окружающее тебя пространство. Все взаимосвязано.

Можно говорить о некоем стремлении к Универсальности, но это не значит, что это стремление будет хоть в каком-то аспекте присутствовать, могут быть только слова, мечты, желания. Каждое такое действие должно быть подтверждено адекватными собственными проявлениями в первую очередь внутри себя и, уже как следствие, во вне. А вот если первоначальное стремление будет во вне, то во вне и будет идти только то,

что есть в себе сейчас, и ничего больше. Во вне можно привнести что-то только в том случае, если это «что-то» сформировано внутри.

Точно так же, как сегодня характер нашей встречи достаточно отличается от всех предыдущих, только по одной простой причине, что появилась определенная возможность реализации данного действия. Если бы этой возможности не было, то и этого действия бы не было. Можно желать, можно мечтать, можно стремиться, но не иметь возможности. Поэтому привнесение чего-то куда-то возможно только тогда, когда оно есть внутри, и тогда его можно не привнести, а проявить в окружающем пространстве.

Думаю, что мы будем еще неоднократно возвращаться к тем вопросам, которые мы сегодня затронули, потому что при всей внешней простоте тех или иных слов, как сам факт осознания, осмысления того, что за этим стоит, так и факт их реализации имеет очень серьезные сложности. Поэтому, пока проявлена некая мотивация, некое стремление, а дальше требуется определенное подтверждение, ассоциация, соотнесение себя с этим и попытка реализации в рамках собственного сознания. Т.е. нужно сделать хоть какой-то собственный внутренний шаг к тому, чтобы иметь основание для каких-то собственных факторов внутреннего осознания, осмысления и подтверждения того, что осознано.

Мы сюда приходим, что-то слушаем, что-то пытаемся по-своему делать, но важно, чтобы то, что мы осознаем, имело вложение в наше действие. Неважно, в каком аспекте. Либо в аспекте работы с собой, либо в аспекте осмысления окружающего мира и себя, либо в рамках той или иной жизнедеятельности. Важно, чтобы это приводило к определенным изменениям, и эти изменения имели хотя бы более менее выраженную направленность в сторону гармонизации с пространством, в сторону повышения внутреннего равновесия, гармонии, нейтральности, и чтобы это было для вас как минимум наглядным, а не абстрактным, т.е. имело отображение, проявление либо в вашем состоянии, либо в ваших мыслях, либо в ваших проявлениях в окружающем пространстве, либо уже в результате ваших осознанных действий изменялось окружающее пространство в том или ином аспекте. В противном случае все это будет терять свой смысл.

- Мне кажется, что нужно вообще пересмотреть свое отношение к методике восприятия. Мы привыкли воспринимать так: от частности к общему. Мы собираем информацию, какие-то конкретные вещи, и после этого есть надежда, что с течением времени все это сложится в некую картину. Но мне кажется, что возможен другой путь, когда мы, пускай не конкретно, но знаем какие-то общие моменты, такие объемные, но не конкретные. Постепенно, с собственным движением, мы эти общие, абстрактные, может во многом непонятные вещи, начинаем наделять какими-то нюансами, возникают какие-то конкретные вещи, которые позволяют внести детализировку в эту картину. Т.е. мы знаем что-то вообще, а в течении жизни, при развитии мы начинаем видеть в этих общих вещах какие-то дополнительные аспекты, что-то конкретное, при этом у нас эта изначально общая картина всегда есть, мы ее просто дополняем. Такой подход от общего к частному мне кажется более правильным, потому что мы изначально закладываем какие-то глобальные позиции, и в ходе своего развития мы эти позиции просто разворачиваем в себе, начинаем их понимать, происходит их адаптация. Какие-то нюансы все равно остаются за кадром, но в принципе, на протяжении всей жизни мы многие вещи конкретизируем, при этом эта база, эта основа должна быть неизменной, она просто обрастает нюансами. Например, нам сначала говорят, что такое хорошо, что такое плохо, т.е. хорошо – это вот это, а плохо – это вот то-то. Потом мы начинаем думать, почему это хорошо, а это плохо, почему хорошо вот так. А когда все идет от биологии, физики, химии, правил русского языка и т.д., то мы потом ничего не помним, получается какая-то каша, и мы все равно приходим к тому, что сами, кто как может, воспринимаем какие-то

глобальные вещи и их уже пытаемся как-то притянуть к реальной жизни, но у нас ничего не получается или получается хаос, который мы имеем.

