

**ИЛЬЯ БУКРЕЕВ**

# **ЧЕЛОВЕК**



## Оглавление

|   |    |
|---|----|
| Введение .....  | 2  |
| Соотношение реальности и мысли.....                     | 3  |
| Красота .....   | 5  |
| Движение жизни. От спринта к сфере.....                 | 6  |
| Смысл жизни.....  | 7  |
| Триединое основание .....                               | 9  |
| Страдание.....  | 10 |
| Неудачи .....   | 11 |
| Делай, что хочешь .....                                 | 12 |
| Корпус.....   | 13 |
| Великий враг .....                                      | 14 |
| Отношения среди людей .....                             | 14 |
| Семья .....   | 14 |
| Качество. Золотое правило.....                          | 16 |
| Убеждения .....   | 16 |
| Чувства.....  | 18 |
| Чувство собственного величия.....                       | 19 |
| Эго .....   | 20 |
| Обычный человек.....                                    | 22 |
| Учитель .....   | 22 |
| Долги .....   | 23 |
| Относительная мораль .....                              | 24 |
| Уловки и манипуляции .....                              | 24 |
| Голос тех, кого нет.....                                | 27 |
| Человек-функция – человек-творец .....                  | 28 |
| Убей в себе раба .....                                  | 29 |
| Трата времени или пара слов о деньгах и искусстве ..... | 29 |
| Человек - носитель культуры.....                        | 31 |
| Личность и культура .....                               | 32 |
| Культура, как кумир .....                               | 32 |
| Организация.....  | 32 |
| Последняя глава .....                                   | 34 |

## Введение

Никогда ещё на одно поколение не приходилось столько перемен.

В 20 веке поэтапное эволюционное развитие цивилизации сменилось революциями. В сколь разносторонних областях появилась приставка «революция» – политическая революция, сексуальная революция, революция в медицине, кремниевая революция, революция коммуникаций, революция глобальной торговли, революция в энергетике. От полета на бипланах до полета в космос прошло всего-то полвека.

С началом 21 века революционные изменения преобразовались в непрекращающуюся серию революций, эдакую революционную эволюцию.

Теперь вообразите пропасть, которая разделила поколения в эпоху ускорения. Наши прадеды были безграмотны, на дворе феодализм, большинство жило в избах с перегородками из занавесок, крестьяне тяжело работали на земле, а пролетарии надрывались в сменах по 16 часов без выходных, голод и чудовищная детская смертность были привычны. Мир для прадедов ограничивался деревней, где родился там и пригодился. Деда уже слушали радио, массово получили школьное образование, жили в бараках и коммунальных квартирах на несколько семей, на их долю выпала бойня тотальной войны и тяготы тыла. Отцы после трудового дня могли расслабиться у телевизора в отдельных квартирах, покупали первые автомобили, в отпуск летали на реактивных самолётах, много читали, узнали о жизни в других странах, задумались об индивидуализме и свободе, пусть и не видели свободы своими глазами. Детям неведом дефицит, интернет перестал быть игрушкой, став жизненно необходимой средой, дети скептически настроены к высшему образованию, а музыка, фильмы, одежда и смартфоны неотличимы от музыки, фильмов, одежды и смартфонов их сверстников по всему земному шару.

Сегодня человечество выходит на порог технологической сингулярности, момента, когда машины и нейросети смогут замкнуть развитие на самих себе, в значительной мере исключив человека из технологической цепочки производства и науки.

Достижения в области медицины сулят забвение такого явления как неизлечимая болезнь. Обширные исследования перспектив использования стволовых клеток и технологии выращивания органов из тканей пациента, вкпе с методами изменения генома и другими инновациями позволят увеличить срок жизни, превысив среднюю отметку в сто лет, при сопутствующем увеличении длительности молодости, а новорожденные будут в значительной степени избавлены от риска врожденных заболеваний и инвалидности.

Уже сегодня с помощью нейроимплантов люди излечиваются от болезни Альцгеймера, а потерявшие конечности инвалиды обретают возможность полноценной жизнедеятельности благодаря бионическим протезам. Исследования мозга, физиологии мыслительного процесса и изучение нейропластичности создали технологии, которые обещают мысленное управление техникой. Не далек момент, когда создаваемые сегодня прототипы вживляемых в мозг микроскопических устройств откроют эру симбиоза машины и человека.

Несмотря на многочисленные форумы перспектив развития технологий, предсказания практиков и визионеров, зачастую прогнозы будущего человечества под воздействием столь революционных технологий не только туманны, но и разнятся (взять хотя бы пессимистов и оптимистов развития искусственного интеллекта). Вообще-то неспособность заглянуть в будущее естественна, ведь оценка стольких факторов не под силу человеческому мозгу.

Перечисленные изменения преобразят нашу жизнь в ближайшие тридцать лет. Отсутствие четкой картины будущего на такой короткий срок не может не пугать.

Тревожит и другое. Во-первых, физиология человека за ближайшие сто тысяч лет не претерпела каких-либо кардинальных изменений, в том числе наш с вами мозг. Содержимое черепа охотника за мамонтами, строителя пирамид, варвара за рейнской границей, раба на плантации нового света, художника-импрессиониста, лётчика сверхзвукового истребителя и пользователя социальной сети абсолютно идентично, однако сложность и объем задач, которые они призваны выполнять, совершенно несопоставимы. При довольно пассивной линии развития мозга и его способностей, мы наблюдаем резко взметнувшуюся кривую прогресса, возросла и нагрузка на интеллект. Данная диспропорция обескураживает.

При этом наши личности есть настолько бессистемно замешанная веками солянка из культуры, традиций, религии и предрассудков, что люди теряются ответить себе на основополагающие вопросы бытия. Если мы не очистим мышление от мусора и не приведём к осознанному состоянию жизнь, грядущие технологические революции просто перемелют наши личности. При отсутствии времени для мышления, которое крадет информационное изобилие, и исчезновении угроз выживанию, инфантильное человечество обрекает себя на деградацию. Со временем меньшинство, устремленное к развитию, а главное, способное его обеспечить ресурсами, отмежуетя от аморфного малограмотного большинства с синдромом дефицита внимания. Так современный человек эволюционирует в два новых подвида, граница между которыми будет не только в уровне достатка, но в измененной физиологии и способности оперировать знаниями.

Эта книга создавалась не для того, чтобы учить. Для освоения знаний и появления навыков недостаточно прочесть книгу или сходить на тренинг, даже самый искусный и талантливый. Эта книга нацелена побудить крепко озадачиться, поставить под сомнение убеждения и начать искать. Далее представлены рассуждения о человеке и его месте в мире. Не принимайте на веру прочитанное, сомневайтесь, изучайте сторонние источники.

### **Соотношение реальности и мысли**

Закройте глаза.

Вообразите вилку, которой ежедневно обедаете, либо другой предмет вашего ежедневного обихода. Мысленно изучите вилку, покрутите, как трехмерную модель. Вспомните отдельные элементы, которые дополняют образ вашей вилки. Продолжайте уточнять детали, пока не станете уверены в том, что больше нельзя вспомнить новых особенностей и, следовательно, вы имеете в голове максимально полный образ.

Теперь сходите и возьмите в руки вашу обеденную вилку. Вглядитесь в очертания, узор и гравировку на ручке, засечки на зубцах, возможно, один из них чуть погнут, почувствуйте вес и прохладу металла, всмотритесь в блеск полировки. Много ли набралось признаков, упущенных или искаженных вашей памятью? Воспользуйтесь лупой, а лучше микроскопом, и поверхность вилки откроется вам на ином уровне, недоступном для обычного восприятия.

Вопрос: одинаковые ли вилки мы имеем в первой, воображаемой, и во второй, реальной, вариациях? Нет, потому что список различий у многих наверняка окажется больше списка сходств.

Мы изучили знакомый предмет, используемый ежедневно, а ведь люди вынуждены взаимодействовать с более сложными объектами, например, действиями людей. При сличении произошедших событий в реальности и запомнившегося образа, не то, что мелкие, подчас основные детали могут вовсе не совпасть. Все оттого, что реальность и ее мысленное отображение не идентичны друг другу.

Любой увиденный предмет и связанные с ним действия конструируются в мозгу посредством иерархии образов. От наиболее общих в основании до конкретных мельчайших признаков на вершине, они наслаиваются точно слоеный пирог. Сперва мы узнаем в предмете форму и размер (шар, овал), следом конкретизируем очертания (круглое яблоко, вытянутая груша или двудольный персик). Узнаем размер (с ладонь, с человека, с дом). Дальше цвет (предположим, зеленый), затем мы не видим, но обращаемся к образам других зеленых яблок и наслаиваем деталь о кислоте вкуса, по коже и ее повреждениям судим о зрелости плода, и так далее. Порядок создания образа приведен условный, главное, уяснить его построение от общего к специальному. Важно отметить и то, что образ формируется во многом не только посредством органов восприятия, но опытом, предыдущими образами. В мозгу хранятся множества дублирующих образов, и чем чаще мы взаимодействуем с предметом, тем больше образов этого предмета накопится в нашей голове. Это позволяет безошибочно и быстрее узнавать знакомый предмет (походку любимого человека в толпе вы узнаете задолго до того, как увидите лицо). Процесс сборки образов происходит в мозгу настолько стремительно, что кажется одномоментным. Система создания образа объекта необходима прежде всего для прогнозирования действий по отношению к этому объекту. Выбирая букет, человек не возьмет увядшие цветы, оттого что они не понравятся его партнеру и вряд ли долго простоят в вазе.

Теперь подумайте о каком-либо вашем страхе. В красках. Воспоминание начинается с завязки полной тревожности, вдруг происходит некий инцидент, который запускает вереницу ужасных последствий. А уж варианты последствий и степень их разрушительности люди способны прокручивать в голове день и бессонную ночь. Возьмем для примера аэрофобию: Вылет завтра. Вы идете по трапу, садитесь с кресло. Через пару минут вы поднялись в воздух, тревога на пике, салон резко встряхнуло и началось...

Теперь экстраполируйте пример с вилкой на ваш страх.

Человек перед встречей с тревожащей ситуацией моделирует в разуме варианты развития неблагоприятных последствий после встречи на основе коктейля из недостоверных данных, что находятся сейчас в голове (новостные выпуски об авиакатастрофах, форум в интернете, выдержки из услышанных рассказов, несколько просмотренных фильмов), и гормонов. Зачастую боящийся перелетов человек понятия не имеет, как устроен самолет, как его обслуживает перед вылетом конкретная авиакомпания, а, главное, у страшщегося нет компетенции оценить риски, которые объективно возникают, исходя из технического износа техники и компетенции экипажа.

Таким образом, люди пугаются не конкретного явления, объекта или ситуации, а плодов фантазии о вероятном неблагоприятном исходе. Они страшатся собственных иррациональных предсказаний, произведенных на основе недостоверных данных.

Окружающие нас люди тоже интеллектуальные объекты в нашей голове. С момента первого знакомства мы собираем образы собеседника в нашем мозгу и дополняем их на протяжении всего времени общения, и этот процесс продолжается каждую новую встречу. Однако, стоит учесть, что в отличие от предметов, человека характеризуют не столько физические параметры, сколько поведение. Поступками и словами человек передает социальную информацию остальным членам общества, например, посредством звуковых волн определенной тональности, движений тела, набора письменных знаков, перемещений материальных объектов и т.д. В свою очередь, получая информацию, мы пытаемся собрать в голове образ транслируемого послания, соотнести поведение говорящего и свое поведение в этот момент, замечаем реакцию, подтексты, чтобы понять, какое истинное послание нам транслируют, а главное какое поведение нам продемонстрировать в ответ. Чтобы показать, насколько сложную работу проделывает мозг при коммуникации, приведем пример: Первый этап, Субъект 1 формирует в мозгу интеллектуальный образ (мысль) из того ограниченного набора деталей-образов, который у него имеется. Второй этап, Субъект 1 избирает приемы воздействия на реальность, сообщающие о задуманном интеллектуальном образе (издает звуковые волны). Третий этап, Субъект 2 наблюдает поведение Субъекта 1, декодирует звуковые волны в образы. Четвёртый этап, Субъект 2 создает целостный интеллектуальный образ мысли Субъекта 1, из того ограниченного набора деталей-образов, что имеется у него, дабы суметь интерпретировать действия Субъекта 1 и решить, как поступать в ответ. От совпадения наборов образов в головах собеседников зависит понимание мыслей друг друга. Для этого создано унифицированное образование и точные термины, формулы, правила. Без данных унифицированных образов невозможна точность в коммуникации, которую требует наука.