- Мне кажется, что когда произошло разделение религии и науки, то религия стала давать более глобальные понятия, а наука как бы развивала их, помогала понять, а потом они так и разделились.

- Думаю, что это произошло как естественный процесс потери целого и выпадение в частности, где можно было за что-то зацепиться. Поэтому и сейчас в определенной степени, пройдя какие-то частности, набрав какой-то опыт, информацию предлагается попытка интеграции, т.е. объединения этого в общую модель, поэтому мы и пытались рассмотреть некие отдельные понятия и представления об окружающем нас пространстве, а теперь пытаемся подвести под это рассмотрение еще один уровень, т.е. некое понятие Универсальности, которое на данном уровне нашего развития в полной форме не развернуть и не отобразить.

- Здесь как раз и есть что-то неверное. Мы не должны подводить это новое понятие под то, что мы уже наговорили. Надо то, что мы уже наговорили бросить пока, но не выкидывать, и попытаться определить более глобальных вещи, первопричину, а потом уже взять все то, что мы отложили и «подставить».

- Я бы сказал немного не так. Если есть определенный набор обособленных, локальных понятий и представлений, то взяв за базу какую-то глобальную концепцию или понятие Универсальности, как первооснову, можно попытаться интегрировать эти все составные элементы в единое целое. Т.е. фактически процедура сводится к тому, что идет два встречных процесса: с одной стороны, конкретизация каких-то позиций, а с другой стороны, попытка постоянной интеграции и формирование неких базовых ориентиров. Потому что любая конкретика имеет смысл только будучи частью глобального целого. Именно поэтому и было сформулировано предложение к рассмотрению, и теперь задача будет поэтапного движения. Это отнюдь не простой процесс, особенно учитывая то, что априори здесь, не реализовав эту Универсальность в себе, сформулировать, что это такое, невозможно. Любые формулировки, которые на сегодняшний день присутствуют или будут присутствовать, они присутствуют на нашем уровне, т.е. вне зоны Универсальности. Следовательно, это определенные аспекты, определенные Ее фрагменты, и задача - суметь это собрать в себе, первично набрав некоторые понятия и представления, некий информационный потенциал, а далее суметь его преобразовать в единую систему. Т.е. сформировать или сформулировать первично стремление к Универсальности, включая все составные элементы своего движения в это понятие, и интегрировать их, тем самым иметь еще раз возможность взглянуть на все то, что с вами происходит со смысловых позиций. В результате получить еще один шанс отбросить лишнее или сориентировать более четко собственные действия с тем, чтобы, если не сейчас, то в перспективе получить возможность реализации понятий и представлений, характеризующиеся таким термином, как Универсальность. Поэтому первично нужно сформировать стремление, подводя понятийную основу и подводя определенными действиями себя, как фактор реализации этого стремления.

- Тут существует еще такая сложность. Мы говорим – стремление к Универсальности. Но я уверен, что каждый из здесь присутствующих понимает слово Универсальность по-своему, и общение поэтому не удается. Мы не говорим о том, что такое Универсальность.

- Понятие Универсальности — это целая система, и каждый из нас должен приложить какое-то усилие, чтобы создать для себя понятие Универсальности, как некой системы, что-то вложить в это, а уже в дальнейшем обсуждать какие-то нюансы.

- Суть сводится к тому, что, если данная категория напрямую проявлена быть не может и не может быть вербализована одной фразой, одной формулировкой как единое целое, следовательно, нужно попытаться сформировать какое-то понятие и представление об этом, т.е. создать объемное или псевдообъемное представление, хотя бы для начала многогранное. Нужно взять и попытаться найти какие-то отображения этого объекта. И этот самостоятельный выбор будет отражать собственную систему понятий и представлений, ведь каждый будет искать там, где ему привычно, доступно, понятно, и это будет проявлять конкретного объекта.