Нарушение коммуникации у людей может начаться с самого первого этапа, когда ограниченность познания либо знаний создает неверный образ. На втором этапе у человека может не хватить навыка или опыта владения инструментами поведения (малый словарный запас, неуклюжесть, стеснённая мимика и т.п.). На третьем этапе может нарушиться восприятие (первый крикнул: «Волк», а другой услышал: «Вол» или один вскинул руки для объятий, а другой увидел замах). На четвертом этапе интерпретация может нарушиться из-за культурных особенностей (христиане с вином совершают обряды, мусульмане за вино наказывают), из-за слабого наполнения интеллекта, ожидания могут повлиять на сборку принимаемой информации.

Исходя из интерпретируемого поведения, мы формируем образ человека. Однако, представляется мало осуществимым создание верного образа при столь многочисленных для этого препятствиях. Данная проблема неминуемо поднимает вопрос: знаете ли вы знакомого, каковым он знает себя, каковой он в действительности, или вы создали некий образ человека, вам понятный и удобный? С кем вы тогда ведете коммуникацию? Во многом мы общаемся сами с

собой, с образом людей в нашей голове. Именно по этой причине люди преспокойно продолжают мысленный диалог или спор с собеседником, который уже ушел.

Теперь шагнем еще на одну ступень: ваше представление о собственной личности, является ли оно объективным? Представление о собственной личности — это еще один образ в вашем мозгу, настолько близкий, он конструируется тщательно с самого детства. Известно, что человека формирует культурная среда и круг близких людей. Мы наблюдаем образцы личности либо десятки, сотни и т.д. личностей и, подражая интересным и симпатичным, вбираем в себя отдельные качества и поведенческие модели. С взрослением люди формируют целостный образ своей личности, но вместе с тем, в мозгу формируется образ будущей «идеальной» личности, в коею мы желаем преобразиться. Однако, не имея достаточного понимания того, что нас сформировало, будь то волнующие события, нереализованные желания, комплексы и страхи, не имея понимания механизмов функционирования мозга и психики, человек может запутаться в хаосе текущих убеждений, представлений о себе, желаемых образах будущего себя. Зачастую формирование образов собственной личности в детстве и юности происходит хаотично, поэтому только сторонний образованный специалист сможет помочь разобраться человеку в себе путем структурирования образов, из которых соткана личность, создания новых полезных и отсеечения пагубных.

### **Красота**

Распознавая красоту, человек наслаждается эстетикой. Но что есть красота? На первый взгляд, красивый — это признак. Например, автомобиль может быть зеленым, может быть двухсотсильным, может быть дорогим, а может быть красивым. Указанные признаки условно подразделяются на две категории. К первой относятся физические признаки предмета: зеленый, двухсотсильный. Ко второй — оценочные признаки: дорогой и красивый. При изменении признаков первой категории сам предмет становится качественно иным. Повлиять физически на вторую категорию признаков нельзя, можно только попытаться убедить человека изменить точку зрения. К примеру, у человека есть определенное убеждение о градации возраста автомобилей. Скажем, один год службы — новый, десять лет — старый, а между ними средний возраст. Для иного два года сойдут за вполне приемлемый срок для почитания автомобиля новым, а старым можно назвать авто по прошествии не менее пятнадцати лет эксплуатации, а кто-то поправит, что показатель изменится в зависимости от страны изготовителя. Люди часто не схожи в оценках. Суть в том, что оценочные признаки предмета получаются при взаимодействии двух интеллектуальных образов — вашей личности и оцениваемого предмета. Оценка — это навык применения мышления к объекту. Таким образом, красота — не признак самого предмета, красота — это навык ее узреть.

Среди людей принято выделять эталоны красоты. Ежегодно на уровнях от университетского до всемирного проходят конкурсы красоты, где счастливых победительниц награждают диадемой примадонны. Однако отними у девушки молодость, здоровье, услуги косметологов, фитнес тренеров, качественное питание и здоровое социальное окружение, а, главное, деньги, и ослепительная привлекательность начнет испаряться. Оценка эстетики женщин осложнена невозможностью размежевать красоту и сексуальность, последняя выражена в физиологических и поведенческих маркерах, которые сообщают не столько о красоте партнера, сколько о фертильности и способности обеспечить производство и выживание потомства. То же в равной степени верно применительно к мужчинам. Оценивая человеческую красоту, помимо ранее упомянутой сексуальности, мы невольно обращаем внимание на одежду, аксессуары, степень косметологической ухоженности, на вещи в собственности, по ним мы распознаем положение человека в иерархии, его финансовое благополучие или отсутствие оно, черты характера, и добавляем или отнимаем баллы при оценке красоты. Не стоит забывать о предвзятости. Любимого человека мы склонны считать красивее того, к кому относимся равнодушно, а враг обычно предстаёт уродом.

Далее рассмотрим вопрос существования неких идеалов красоты, инстинктивных и очевидных для каждого. Сложно отрицать, что многие сходятся во мнении о красоте отдельного предмета или явления (например, цветы, орлы, кошки, горные заснеженные хребты, закат над океаном, оркестровая музыка, и т.д.). Как представители одного вида, люди имеют общие

алгоритмы поведения и восприятия. Социализация через родителей и близкий круг вкладывает в разум ребенка стандарты добродетели, патриотизма, основ семьи, и помимо прочего стандарты красоты. От страны к стране, от народа к народу эти стандарты могут существенно отличаться. Например, белоснежная улыбка в США почитается за важнейшую составляющую красоты, а в ряде стран Юго-Восточной Азии женщины, напротив, традиционно чернят зубы. Глобализация стирает национальные особенности, внедряя через массовую культуру общемировые стандарты красоты. Помимо этого, важно отметить, что, как существу социальному, человеку присуще соглашаться с мнением о красоте там, где ее видит большинство.

Для красоты важно отыскать ракурс. У любого здания есть парадный фасад, предназначенный для созерцания прохожими и визитерами. Роза состоит из корня, стебля и листьев, но цветок любят за прелестное соцветье. Смотровые площадки строят в местах, откуда городской пейзаж выглядит живописнее всего. Конфета может быть невзрачным коричневым брусочком, покуда вы не положите ее в рот и не познаете красоту рецепта. Еще красота обязана контексту, декорации и предыстории.

Красота требует усилий, чтобы быть обнаруженной. Чтобы увидеть горы, нужно добраться к ним, чтобы насладиться полетом пчелы, нужно склониться.

Творцы сперва видят красоту в мыслях и после претворяют в натуре.

Насмотренность, широта познаний, искушенность влияют на суждения человека о красоте предмета. Красота для разбирающегося ценителя очевидна, но едва ли пробудится в мозгу обывателя.

### **Движение жизни. От спринта к сфере**

Бывает придушит ощущение, что жизнь забуксовала. Дни сменяют друг друга, а если оглянуться - недели, месяцы и даже вымолвить страшно – годы, а ты стоишь на месте. И вроде бы вдоволь всего, а покоя нет. Хочется чего-то нового, нутро тянется вперед, только что это «новое» и куда это «вперёд» неясно. Энергия-то есть, но неизвестно куда ее приложить. Это и злит. К чему эфемерные рассуждения о мироздании, когда захлестывают переживания о пробуксовке личностного развития, когда гнетет рутинная и скука, цели туманны, а способы одолеть проблемы не ясны?

Самая короткая сказка: Родился Иванушка, жил-поживал, пока не помер.

К чему она: в разум современного западного человека помещена стереотипная модель любого процесса: старт – путь – финиш. Эдакий спринт. Пошел в школу – учился заданное количество лет – выпускной. Секс – беременность – рождение ребенка. Проголодался – сходил в магазин – поел. Если масштабировать: рождение – молодость – зрелость – старость – смерть.

«Все имеет начало и конец» – не более, чем слоган. Эти «начало и конец» лишь отрывок, вырванный из нескончаемой и переплетенной вереницы событий. Вслед за одним концом будет другое начало, которые возможно отделить друг от друга лишь номинально, пунктиром.

Жизнь – это не прямая, начерченная в школьной тетради. Рождение не может считаться определенной точкой, это лишь стадия в процессе, начавшемся миллиарды лет назад, равно смерть не станет финишем, мертвое тело встроится в экосистему планеты и будет ее частью, пока Солнце, становясь красным гигантом, не разрастется до таких размеров, что поглотит Землю.

Жизненный путь - никакой не путь. Путь указывает на цель, а конечной цели биологической жизни, как таковой, нет. От одноклеточных до высших приматов, организмы нацелены на передачу генетического материала потомкам. Воспроизводство необходимо для поддержания численности популяции. Однако отдельная особь едва ли размышляет в категории популяции, если вообще обладает способностью к мышлению.

Некая особая цель человеческой жизни не более чем химера, порожденная чувством видового превосходства и, не в малой степени, ошибочным восприятием жизни, как спринта. Жизни людей следует представить в образе сферы, которая наполнена приобретенными знаниями, опытом, социальными связями. Незримый ореол окружает каждого, и сама материя изменяется, оказавшись в сфере отдельной личности. Оказавшись дома, оглянитесь вокруг, и вспомните, что до того, как вы заселились, жилье было иным, в некоторых случаях и дома не было бы вовсе. То же происходит с любыми вещами, к коим прикоснулось влияние личности.

Вспомните людей, могущество личности которых позволило человеку оторваться от планеты и отправиться в неведомый космос, навсегда вырвало города из мрака ночи и подчинило болезни.

Сфера личности способна подчинять иные личности из тех, кто слабее, чтобы заставить действовать в фарватере собственных интересов. Планета имеет ограниченное количество ресурсов, поэтому миллиарды сфер личностей прижаты друг к другу. Сферы с большим наполнением теснят остальные, тем самым увеличивая занимаемую долю влияния.

Восприятие жизни, как сферы личности меняет отношение к прошлому. Оно всегда с нами. Предыдущие события и творения формируют текущие личности. Поэтому не стоит горевать об упущенном и совершенных ошибках. Тогда вы находились в обстоятельствах, отличных от настоящих, а сферы вашей личности не хватило, чтобы распознать и повлиять на ситуацию. Остается сделать вывод и действовать, руководствуясь полученным знанием.

Не тратьте силы на страх опоздать чего-то достичь. Жизнь - не гонка, иногда полезно замедлить темп. Развивайте сферу личности через познание мира и себя, созидание, коммуникацию с людьми, у которых можно учиться. Избрав эту стратегию, вы вовлечете в свою орбиту больше сообществ и материи, на которые сможете оказывать воздействие. Увидев сильную личность, люди сами захотят оказаться в ее сфере.

### **Смысл жизни**

Больше всего люди жаждут, чтобы им сказали о том, что все, что они делали, было не напрасно.

Осознав собственную смертность, человек стремится выяснить, ради чего день ото дня приходится отдавать столько сил на обеспечение жизни и борьбу с проблемами. Вопрос смысла жизни обращен к глобальному «Зачем?», не путать с «Почему?», которое обращено к причинно-следственной связи. «Зачем?» - вопрос, устремленный к поиску исходного назначения и цели.

Прежде следует осмыслить предмет исследований – саму жизнь.

В качестве жизни можно рассмотреть сознание, ведь только находясь в нем, человек способен активно действовать и воспринимать мир через рецепторы чувств. Однако стоит учитывать, что сознание отсутствует значительную часть отрезка времени от рождения до смерти. Во-первых, оно пресекается на время сна, во-вторых, сознание не синоним мышления. Даже находясь в сознании, определенную часть дня человек не использует мышление, действуя на автопилоте. Доля подобных действий увеличивается или уменьшается в зависимости от рода деятельности, образа жизни и других факторов. Человек обычно следует стереотипной программе поведения, например, при приеме пищи, умывании, выполнении рутинных обязанностей на службе и других привычных алгоритмах с шаблонно выстроенной последовательностью действий. Чем же занят мозг в этот момент? Он имитирует мыслительную деятельность, прогоняя круг за кругом проблемы, недавние события, увиденное, прочитанное. Как правило, короткие мысли сменяют друг друга по ассоциации, а не исходя из логики рассуждения. С позиций физиологии сознание не годится на роль синонима жизни и потому, что оно есть результат работы головного мозга, как свет дня результат Солнца. А как известно, производящее не равносильно производимому.

Былые воззрения о дуализме тела и души ныне опровергнуты наукой. Ученые с помощью современных методов обнаружили непосредственную связь между мозгом и личностью человека. При поражениях определенных участков мозга характер человека, его поведение, способность привычно реагировать на окружающий мир могут до неузнаваемости измениться.

Медицина трактует необратимую гибель мозга в качестве момента смерти организма. Мозг формируется в утробе матери, и с рождением он не становится вмиг полноценным. Под влиянием гормонов, среды и круга общения мозг претерпевает изменение вплоть до двадцатипятилетнего возраста. Ткани человека, как любого живого существа, периодически обновляются, и мозг не исключение. Данный факт породил спор о том, можно ли считать одного человека через двадцать лет (предельный срок перерождения самых долгоживущих клеток организма) тем же самым человеком. Наша солнечная система - Солнце, планеты вместе с Землей, недра и живые существа, будь то растения или животные, состоят из атомов, которые миллиарды лет назад создались в единственно возможном месте во Вселенной – звезде с массой

в десятки раз больше современного Солнца. Взрыв той древней звезды рассеял элементы периодической таблицы в газовое облако, из плоти которого впоследствии зародились Солнце и планеты. Мы, люди, живущие в 21 веке, состоим из атомов, образовавшихся около 4 миллиардов лет назад. Вся материя вокруг нас того же возраста. Новому просто неоткуда взяться. Элементы, составляющие людской организм, в том числе мозг, вот уже не один миллиард лет находятся в непрерывном процессе пересборки одной формы в другую.

Таким образом, живые организмы – это лишь форма, в которую на время собралась материя, и отнюдь не статичная форма (вспомните непрекращающееся обновление тканей). Жизнь отдельного существа, в том числе человека, – это процесс, который начался задолго до рождения и не закончится со смертью. На короткие промежутки материя обретает сознание в обличье живых. Не факт, что однажды в другой комбинации материя не обретет его вновь.

От жизни вернемся к ее смыслу.

Некогда Платон сформулировал концепцию мира идей, в котором все мирское находит свой идеальный первоисточник. Идея - недостижимый образ, и согласно учению, первична по отношению к материи. Мир не способен быть идеальным, потому что идеал – это абсолют, который невозможен, исходя из самой концепции «Идеала». Будь то предмет, явление или действие - по отношению к нему всегда можно применить формулу: «можно лучше». Недостижимость изначально заложена в понятие идеальности, иначе бы идеал не был совершенен. Он сродни вечному бесконечному первому месту, которого невозможно занять.

Идеальное рождено философией, иными словами, придумано людьми. Классический пример: цифра ноль. Римские ли, славянские ли цифры – там нет места нолям. Идея ноля, как абстрактного отсутствия с характерным изображением замкнутого круга, пришла на ум древним индийцам. Не вдруг, ноль придуман специфичной философско-религиозной мыслью. Остальной мир спокойно жил без идеи ноля, пока ее не распространили арабские торговцы и математики.

Если вынести за скобки религию (для ее адептов обсуждаемый вопрос решен, и решен единственно возможным образом), то обычно предлагаются следующие цели (смыслы) жизни: счастье, мышление и познание, умножение удовольствия и избежание страданий, нравственный идеал, добродетель. С практической точки зрения, счастье – это удовлетворение базовых потребностей плюс гормональная эйфория (последняя является скорее стимулом, нежели искомым состоянием оттого, что постоянная стимуляция центра удовольствий окажется причиной гибели организма – опиаты и эксперименты над мозгом мышей доказывают это). Если отдаться только познанию и размышлениям, то без натруженных рук цивилизация рухнет и погребет под собою мыслителей. Без познания невозможно созидание, поэтому познание суть инструмент для творца (термин без божественной коннотации). Стремиться к удовольствию означает либо уйти в эпикурейско-монашескую концепцию и отрешиться от мира, либо становиться искушенным в удовольствии, что со временем может перейти в развращенность. Оба варианта подходят как способы, нежели как конкретные цели. Что до нравственности и добродетели, то они столь непостоянны и подвержены влиянию, что называть их целями сродни попытке схватить реку. Богатство, дети, власть, статус, карьера также не могут быть смыслами жизни из-за того, что перечисленное есть уровни удовлетворения потребностей человека.

Итак, смысл жизни человека есть издревле выдуманный абсолют, не существующий в природе, искусственный, потому недостижимый. Тысячелетиями человечество не может удовлетвориться ни одним из предлагаемых вариантов. На деле, все проще – люди ищут того, чего нет. Сам вопрос «В чем смысл жизни?» заведомо обречен; все равно, что спросить: «Найди то, чего нет, неизвестно, где и непонятно, как». Поиски смысла жизни человека ошибочны не только логически, но и практически, исходя из того, что жизнь есть долгий (по меркам людского века почти бесконечный) процесс метаморфоз материи. Материя стремится к энтропии, что отнюдь не доказывает наличие всеобщей цели, а свидетельствует о предшествующем грандиозном событии зарождения вселенной, которое в свою очередь было частью другого процесса, и, если его природа нам пока не известна, это не значит, что этого процесса не было.

Если и существует цель жизни, то исключительно в научном биологическом смысле, и она заключается в воспроизводстве. Не случайно жизнь некоторых видов животных оканчивается сразу после спаривания.

Человек существо социальное, и с изобретением государств, было создано понятие «гражданского долга». Древние греки полагали, что достойный гражданин должен защищать свой полис, заботиться о семье и земле, а также родить детей и воспитать из них достойных граждан. Если отбросить гражданство, то современный гуманистический долг можно сформулировать как стремление человека оставить после себя планету лучше, чем она была до его рождения.

### **Триединое основание**

Принятие факта полного отсутствия философского смысла жизни человека повергает в экзистенциальный ужас. Называть ли это выдернутым из-под ног ковром, ушедшей почвой, парением в невесомости или другими метафорами, переживания от слома устоявшейся картины мира пагубно сказывается на психическом самочувствии. Если не существует смыслов, кроме животного воспроизводства (размножение удовлетворяет далеко не всех, например, сторонников чайлдфри), то зачем пытаться улучшить себя и мир вокруг. Подобные мысли наводят на мысль, что жить-то, по существу, незачем. Полагаю, не нужно доказывать пагубность таких умозаключений.

Воспрянуть духом можно, утвердив для себя убедительное основание, на котором в дальнейшем будет зиждиться жизнь. Основание состоит из трех взаимосвязанных основ.

Первая основа связана с потребностями каждой индивидуальной личности. Человек любит получать удовольствие. Вкусно есть, держать любовника в объятиях, приобщаться к захватывающим идеям, даже дышать приятнее свежим воздухом, нежели спертым. Не стыдитесь, ища удовольствий в каждом действии и на любом отрезке времени. Однако, в поиске отдайте приоритет получению удовольствия через уменьшение страдания. Добывая удовольствие, не устраняя страдание от неисполненных потребностей, человек компенсирует такое страдание. Страдание заставляет поглощать из источников, ведущих к удовольствию, сверх меры либо извращенным способом.

В поиске удовольствий не стоит забывать об умеренности. Пресыщение неизбежно. Имея нужду, человек жаждет получить вожделенное, полагая, что в недостающем есть корень счастья, когда предмет вожделения будет наконец употреблен. Получив желанное, человек наслаждается первыми минутами удовлетворения, он думает, что блаженство добыто и оно не иссякнет. Однако со временем наступает насыщение и то, что прежде казалось вожделенным, начинает почитаться за норму. Не зная меры, без страха потерять, не лишая себя на время предмета потребности, человек неизбежно пресыщается, отчего страдает. Недоумевая, отчего прежняя эйфория исчезла, человек винит якобы измельчавший предмет удовлетворения, не способный более дать прежних эмоций, не понимая, что виной тому он сам, вернее его собственная пресыщенность. В состоянии пресыщенности человек либо увеличивает дозу удовольствий, которая, впрочем, никогда не даст равного увеличения удовольствия, либо полностью отказывается себе в предмете пресыщения и оттого вскоре начинает страдать, покуда разум и тело не вернутся в норму. Разумный человек избирает умеренность и избавление от страдания. Умеренностью он сохраняет способность получать удовольствие. Избавление от страданий помогает создать общую удовлетворённость жизнью, что ведет к умиротворению.

Вторая основа – это необходимость делать жизнь близких людей не то, чтобы счастливой, скорее, стремиться оградить от страданий. Без этого жизнь в удовольствии не исполнима. Нельзя быть счастливым среди несчастных.

Третья заключена в том, что человек не сможет получать удовольствия, и близкие не будут благополучны, ограничься он лишь предыдущими двумя основами. Счастье не зацветет на пепелище, но даже из худых семян произрастут побеги на орошенной почве, а на усохшем заросшем поле не взойдут и добрые. Существование вне дома прекратит тяготить, когда частицу сил вы вложите в общественное развитие, поддерживая приемлемое для всех благо. Не нужно ждать пока остальные начнут, подайте пример и окружающие пусть не сразу, но примут оправданность работы на общественное благо. Не обязательно делать нечто великое, будет довольно малых, но настоящих дел в меру сил. Если нет средств построить приют для страждущих, всегда можно убрать сор с общей дороги или посадить цветы.

Триединое основание не претендует на исключительность, каждый волен найти собственное, которое поможет уверенно трудиться и радоваться жизни.

### **Страдание**

В страдании человек не получает необходимые блага и, что важнее, не понимает, как изменить бедственное положение из-за депрессии и отчаяния, из-за давления окружения или угнетения наркотиками.

Избавиться от страдания можно, отыскав его причину. Задавайте вопросы «почему», идите по цепочке, ощутите боль внутри, концентрируйтесь на черте вашей личности, которая есть первопричина страдания или способствует ему. Не анестезируйте боль алкоголем, наркотиками и антидепрессантами. Страдание не победить волшебной таблеткой или сколь угодно распрекрасным тренингом. Избавление от него требует методичной работы, способной занять годы. Вам физически нужно будет измениться и отрастить в мозгу новые нейронные связи! В часы работы над собой не бросайте ее. Нельзя разрешать себе успокоиться, иначе ваш мозг, который ненавидит жить в эру перемен, вернет вас на привычные рельсы стереотипных моделей поведения, негодных моделей, которые как было выяснено привели к страданиям. Борьбе в одиночку предпочтительна помощь заинтересованного в вас человека, а лучше пройти терапию под руководством специалиста.

Шаг за шагом нужно приближаться к состоянию, когда страдание разбирается и замещается конструированием удовольствия. Помимо терапии, нужно отсеять факторы, способствующие возврату к привычному порочному пути. Стереотипные модели поведения будут упорно тянуть к известным действиям, которые возымеют разрушительные последствия. Кажется нелогичным, но факт в том, что мозг (т.е. вы сами) будет тянуть вас обратно в страдание только потому, что оно привычно и оттого так спокойнее. Мозг согласится на даже осознаваемые вредными модели поведения, ведущие к сиюминутным удовольствиям, будет терзать, искушая, ведь повторюсь: мозг более всего жаждет привычного, знакомого и объяснимого. Смените обстановку, не стыдитесь рвать пагубные социальные связи и ищите соратников по борьбе, людей схожих воззрений с вашим новым, отстраните предметы, заключающие в себе страдание (например, алкоголь для склонных к запоям) или напоминающие о времени, проведенном в страдании (например, подарки бывших партнеров).

Душевная боль возникает из-за осознания случившейся несправедливости в отношении себя. Боль должна стать верным индикатором того, что нужно успокоиться, замедлиться и внимательно отнестись к вопросу, который беспокоит. Начните анализ, признайте, что вам больно, опишите проблему, причины, следствия, определите план и начинайте действовать. Приняв данный поход, со временем вы гораздо реже начнете испытывать негативные эмоции при возникновении боли и сможете преисполниться сосредоточенности и отрешенности в решении проблемы. Поешьте, при полном желудке негативные эмоции отступают, и не так, как прежде, мешают осмыслению боли.

В страдании нельзя творить качественно. Страдание бьет по работоспособности, а креативность будет направлена на мушкетирование тревог и купание в безысходности, в то время, когда творец нуждается в притоке новых идей и впечатлений (не обязательно пережитых в натуре, так же полезны новые мысли).

Необходимость содействовать помощи в избавлении от страдания вызвана отнюдь не эфемерным благородством или велением некоего долга. Люди в страдании склонны не бороться, но ждать, чтобы некто или нечто избавило от тяготы. Подобных людей завлекают секты, бандиты, террористы и маргиналы, цель которых нажать на чужой боли, использовать боль в честолюбивых целях. Отказывать в помощи страдальцам, равносильно тому, чтобы сесть на бочку с порохом и пренебрегать искрой, который подбирается по фитилю. Государства расходуют столько средств на расправу дивиантными актами поведения, но страданию конкретного человека, первопричине многих преступлений, и его устранению до сих пор не оказано институционального внимания.

И всё же, страдание отчасти необходимо человеку (имеется в виду страдание в самом широком значении, как дискомфорт от неудовлетворенной потребности). Прибывая в нем,

человек ищет способы избавиться от гнетущего чувства, потому ценит даже крохи удовольствия. Напротив, избавившись от страдания, человек довольно быстро привыкает к удовольствиям, облекаясь в норму, удовольствия лишаются заманчивости. Приходится искать все новые и новые степени удовольствия, переходящие в поиск наслаждения, ведь основная база потребности уже удовлетворена. Такую шутку проделывает с мозгом дофамин, гормон побуждения желаний.

Возврат к норме:

- отринь на время пресытившее;
- отринь навечно предмет необузданной пагубной страсти;
- знай меру в удовлетворении потребностей;
- если в жизни больше ничего не радует, создай на время страдание путем снижения качества удовлетворения уже удовлетворённых потребностей, эдакий пост;
- удовлетворяй все потребности. Страдание от одной долго неудовлетворенной потребности способно омрачить благоденствие ото всех удовлетворённых.

Светское учение об умеренности удовлетворения приходит на смену мистическому учению о греховности. Оба имеют цель избавить человека от страдания путем ограничений. С той лишь разницей, что греховность борется со страданием другим страданием от стыда виновного.

Иными словами, страдание помогает очиститься от пресыщенности. Потребности при каждом удовлетворении требуют большей насыщенности, чтобы давать прежний приток нейромедиаторов для получения удовольствия, чтобы не снижать планку счастья. Страдания понижают эту планку, позволяя вновь радоваться малому.

Замечали ли вы такую несправедливость: когда вы в чем-либо нуждаетесь, то либо получаете с избытком, либо не имеете практически ничего. Человеческий мозг прекрасно научен считывать поведение окружающих, причем не столько по словам, сколько по невербальным признакам и общему впечатлению от поступков. Если человек, наблюдая ваше поведение, формирует мнение о том, что вы искренне не ищите получения от них некоего блага (секса, ресурсов, эмпатии и прочего), такой человек решит, что вы насыщены этим благом. Таким образом, ваша ценность в его глазах повышается, а благо, напротив, обесценивается. Именно тогда, вы с легкостью получаете это благо. Прецедент наблюдают остальные и принимают ваше право на это благо и с охотой, даже благодарностью, делятся им с вами. Следом они экстраполируют вашу пресыщенность одним благом на другие блага (коль скоро вы имеете избыток в одном, то вполне вероятно вам доступно и остальное), которые бы желали, в свою очередь, получить от вас. Вас будут одарять с расчетом на ответное дарение, только поступая так, дарители обнаруживают собственную нуждаемость и потому становятся недостойными искомых благ, они понимают это и будут стараться одарить вас трёхкратно. Просящий вручает обладателю блага власть решать, достойны ли вы получить блага, соразмерна ли предлагаемая цена взамен блага. Не просите и обрящете.

Напоследок хотелось бы остановиться на социальном аспекте страдания. В средневековье человек существовал культ страданий, как одобряемого жизненного пути, посему мученичество считалось высшей добродетелью. Однако в современном мире расцвел теперь культ удовольствий, считается социально одобряемым излучать счастье. Как в первом, так и во втором случае общество как бы совершает насилие над личностью, заставляя ее показывать вонне эмоции, которые она не испытывает. Не обязательно постоянно натягивать улыбку, если вы в плохом настроении, вы имеете право хмуриться, когда чувствуете печаль и так же, как имеете право проявлять радость в хорошем настроении.

### **Неудачи**

Люди учатся единственным способом: обнаруживают желание, пробуют его осуществить, терпят неудачу, делают вывод, корректируют поведение, пробуют снова. Обычно новичков постигает еще одна неудача, за ней еще и еще одна. Цикл неудач будет продолжаться покуда человек, наконец, не научится либо не сдастся. Приступая к новому занятию, следует заведомо ожидать неудачи при первом приступе, в любом случае результат будет далек от желаемого. Любое начинание обречено столкнуться с неудачами, неудачи есть часть становления успешной деятельности.

Люди трепещут перед неудачами из нерешительности и предчувствия провала, и тем лишают себя желаемой радости и свершений. Если некто говорит, что у него получилось с первого раза, он либо врет, либо имел подготовку в смежных областях, либо сегодня ему повезло. На долгой дистанции достигают мастерства исключительно упертые неудачники.

Описанный механизм обучения невольно воспроизводит каждый ребенок. Не обученные страху и стыду от неудач, дети не останавливают попыток, и поэтому они молниеносно учатся. Если вы задаетесь вопросом, отчего в вашей жизни исчез прогресс и новые идеи, знайте, в вас умер ребенок, его вытеснил страх неудач, высокомерие перед новым и лень.

В гипотетической ситуации, при которой на планету через месяц упадет астероид, задайте людям вопрос, чем бы они занялись, имея в распоряжении лишь месяц. Среди ответов вам наверняка назовут те поступки, на которые они обычно не решаются. Отринуть страх неудачи психологически проще, когда нечего терять. Однако люди смертны, каждый умрет через некоторое количество лет. Нам всем нечего терять. Если мы нагими пришли и нагими уйдем, отчего тогда цепляться за мнимый статус и не презреть возможные неудачи? Ведь у вас может получиться, а если даже не получится, так вы пройдете путь, который вы искали. Не стоит тратить жизнь на страдания от ощущения впустую потраченного времени на поступки во имя денег и других людей. (N.V. Детям важны не столько ваши деньги, сколько ваш пример и знания, выучив которые отпрыскам будет проще и понятнее жить. Если дети не захотят на вас равняться и им будет нечему у вас учиться, и не найдется другого человека, кто бы смог заменить вас в роли наставника, все ваши накопления дети растратят впустую или во вред себе).

Знайте меру: не имея опыта, не беритесь сразу за непосильную задачу, надорветесь без толку. Разбивайте на небольшие подзадачи и действуйте.

### **Делай, что хочешь**

Все удовольствия можно поделить на два вида. Первые услаждают плоть и развлекают разум. Не стоит отказываться от этих удовольствий, они делают жизнь веселее. Разве что, следует проявлять умеренность в потреблении, ведь пресыщение ведет к страданию. Второй вид - волевые удовольствия. Чтобы ощутить их, требуется поработать. К таковым относится наслаждение от лицезрения плодов своей работы, от осознания свершенного, от влияния, что навсегда будет связано с вами даже после смерти. Если первым видом удовольствий хочется заняться всенепрерывно сейчас, о втором жалеют, что не занялись этим годами раньше. Первое радует более всего в начале потребления, но длительная приверженность приводит к тому, что предмет удовольствия удовлетворяет все меньше и меньше с годами, а паче того изнашивает тело и дух. Второе скучно исполнять, а подчас обременительно, но стойкая приверженность второму виду удовольствий обильно на плоды, а эффект удовлетворения несоизмеримо длиннее. На первый вид люди поглядывают сквозь пальцы, на второе – закусив губу. Привлекают оба вида. Самые лучшие удовольствия требуют сильного желания. Выходит, нужно всего-то делать, что хочешь, по-настоящему хочешь.

Не знаешь, что? Начни любую деятельность и не бросай, в процессе придет. Поставь под сомнения свои (не чужие) убеждения, читай книги, которые ты обычно откладывал в сторону из-за сложности или чуждости темы, расширяй круг качественного общения (согласно поговорке – если ты самый умный в компании, значит, ты находишься не в той компании. Это отнюдь не призыв бросать друзей и родных, если вам показалось, что разговор с ними больше вас интеллектуально не обогащает. Общение с близкими ведется не столько для познавательных целей, сколько для социальных и эмоциональных). Незнание того, что делать дальше, не приговор. Если сфера вашей личности не охватывает занятие, способное вас увлечь, то следует всячески расширять горизонт интересов и знаний. Не лишним будет разобраться в том, чего вы на самом деле хотите, почему вы этого хотите, а также перебрать действия, способные утолить ваши желания. Проведите ревизию собственных умений, подумайте, за какие качества люди готовы отплатить вам эмпатией и ресурсами. Сличите списки, и вы поймете, какие навыки стоит развить, а вероятнее, приобрести (какие умения помогут удовлетворить ваши желания).

Ныне медиа призывают заниматься любимым делом. Мол, отыскав любимое занятие, человеку никогда не придется работать. Почему не придется работать? Потому что работа (вынужденные действия в обмен на ресурсы) превратится в игру (выполнение неких заданных действий для увлекательного времяпрепровождения), по крайней мере, такова логика мотиваторов. Однако стоит учитывать то, что, к сожалению, интерес склонен мигом испариться при потребности выполнения ежедневного труда, без которого не обойтись, если вы желаете получить стоящее достижение и удовольствие. Даже самое восхитительное занятие через некоторое время станет в тягость, будет периодически требовать преодоления лени и борьбы с сомнениями, особенно при столкновении с неудачами. Любимое дело не означает отдых и развлечение в процессе. Любимое не отличается от любого иного занятия, просто любимое позволит периодически получать хорошие эмоции по пути и большое удовлетворение в конце, а нелюбимое только ресурсы и избавление.

Нелюбимая работа выполняется ради денег или прочих ресурсов. Дело поистине твое, когда ты согласишься исполнять его бесплатно, даже если остальным людям на него наплевать, даже если противодействуют. Ты можешь сам порой ненавидеть свое дело, но все равно продолжишь, потому что считаешь важным его сделать.

Отыщите авторитетов в интересующей сфере деятельности. Изучите их биографии, если таковые написаны, по возможности обратитесь к ныне живущим мастерам. Их опыт и видение помогут вам осознать путь, по которому вы вознамерились пойти.

Дисциплина - ключ к свободе. Только она позволит делать, что хочешь. Большая часть дел, приносящих пользу, требует не смелого порыва, но методичной упорной работы каждый день на протяжении определенного количества часов. Мозг обучается путем повторения операции, для того чтобы выработать привычку-автоматизм, благодаря которому человек не будет тратить изначальных интеллектуальных усилий для освоенного действия, а, следовательно, высвободит энергию для новых задач. Прогресс любого дела зависит оттого насколько ты готов делать максимальное усилие в каждом отдельном действии.

Доводи до конца. Всегда. Сдался – все труды, за которыми кроются дни, месяцы и годы потраченной жизни, не чужой – вашей собственной, бросаются в мусорное ведро. Если до сего дня ты никогда не завершал дело, а только бросал на пути, тебе представляется, что доделать трудное дело просто невозможно. Разбей дело на этапы, последовательно доведи до конца каждый, и это изменит тебя. Доведи и ты захочешь довести новое дело. Только так получают то, чего хотят.

Результат придет, если работать над ним в полную силу без поблажек, без пропусков, без сомнений.

### **Корпус**

Корпус – это основа, которая позволит взять жизнь под контроль для того, чтобы начать делать то, чего в действительно хочется.

Корпус состоит из шести столпов:

- «Дисциплина»
- «Речь»
- «Тело»
- «Мышление»
- «Экономика»
- «Социальность»

прим.: наименования столпов не отражают их буквального значения, а использованы для удобства.

Дисциплина означает раз за разом отказываться зависимостям (будь то игры, видеохостинги, соцсети, порно, табак, бухло, жратва, кофе и тд.). Отказываться. Не влезать в ситуации, где есть соблазн. Над пустотой не горевать, бороться и терпеть. Обязательно замещать полезными удовольствиями. Наркотики прикидываются друзьями, чтобы перехватить контроль. С другой стороны, дисциплина — это регулярное соблюдение полезных привычек – режим питания и сна,

тренировок, обучения и прочего. Нельзя полагаться на волю при следовании дисциплине. Создай систему, которая исключит эксцессы срыва. Дисциплина не предполагает выбора, никакого торга.

Речь означает овладение навыком ораторского мастерства и четкой понятной окружающим речью. Речь – это ясность изложения мыслей, стремление к лаконичности изречений, к пониманию, что означают произносимые слова. Избегайте обценной лексики, жаргона и канцеляризмов если заметили, что без них вы не способны точно формулировать мысль. Важно овладеть как устной, так и письменной речью. Речь нужна не только для того, чтобы вас понимали, но, и чтобы вы сами понимали, что мыслите и произносите. Через речь человек проявляет себя вовне, речь - главное орудие человека.

Тело означает заботу о здоровье, понимание функций организма и занятие физическими нагрузками. В здоровом теле – здоровый дух. Следует научиться стилю. Надлежит принять свою внешность, полюбить себя, чтобы позволить другим любить вас, быть способным принимать любовь с достоинством и без синдрома самозванца. Тело не красиво и не уродливо, ведь красота зависит от восприятия. Однако, тело способно стать больным, тогда следует лечить его, в противном случае тяготы будут плодить страдание. Эмоции, боль, самочувствие и ощущение во многом зависят от сигналов организма. Важно понимать: то, что мы поглощаем, потом образует ткани организма, соответственно, питание, его сбалансированность и режим крайне важны.

Мышление означает стремление к познанию, осмыслению, созиданию. Если речь — это оружие, что мышление – это сам воин.

Экономика означает изучение природы хозяйственной деятельности людей. Следует понять, как добыть деньги и как их использовать. Стремитесь ограничить свое потребление. Избегать импульсивных трат, замещать планированием своего бюджета. Соблюдение экономики подарит свободу. Обязательно нужно накопить и не тратить подушку равную минимум трехмесячным расходам, это позволит сохранить достоинство.

Социальность означает овладение навыками общения, искоренение страхов в общении. Следует научиться распознавать истинные цели общения и получать от взаимодействия с людьми нужный вам результат.

Соблюдая Корпус, вы получите подтверждение, что вы можете управлять собой, с этим осознанием вы сможете управлять ситуациями вокруг вас, а общее улучшение самочувствия позволит насладиться результатом вашей стойкости.

### **Великий враг**

Великий враг любого успеха и первопричина отсутствия желаемого в вашей жизни – это попущение. Когда таких пустяшных «разрешений не делать» набирается критическое количество, человеку кажется, что жизнь не может измениться и она вечно останется ничтожной.

Вы можете иметь лучшее будущее, если будете ставить отложенное удовлетворение выше немедленного.

### **Отношения среди людей**

У всех людей есть достоинства и недостатки.

Мы готовы терпеть практически любые недостатки, если у партнёра или друга будет именно то достоинство, в котором мы нуждаемся. Недостатки есть у всех. Если среди множества достоинств не найдется нужного нам, то даже малейшие недостатки будут отталкивать и вызывать раздражение. Причем ценное достоинство может не быть именно полезным добрым качеством человека, это скорее некое нужное качество или признак человека - жена, блондин, властность, юмор. Человека могут ценить даже на первый взгляд негативные качества, например за безразличие, когда другие пресмыкаются, а этот/эта нет.

### **Семья**

Идея семьи, то есть микроорганизации-домохозяйства, жестко урегулированного законом (семейное законодательство довольно регламентировано в большинстве стран), где глава семьи берет шляпу, идет на работу, пока женушка хлопчет по дому и занимается детьми, очевидно, поломалась. В основе патриархальной модели лежит экономическая зависимость домочадцев от кормильца. С ростом благосостояния граждан тенденция на независимость в семейном союзе

только распространяется. Упадок общественной роли религии, которая веками скрепляла брак, привел к ситуации при которой супруги больше не боятся сакральной кары за развод. Люди больше не готовы терпеть супруга из-за денег, а уход из семьи с токсичными отношениями не осуждается текущей моралью, особенно внутри приятельского круга общения. Помимо того, даже в условиях относительного неравенства доходов в гендерных группах, сегодня заработок большинства женщин покрывает расходы на основные потребности в жилье, пище и безопасности для себя и ребенка. Для женщин-специалистов и бизнесвумен потолок доходов ныне ограничен только рынком и вполне может достигать высокого уровня. Описанная ситуация называется кризисом института семьи.

Для поколения миллениалов впечатления ценностно доминируют над материальным накоплением, потому для современных молодых людей потребность в семье прежде всего понимается как вовлеченность в углубленную эмоциональную связь. Медиаиндустрия культивирует стиль отношений, направленный на получение совместных впечатлений, психологи культивируют запрос об обязательной необходимости проработать каждый конфликт, сексологи вызываются превратить секс в увлекательный аттракцион, мотивационные тренеры убеждают о важности личностного роста, чтобы ваша заурядность не опостылела партнеру и т.д. Так семья из спокойной гавани превратилась в дополнительный фронт работы.

Безусловная концентрация на чувствах опасна. Эмоции слишком эфемерны, чтобы служить замковым камнем семьи. В семье приходится уживаться подчас с разными по складу характера людьми. Это требует усилий, а человек не склонен напрягаться, если этого можно избежать. С другой стороны, современный человек стал способен обеспечить базовые потребности даже зарабатывая в одиночку, оттого теряется прежняя необходимость заводить семью для экономического выживания, потому современным семьям не остается иного, кроме как выстраивать отношения лишь на чувствах. В подобной ситуации брак, как юридическое закрепление обязательств, не нужен. Вдобавок, некоторым парам вовсе претит вмешательство государства в интимную сферу.

Люди объединяются, только имея общую цель. Помыслим семью с практической точки зрения. Изначальная цель завести семью заключается в выживании просто оттого, что выживать вдвоем или впятером легче, нежели в одиночку. У гипотетической пары на этапе становления обычно в распоряжении имеются собственные трудовые ресурсы и некий скудный начальный капитал. На первых порах они могут заниматься лишь краткосрочными инвестициями, используя заработную плату для покрытия семейных расходов. Ребенок служит долгосрочной инвестицией в будущее. Часть трудовых ресурсов исключается из добычи средств и отдается на вскармливание и социализацию иждивенца. Так как достигший способности трудиться ребенок - это разумное существо, а не корова, он волен либо подключиться к общей работе по наращиванию семейного благосостояния, либо отмежеваться и начать быт с нуля.

Если же семье получится разрастись, она обретает вид корпорации, ее благосостояние растет, равно как трудовые ресурсы. Образовавшийся излишек ресурсов используется для обеспечения пенсии для нетрудоспособных, для предоставления финансовой подушки от неприятностей, для поиска направлений семейных инвестиций, например, можно отдать детей в престижные учебные заведения или позволить кому-либо из родственников заняться перспективной, но поначалу убыточной сферой деятельности. Свободы в больших семьях намного меньше, чем в микросемьях из двух-трех человек. Каждому отводится закрепленная наперед роль. Уклониться от ее выполнения довольно непросто, ведь увольняясь с работы, вы теряете только работу, а отказываясь выполнять роль в семейном хозяйстве, вы рвете с родней, что намного разрушительнее. Однако выгода от финансовой защищенности и способность долгосрочного планирования способны перекрыть минусы жизни, встроенной в домашнюю иерархию.

Таким образом, мы имеем две составляющие семьи – эмоциональное удовлетворение и экономическую единицу, которая делает инвестиции на разный срок и владеет доверенным (родственным) человеческим капиталом. Полученную альтернативу (организовывать семью-предприятие, избрать путь ярких, но возможно проходящих отношений или попытаться объединить оба способа) несправедливо характеризовать плохой или хорошей семьей. Раньше у людей попросту не было выбора, порожденного благами современной экономики. Сегодня выбор есть, делайте его осознанно.

### **Качество. Золотое правило**

Нет абсолютно никакой разницы: работает ли, развлекается ли человек, ему хочется общаться исключительно с качественным окружением в качественной обстановке, используя качественные инструменты. Качество – это эстетика, функциональность и надежность. Этим качество отличается от халтуры и вульгарности с бестолковой нарядностью и советскими изделиями, превозносившими функциональность в ущерб красоте и удобству.

Каждый рукотворный предмет, что вы держите в руках или можете обозреть, задуман и создан людьми. Отдельные товары или услуги создаете вы сами. Если ото всех используемых вами продуктов вы требуете исключительного качества, то и вам должно стремиться производить качественные вещи. В этом случае вы становитесь частью общего дела по устройению. Но если вы стремитесь получать лучшее, но при этом не желаете потрудиться над качеством своего продукта, тогда вы – паразит. А паразит есть существо, обременяющее здоровый организм, которое следует исторгнуть и выбросить.

Если бы пришлось ограничиться единственным правилом в жизни, нет более достойного, чем «Поступай с другими так, как хотел бы, чтобы поступали с тобой». Так называемое «Золотое правило» появилось независимо практически у всех народов мира, от греков и иудеев до китайцев и индусов.

Золотое правило не подразумевает распространение добра, оно посвящено персональной справедливости. Если вы приносите страдания и готовы к возмездию, вы в своем праве, но будьте готовы, что окружающий мир поступит с вами равно жестоко, как вы поступали с ним прежде. Если, даря добро, вы ожидаете ответного, то вы не добро несете, но даете взаймы, причем без согласия на то другой стороны. Хотели бы вы сами такого облагодетельствования? Даря добро, не помышляйте об ответной услуге, и тогда Золотое правило будет соблюдаться.

Справедливость — это поступать так, как бы ты хотел, чтобы поступали с тобой.

Добро — это заботиться о других, как о самом себе.

Любовь — это заботиться о благе другого более собственного.

Если требуете соблюдения законов правителями, будьте сами законопослушными. Не утешайте себя, что нарушаете лишь в малом, на деле вы пренебрегаете законом там, где способны им пренебречь. У властителей лишь больше возможностей, моральный же выбор одинаков у каждого. Не считайте, что бедному нужнее воровать, нежели богатому.

### **Убеждения**

К зрелому возрасту полагается обзавестись твердыми убеждениями. Хотя кажется нелепым гордиться наличием того, чего вдоволь у каждого. Попробуйте поспорить с кем-то о религии, о векторах политики, о полигамии в противовес моногамии и на еще мириады тем, и вы наглядно убедитесь, что легче бюрократу всунуть бумагу в свободной форме, нежели убедить последнего забулдыгу пересмотреть свои убеждения.

Мышление устроено так, что, встречаясь с новой информацией или событием, человек испытывает стресс, беспокойство или, говоря простым языком, озадаченность. Чтобы унять тревожность, мозг встраивает новые малоизученные данные в уже сложившуюся с годами и опытом систему знаний. Однако это энергозатратно, нужно думать, вести логическую цепочку, искать объяснение. Выход есть – можно у кого-нибудь спросить, то есть довериться авторитету, но даже это требует усилий – нужно встать, сформулировать вопрос, долго слушать, отделять полезную информацию от ненужной. Потом, не забудем гордость, ведь обнаружить незнание означает выставить себя глупым. Именно тогда на выручку и приходят наши убеждения. При некоем накопившемся объеме данных мышление создает лаконичное правило, и в дальнейшем

похожие явления будут просеиваться сквозь выработанное убеждение, словно бы через сито. Здесь не зря упомянут образ сита, убеждения призваны не способствовать мышлению, а избегать его путем сортировки информации, чтобы в итоге навесить ярлык, например, хорошо-плохо, либерал-консерватор, дама полусвета-уважаемая матрона, свято-греховно и т.д. Человеку свойственно навесить ярлык не только на других, но, в первую очередь, на себя самого. В голове каждого прокручиваются совершённые поступки, особенно породившие сильные эмоции. Чтобы не сгнуться в рефлексии, человек вешает ярлык на свой образ жизни, хороший он либо плохой, подлец, завистник, лжец или благодетель и весельчак-любимец друзей. С этим простым осознанием человеку понятен курс дальнейших поступков: исправиться и тем облегчить совесть или, напротив, позволить себе толику порока в награду. Ярлык помогает оставить надолго в памяти лишь те эпизоды жизни, которым нужно следовать или не повторять, остальные можно с облегчением забыть. Иными словами, навесив ярлык, человек успокаивается определенностью.

Все ли убеждения созданы нами самими?

Проанализируйте собственные убеждения о стране, работе, браке, моде, морали, ценностях. Подавляющее большинство из них насильственно (как это происходит в школе, армии, работе, церкви, семье) либо мягко (посредством общественного мнения, рекламы, художественных произведений и в целом культуры) были насаждены в головы, начиная с раннего детства. Некоторые возражат: Я волен выбирать убеждения и сменить их, когда захочу! Единожды оказывавшийся в ситуации, когда истово исповедуемое воззрение изобличалось, как ложное или пустое, подтвердит, насколько малоприятной становится жизнь после этого. Критически пересматривая значительную часть имеющихся убеждений (особенно фундаментальных), человек переживает эффект вырванной из-под ног земли, полную дезориентацию в целеполагании и депрессию. Люди, вынужденные под напором обстоятельств изменить убеждениям, страдают вплоть до физической боли (классический пример Иуды, путь предательства которого закончился в петле).

Но разве смерть за убеждения не является благороднейшим проявлением человечности?

Навсегда увенчаны славой героев солдаты и простые граждане, убежденные в правоте своего дела и готовые пожертвовать жизнью за родину в минуту испытаний. Если взять вторую мировую войну, как архетипический конфликт двух сторон, то почести гибели за убеждения принято воздавать солдатам стран-союзниц. А что же Ось? Разве немецкие солдаты не погибали уверенные в справедливости идей национал-социализма? А разве камикадзе не были воспеты на родине?

Пьеса Шекспира «Кориолан» прекрасно иллюстрирует, как непреклонность убеждений в сложных обстоятельствах загоняет их обладателя в безвыходное положение. Славный генерал, защитник Рима из-за гордости не способен проявить толику гибкости, из-за чего изгоняется из города, затем переметнувшись к врагу, Кориолан идет уничтожить родину, однако, почти победив, отказывается от задуманного, не вольный преодолеть убеждений о долге и любви к матери. Враг родной страны и разрушитель славы Вольсков, Кориолан становится неугоден обеим сторонам, оттого и погибает.

Итак, убеждения есть инструмент отсева новой, противоречащей опыту (но отнюдь не всегда неверной) информации. Убеждения позволяют не разбираться в противоречиях, не осмысливать новую информацию, а выразить максимально упрощенное отношение к явлению в форме оценки с целью снизить тревогу. Убеждения препятствуют критическому мышлению. Чувство собственности заставляет человека оборонять убеждения, даже несмотря на очевидную абсурдность, а тем паче вредоносность.

Человек многие годы выстраивает вокруг себя ореол убеждений. За периметром убеждений находится остальной мир, но человек не способен искать ответов вне того, что знает, а, главное, одобряет. Когда сложная задача требует нестандартного подхода, именно нерушимый ореол убеждений сковывает человека и становится причиной его падения. Получается, что не человек контролирует убеждения, а наоборот, убеждения контролируют человека, при этом их обладатель искренне верит, что он руководит поступками, контролирует мысли и волен их отменить.

Провести ревизию убеждений довольно непросто, выйти из-под их власти задача вовсе титанической сложности. Алгоритм следующий:

Первый этап – обнаружение убеждений, тут вам поможет древнее: «Познай себя!».

Второй этап – ставить под сомнение убеждения, которые попадали в мозг походя, на этапе становления личности, просто из-за того, что место пустовало.

Третий – формирование собственных убеждений, приобщение к ним своей волей на основе новых знаний, противоположных точек зрения на одно явление, осмысленно.

Четвёртый этап – повторение второго и третьего этапа пока все ваши убеждения не будут подвергнуты сомнению и переосмыслены.

Пятый – отказ от убеждений в пользу мышления. Будет не уютно без тихой гавани убеждений, причем всегда. Человек вынужден поддерживать равновесие, чтобы не упасть, но лишь тогда он способен дойти, куда желает добраться.

Отказ от убеждений предполагает готовность с легкостью без морального сопротивления признавать справедливость суждений в противоположных точках зрения. Подчас вы будете неспособны дать однозначный ответ.

Отказ от убеждений требует большой осторожности, необходимо соблюдать баланс интересов, остерегаться тотального эгоизма и впадения в мировоззрение отрицания. Однако, преимущества от свободы мышления бесценны.

### **Чувства**

Эмоции и чувства есть приобретаемые стереотипы реакций психики на внешние и внутренние раздражители. Внутренние раздражители – это поведение внутренних органов, например учащенное сердцебиение, прилив крови к органам, спазм кишечника, частота дыхания, пульсация в ушах и прочее. Внешние – это поведение людей и события (землетрясение, дождь, бомбежка и т.д.). Мы учимся чувствовать, наблюдая за поведением других людей: как они проявляют чувства, как объясняют свои чувства, как реагируют на чувства прочих людей. Основная цель чувств схожа с убеждениями, они помогают нам разгрузить мышление. Чувства незаменимы, когда необходимо действовать быстро в ситуации, когда некогда думать. Вы видите темный силуэт в темном переулке, ваш организм распознает угрозу и начинает готовиться, выбрасывая гормоны, которые начинают изменять поведение органов, вы трактуете внутренне состояние, как чувство страха. Теперь ваше сознание знает, что не нужно думать ни о чем другом, кроме как найти путь бегства либо атаковать, либо капитулировать в надежде на милосердие. И все перечисленное занимает секунды. Именно чувства мы воспринимаем как интуицию, как сигнал сита наших убеждений.

Убеждения связаны с чувствами. Можно представить следующую иерархию: мышление, формирование убеждений, привязка чувства. Если под влиянием событий или познания люди склонны корректировать убеждения посредством мышления, то чувства обычно упускаются из вида. Нельзя менять убеждения, не изменяя привязанных чувств. Например, есть убеждение относительно предмета, с этим предметом связано чувство, оно в свою очередь связывает предмет с неким другим воспоминанием. Однажды мы вырабатываем контрубеждение относительно предмета. Новое убеждение принимается мышлением, прежнее изгоняется, но все же оно никуда не пропадает в памяти. Чувство, связанное с предметом контрубеждения будет возникать, и относить к сотням воспоминаний, когда прежнее убеждение принималось приемлемым. Количество образов нового убеждения ничтожно и не они проверены временем. Отсюда возникает противоречие, а противоречие связано с чувством страдания, которое в свою очередь побуждает нас избавиться от страдания и искать приятного чувства, которое связано с изначальным убеждением, так происходит возврат к прежнему убеждению, но это трактуется как слабость, что вызывает стыд, который вынуждает либо к усилению воли, либо к полной капитуляции, что повторяет круг с новым убеждением. Борьба со связкой убеждение-чувство приходится мышлением, что энергозатратно, или новым чувством, которое будет сильнее того, с которым человек борется (например, страх смерти после инсульта перевесит удовольствие от курения).

Так как образы чувств накрепко связаны с прежним убеждением, люди склонны поступать вопреки новому убеждению. Можно понимать умом, что некое поведение принесёт плоды, но где-то глубоко может иметься некое противоположное убеждение, пускай не воспринимаемое всерьёз за руководящее, однако подвязанное на него чувство сильно и оно не даст ступить по новому пути, это чувство будет мучить. На идею борьбы с чувством может быть подвязано чувство сопротивления или напротив чувство воодушевления.

Мысли появляются в голове хаотично, но сознание обращает внимание только на те, на которые у нас появится отклик чувств. Таким образом, чувства есть маркер, выделяющий главное, что нас волнует. Целенаправленное мышление позволяет нам стоять цепочку и тратить ресурсы на мышление благодаря чувствам восторга и предвкушения. Чувства необходимы для побуждения действовать и мыслить.

Погружение в бесчувственность, желание стать глухим к чувствам в угоду обретения способности действовать рационально натывается на внутреннее чувство полнотности, болезненности, ведь общество и культура выучили, что чувствовать правильно и необходимо. Убеждение, чувства – это естественная и изначальная часть естества/души человека, не позволяет нам подвергнуть сомнению чувства, наоборот, мы сверяемся с ними (выражение: «как подсказывает твоё сердце»). Отчасти, чувства заслужили доверительное отношение потому, что мы выучили их в более раннем возрасте, чем обрели способность мыслить.

Чувства могут стать помощником, если научиться их использовать. Если не принимать импульсы чувств за истину, и осознать их как инструмент толкования состояния организма и внешних событий, система приобретенная не изначальная, то это значит, что чувства можно определять и использовать путем отвязки от одних убеждений и привязки к другим. Обрести способность контролировать свое настроение и эмоции по желанию. Система чувств, приобретенная бессистемно, подлежит настойчивой трансформации под задачи взрослого человека.

Пару слов о проявлении эмоций. Проявлять, тем более переживать эмоции не признак слабости, вам не требуется получать некое оправдание их наличия у вас. С другой стороны, некоторые люди путают выражение эмоций и развязность, например, когда вы проявляете насилие, заставляя других слушать вашу истерику, недовольство или громкое самовыражение. Такт можно выдрессировать, но только развитый интеллект позволить уразуметь линию, за которую не следует переходить, а если и переступить, то знать, как это правильно делать. При публичном выражении чувств руководствоваться стоит главным правилом – по мере возможности не причинять страдания другим. Гнев не вредно подавлять и накапливать, нужно его канализировать через спорт, секс и досуг. В идеале вообще не злиться, выработав философское отношение к жизненным перипетиям, но это, к сожалению, не всегда удается. Быть угрюмым или меланхоличным, когда вы в стрессе или грустны, не есть прочное поведение. Люди не должны быть веселыми, если не испытывают радости, и вечно носить дежурную улыбку, это фальшь. Всем бывает плохо, этого не нужно стесняться.

### **Чувство собственного величия**

Что есть чувство собственного величия? Мысленное упоение собственным превосходством над неограниченным кругом людей. Спросите себя, разделяет ли кто-то вашу веру в собственное величие? Прямо сейчас, когда вы на пике экзальтации? Представьте, что, не поговорив и даже не коснувшись, без согласия и сигналов от окружающих вы наделяете их мыслью о вашем величии.

Диктаторы, кто крепко вцепились в трибуну под восклицания толпы, поп-идолы, самозабвенно потрясающие драгоценной наградой в переливах софитов, и каждые незатейливые шутки красоток, отчего-то заставляющие мужчин вокруг улыбаться. Сколько из глаз, устремленных к этим преисполненным внутреннего величия персонажам, прищурились с омерзением и завистью, а сколько еще безразличны, ведь мысли каждого в основном сосредоточены на единственном значимом предмете – на собственной персоне. При том, что отнюдь не ненависть противоположна любви, а безразличие.

Нельзя утверждать достоверно, превозносят кого-либо из искреннего уважения, или, что более реалистично, исполненные подобоострастием люди стремятся получить некие блага у субъекта, чье эго они так старательно умащивают.

Велик человек делами. В других случаях он лишь может казаться великим, когда ресурсы направлены на сотворение легенды о величии. Как божество питается молитвами последователей, так любой человек становится сильнее духом и могуществом, когда множество людей начинают верить в его успех и авторитет.

Переживание ЧСВ подобно самоудовлетворению. ЧСВ не подразумевает определенного конечного проявления, всё равно, что присудить себе лавры, не вступая в соревнование.

Вдобавок, любой способен походя невзначай нанести обиду носителю ЧСВ, просто усомнившись в его способностях или высказав сомнение. Горечь уязвленного самолюбия будет мучать долгие часы, если не дни. Дружеские подколки, самоирония начинают угрожать. И если обладание юмором - признак развитого ума, выходит, ЧСВ способствует деградации.

Чувство собственного величия токсично для обладателя, тешить его - бесцельный расход эмоциональных сил и умственных ресурсов. Еще одна интеллектуальная химера, побочный плод культуры, что с рождения формирует нас и подчас не оценивается осмысленно, как вымысел, не существующий в природе, а лишь метафорично или гротескно отображающий ее проявления.

Если сделаешь великое, люди непременно сообщат об этом, но осторожнее, не забудь оглянуться, ведь позади шепчут: Memento mori!

## Эго

Эта глава представляет собой набросок, т.к. мысль которую я хочу передать, пока что не до конца сформировалась.

Есть два способа прожить эту жизнь: развитие, оно же самосовершенствование, и консервация, суть возврат к прежним моделям поведения.

При рождении человек представляет собой чистый лист, но с годами развитие формирует его личность. Консервация воплощает стремление организма одной стороны сберечь энергию, особенно на ресурсоемкое развитие, с другой прибывать в состоянии удовлетворения. Так в разуме человека появляется две сущности. Первое, это «я» – осознанная, которая стремится и воплощает в себе естественное стремление организма к эволюции, росту, развитию и, что справедливо в отношении человеческого разума, к познанию. Развитие предполагает добровольное принятие трудностей и лишений, предпочитая немедленному удовольствию удовлетворение в будущем, которое получится более значимым и полезным. Вторая сущность - эго, оно стремится получать блага здесь и сейчас. Эго выберет насыщение, калечащее здоровье и благополучие в будущем. Эго побуждает человека считать себя значимым и важным уже сейчас, без приложения к тому малейших усилий, точно свершившийся факт, чувствовать себя главным героем среди пьесы, в которую играет весь мир.

Человек балансирует между эго и развитием. Однако если развитие — это осознанная деятельность человека, о существовании эго человек не имеет обыденного понимания, сознавая лишь результат некоторых поступков, как отрицательный или греховный. Всё потому, что эго проявляется через боль, меланхолию, злость, зависть, через несмолкаемый голос/диалог в голове, который комментирует жизнь, свершившиеся поступки самого человека и отношений с другими людьми, разумеется, всегда трактуемые за злую несправедливость. Внутренний голос, исходящий от эго, уверяет: Я - это ты.

Можно заменить эго любым синонимом – темная сторона личности, зверь или бес внутри, порочность, и т.д. Суть одна – человек имеет две независимые потребности, одна к самосовершенствованию, развитию и осознанию своих поступков, другая к потворству наслаждениям, лени и принятии чувства собственного величия.

От развития просто отказаться, так как требуется волевое усилие, чтобы его придерживаться, но совесть будет мучить, рождая мнение о никчемности такой жизни, и тем побуждать вернуться к развитию. От эго отказаться сложно, так как, во-первых, его власть и

влияние над вами нужно суметь распознать, во-вторых, требуется воля для того, чтобы удержаться от передачи эго полного контроля над собой.

Все послы эго, все его желания, и устремления принимаются человеком за собственные, как дружеские советы, которые помогают. На деле именно эго создаёт ту боль, то уныние, ту тревожность, от которой он якобы защищает. «Якобы», потому что стремление эго — это вернуться к консервации человека. Эго заставляет видеть врагов в тех людях, которые ставят под сомнение убеждения и мировоззрение эго. Эго - величайший враг, потому что он прячется там, где вы меньше всего будете его искать, оно прячется за вашей собственной личиной. Человек будет защищать свое эго любым способом, врать, калечить, интриговать. Для защиты эго человек будет нападать даже на самого себя. Практически все враги, они враги не ваши, а враги вашего эго. Эти враги порождения вашего собственного разума. Человек успокаивает эго удовлетворяет его, думая, что он сам становится сильнее, на деле человек лишь углубляется в системе выстроенной и контролируемой эго.

Так вместо развития человек лишь ублажает и кормит вечно голодного зверька в своей голове, веря при этом, что поддерживает себя. На деле эго закликает жизнь человека вокруг удовлетворения элементарных потребностей и поддержания необоснованного самомнения. Эго во многом управляет поведением и устремлениями человека, и тот даже не будет подозревать об этом, лишь редкими проблесками самоанализа человек сядет и задумается, что в жизни многое идёт не так, что она лишена всякого смысла, а причина страданий не ясна. Потом человек встрепенется и продолжит скачку за ресурсы, чтобы удовлетворять зудящее эго.

Зачем бороться с эго? А вы согласны жить под властью паразита, который руководствуется эгоистичными низменными желаниями? До самой смерти эго будет поглощать целиком ваше внимание, умственные усилия, чтобы заполнить собою ваше сознание, чтобы вы не могли уснуть, не могли думать ни о чём ином, кроме муссирования страданий и тревог, чтобы даже мысли не было о том, как не подчиниться желаниям эго. Эго суть воплощение невежества, оно не позволит вам поставить под сомнение имеющиеся убеждения, потому что эго не потерпит ущемления собственной значимости. Попробуйте, и вы будете страдать.

Однако, ежели желаете перехватить контроль над жизнью и сами управлять собой, развиваться и поступать так, как хотите именно вы, то вам нужно убить эго.

Определите свою боль, печаль, злость, зависть, ненависть, ущемлённое самолюбие, некую несправедливость по отношению к вам. Лучше повернуть это в приложении к конкретной жизненной ситуации. Чувства вы воспринимаете, как неотъемлемую часть вас самих. Теперь поймите, что это проявление воздействия эго на вас. Определите свою боль, определите к чему вас сейчас тянет, что вы хотите сделать или, наоборот, уклониться. Вот, вы увидели подлинные желания эго. Теперь определите причины вашей боли и поставьте эту боль под сомнение. Возьмите ответы, которые предлагает вам ваше эго, и спросите себя, как эти варианты поведения помогут избавиться от боли. Что будет, если вы сделаете так, как подсказывает ваше эго, положим, через день, два, через неделю, год. Это решение поможет вам избавиться от боли? Нет. Тогда вы поймёте, что боли нет, что боль порождена руками эго дабы склонить вас к определённом поведению, которое будет эго успокаивать, удовлетворять и наслаждаться. Тогда же вы поймёте, что с проблемами и трудностями вам поможет справиться исключительно развитие.

Когда вы выйдете из-под власти эго, внутренний голос стихнет, будто дымка развеется перед глазами. Эго коварно, эго самое близкое для человека существо, оно живёт с вами на протяжении всей жизни, оно настойчиво будет пытаться и пытаться перехватить контроль. Ваша задача фиксировать эти попытки, и вы сможете их пресекать.

Обуздав эго, может показаться, что жизнь в одночасье изменилась, раз голос не мешает, может показаться, что жизнь забьёт ключом, сама собой. Это не так, ведь для развития нужно трудиться. Результат всегда будет отложенным.

## **Обычный человек**

Идея об обычном человеке отнюдь не призыв становится усреднённым или оставить попытки свершить нечто выходящее за рамки обычной жизни и общепринятых концепций.

Идея об обычном человеке - это путь к освобождению.

Если не все, то многие хотя бы единожды представляли жизнь на манер пьесы. Разумеется, главная роль за вами, семья-друзья-коллеги мелькают на ролях второго плана, а прохожие – не более чем безмолвные статисты.

Выйти без макияжа невозможно, все заметят и станут надменно глазеть. Высказать мнение нельзя – осудят или осмеют. Проявлять инициативу опасно, вдруг ошибешься, все запомнят твое падение! Признаться, что не умеешь, что устал, что нуждаешься в помощи? Нет, надо держать лицо.

И даже если вы не питаете иллюзий относительно вклада своей персоны в мировую историю, или если даже в Риме вы далеко не второй, все-таки вам известно про себя – я далеко не последний человек, и по уму, и по таланту. Просто обстоятельства сложились не в пользу. И хоть экология в опасности, пакет из дома не возьму, нищевод что-ли, люди будут стоять, продавщица, а я такой, шурша, достаю из кармана пакет.

Так человек ловит себя за бороду. Отсюда тревожность, страх неудач, бессонница в ответственный момент, комплексы (ситуация схожая – почему я не обладаю качеством, должным быть у меня по праву, ведь я (далее - по списку)), отказ от возможностей (если не пытаться – не ошибешься).

Теперь покатайте по разуму, как коньяк по языку, мысль о том, что вы обычный человек.

Обычный человек – это не смирение в религиозном значении, стремящееся к унижению, и не смирение-достижение, когда под ним прячется гордость. Сознание себя обычным человеком базируется на осмысленном понимании собственного несовершенства, с одной стороны, и наблюдениях за людьми, внешне тщася предстать великими и чуждыми ошибок, однако, копни глубже – те же проблемы в отношениях с близкими, та же лень, глупости, необоснованное самомнение. Отличие служащих от предводителей лишь в том, что последних мало кто способен призвать к ответу.

Принимая себя за обычного человека, вы оставляете за собой право ошибиться, право не знать чего-то, право быть некрасивым или нелепым, больным, слабым или смешным, главное – не чувствовать вину за слабость. Тем же путем вы избавитесь от требовательности к людям, от права гнобить и осуждать, ведь другие – тоже обычные люди, каковым вы осознаете и себя. Наши проблемы не уникальны, справились другие – справитесь и вы. Даже величайший полководец человечества – выигравший полсотни сражений, идол своего времени, новатор, создатель Гражданского кодекса и многих общественных институтов Франции непобедимый Наполеон Бонапарт, которого страшилась вся Европа, бежал из Египта в 1799, бежал из России в 1812, был изгнан из Испании в 1814, в том же году потерял столицу империи, пришел к Ватерлоо и проиграл.

Обычный человек сильнее гордеца, ведь его не припереть к стенке собственных иллюзий насчёт образа своей персоны.

Бизнес-тренеры советуют прощать себя за ошибки, даже будущие. Разумнее – не осуждать, тогда не нужно будет чувствовать вину, не потребуется и прощение.

Опять же нужно иметь чувство меры, употребляя «Обычного человека» сверх меры, можно пристраститься снимать любую ответственность и отказываться от взятых на себя обязательств.

## **Учитель**

Свободы воли нет. Человеком руководят познание, опыт, самочувствие и окружающая среда. Человек ведёт себя определенным образом не потому, что он так хочет, а потому что совокупность факторов сложилась таким образом, что поступать по-другому он не в силах. Однако человек редко имеет единственный вариант поведения, обычно в великой бесконечности вариантов он имеет развилку, например, по пути на работу купить чай или кофе, чтобы взбодриться. Взбодриться можно и кокаином, но работник не станет его покупать и идти на работу под кайфом, даже если будет способен это сделать. Ведь он прекрасно осознает

негативные последствия от увольнения и проблем с законом до риска здоровью. Важно разделять свободу воли и физическую возможность поступать определенным образом.

Тогда, как изменить своё поведение, а жизнь к лучшему? Выбирать из вилки доступных вариантов лучший и усилием воли где-то изменять стереотипы поведения, где-то получать желаемые навыки. Однако запас воли не бездонный. Поэтому желательно иметь в запасе чужую волю и чужие познание, опыт, самочувствие и условия окружающей среды. На этом принципе основана практика тренеров, учителей, менторов, врачей. Институт Спонсоров в анонимных алкоголиках так же основан на принципе опоры на чужую волю и опыт, когда собственной уже не хватает. Заявление, что человеку на протяжении жизни важно найти хороших учителей - святая истина.

Учитель - это человек, которому доверяешь судить о том, как тебе полезно поступать, а как вредно. Причём не абстрактно полезно, а полезно именно тебе. Благодаря знанию и опыту учитель умеет распознать в подопечном некоторое желание и запрос, некоторый потенциал. Он подсказывает правильные мысли, говорит, как поступить, а также контролирует и наказывает. Учитель - это человек, который берёт ответственность за подопечного, и готов разделить ответственность последствия его поступков.

В обществе безразличия друг к другу отношения учитель-подопечный реализовать трудно. Отчасти поэтому люди ищут божественного и сверхъестественного, створяют кумиров, как источник некоторой сторонней, подкрепляющей воли. Однако учитель незаменим, желаю вам найти своих.

### **Долги**

Один действенных методов подчинить волю человека - заставить ощутить себя должником. Немало маркетинговых уловок, способов обольщения и хитростей в деловых переговорах построено на игре с чувством долга. Вспомните хотя бы коммивояжёра, торгующего пылесосами. Он предложит бесплатную уборку, затем с усердием потрудится над грязнейшим ковром, чтобы вам, принявшим подарок, было куда сложнее отказать благодетелю в покупке.

Долг убивает желание помогать, ведь долгу присуща насильственность. При уклонении от навязанного долга на жертву навешивается ярлык виновности. Услышав фразу: «Ты должен!», слушайте ее так: «Я хочу от тебя нечто, но не хочу за это платить/давать взамен, а при отказе последуют санкции (список прилагается)». Механизм же добровольной услуги выглядит иначе: Вы принимаете сигнал о помощи. Далее взвешиваете трудозатраты и выгоду от улучшения отношений или приобретения иных благ от нуждающегося в будущем. Перевесит второе (или услуга вам ничего не стоит) – поможете с удовольствием, но вы откажете, когда овчинка не стоит выделки. Если вы помогли, но ожидания не окупались, в вас затаится чувство обиды (неудовлетворённое ожидание благодарности).

Посянное чувство долга – это рычаг воздействия и манипуляции. Изначально никто никому ничего не должен. Люди либо нуждаются друг в друге, либо нет. Наличие физического, экономического или психологического насилия тоже способно гарантировать подчинение, но однажды уровень насилия ослабнет и не сможет перекрыть недовольство от бесплатно отданного блага, и с достижением критического дисбаланса, жертва прервет связь с насильником, если конечно сумеет.

Из порочного круга взаимных долгов (по природе субъективных, поэтому их невозможно окончательно погасить) существуют два выхода:

Во-первых, помогай, если хочешь этого сам, а не из чувства долга. После не сожалей о потраченных усилиях. Некоторые предлагают формулу – благодетельствовал и забыл. Можно использовать и другую: «Я сам захотел сделать ей/ему нечто потому, что, в первую очередь, мне было приятно от эффекта, произведенного этим поступком».

Второе чуть сложнее, ибо требует слаженных усилий групп людей. Речь идет о построении системы отношений, в которой не человек принуждается к выработанным правилам, а система отношений создаётся таким образом, чтобы участвующие в ней субъекты не захотели действовать вопреки установлениям, им будет это не выгодно.

Другой вопрос: в кого следует вкладывать усилия?

Вкладывая усилия, вы должны понимать, для чего вы это делаете, и какой результат ждете получить. Чувства и эмоциональные привязанности могут не позволить объективно оценить целесообразность и перспективность вложений в человека. В этом случае следует изложить на бумаге и попросить непредвзятое доверенное лицо или профессионала оценить вместо вас. Стоит критически подойти к проблеме вложений в другого человека и тем решить оправданность дальнейших вложений. Разумеется, последнее слово за вами, ведь невозможно запретить поступать вопреки мнениям остальных, но тогда примите на себя ответственность, что вложения не дали результата, не сделали человека лучше или не помогли ему, чтобы не возникало чувство вины и невыполненного долга.

### **Относительная мораль**

1. Поступайте так, как желаете, чтобы поступали с вами.
2. Старайтесь не приносить страданий.
3. Не врите себе. Будьте честны в причинах своих поступков. Даже за самопожертвованием может скрываться тщеславие. Человек способен оправдать любое свое беззаконие или сделать его бюрократически обыденным, обезличить, расчеловечить жертв.
4. Совершив благодеяние, забудьте о нем. Если рассчитываете на ответное добро, это не благодеяние, а инвестиция.
5. Нет хороших и плохих поступков. Есть последствия, их оценка субъективна.
6. Не осуждайте. Осуждением вместо лицемерной помощи, вы превозносите себя над осуждаемым. Затаив в душе обвинение, вы сжигаете свой покой, когда обвиняемый спит крепко.
7. Обида – это боль от того, что вы бессильны воздать обидчику за его слова и поступки или сознаете, что правота суждения человека вскрыла ваш изъян и вам невозможно обличить в ответ.
8. Не оценивайте людей по себе.
9. Никто никому ничего не должен, если это не добровольная сделка. Люди совершают поступки либо вынужденно, либо по желанию. Считать других должными по факту вашего существования в их жизни или ввиду обладания некоего статуса, принадлежности к полу, гендеру, расе, религии, убеждениям – это эгоизм.
10. Эгоизм – это стремление получать больше, чем отдаете, или если дающий взамен получает только страдания. За эгоистичные поступки люди ищут отмщения, но очень немногие способны воздать его самостоятельно.
11. Поступать в личных интересах не эгоизм, а единственный путь приобретения благ. Если вы не приобретаете от вашего поступка, значит приобретает другой.
12. Требование любви – это путь эгоизма.
13. Один поступок нельзя отменить другим. Злодеяние не искупить жертвой. Благодеяние не опорочить проступком.
14. Просить прощения – это способ снять напряженность в отношениях. Только поступки могут свидетельствовать, что человек раскаялся.
15. Не стыдитесь помнить худое или доброе.
16. Выполняйте обязательства. Когда больше невозможно выполнять обязательство, не замедлите сообщить об этом заинтересованным лицам и возместить убытки.
17. Мелкие поощрения опускают в бездну, отнюдь не крупные эксцессы.
18. Справедливость не равнозначна мести. Справедливость – это согласие стороны с собственным положением в отношениях с другими.
19. Глупость молодости заслуживает снисхождения, но не поощрения. Глупость старости заслуживает поощрения, но не снисхождения.

### **Уловки и манипуляции**

Знание логических уловок позволит распознать манипулятора и его обман. Однако более глубинная польза от понимания механизма работы логических ошибок заключается в способности качественно оценивать свое мышление. Ошибки логики – это мусор, умножающий информацию без привнесения знания. Допуская ошибки в мышлении, вы словно ходите по кругу, но не в силах найти верный вывод, а, следовательно, нужное руководство к действию. Вместо этого ложные выводы уводят в еще большее смятение.

Информационный век характеризуется обилием информации. Ныне актуальна не добыча информации, как это происходило на протяжении всей истории, а осознание необходимости ограничить ее потребление, чтобы появилось время осмыслить узнанное. Знание логических уловок есть тот самый фильтр, через который можно отсеять бессмысленную и недостоверную информацию. Времени жизни не так уж много, чтобы терять ее на восприятие ложных учений. Ведь укоренившись в мозгу, ложь вытравливается неохотно, даже болезненно.

Единственно верное доказательство чего-либо – это **апелляция к факту**, который был задокументирован и в заданных обстоятельствах может быть воспроизведен.

Ниже приведены примеры наиболее часто используемых манипуляций. Они построены на ошибках в логике рассуждения. Изучив их, вы научитесь понимать в речи, тексте и событии намерение сбить вас с пути аргументированного диалога. Иными словами – обмануть.

### **1. Только две альтернативы, третьего не дано!**

**Вам предоставляют на выбор определенное количество вариантов, и уверяют, что только они единственно возможны.**

*Пример: - Сделай, как я хочу! Или ты меня не любишь?*

*- Мир или война, третьего не дано!*

Помните, мир состоит из полутонов, и не стоит пренебрегать размышлениями об альтернативах.

Обратный вариант манипуляции – **при тупике в споре принять в качестве истины компромисс.**

*Например:*

*А - Смертная казнь нужна.*

*Б - Убийство не гуманно.*

*А - Давайте сойдемся на том, что в определенных случаях убивать гуманно и необходимо.*

Убийство не может быть гуманным иногда или немного. Подумайте, кто определит границы, когда можно, а когда нельзя, и даже если эти границы определены, разве они вечны и не способны сдвинуться при желании принимающего решение субъекта.

**Апелляция к эталону, как аргументу** тоже уловка.

*Пример: - Хорошая жена должна терпеть гнев мужа, и не выносить сор из избы.*

*- По-настоящему преданный сотрудник обязан любить работу и поэтому оставаться сверхурочно, и не клянчить ничего взамен.*

### **2. Апелляция к авторитету.**

Вас убеждают, что некто прав лишь оттого, что обладает удостоверением, властью, ученой степенью, божественным мандатом и т.д. Ссылка на авторитетное мнение/регалии/статус имеет цель избежать предоставления фактов.

Стоит помнить, что **обращение к анонимному авторитету** равносильно отсутствию доказательства.

*Например: Один известный ученый сказал следующее...*

Обратный случай, когда **апеллируют к отсутствию успешности** говорящего.

*Пример: Если ты такой умный, где твои деньги?*

**Апелляция к мнению большинства** суть уловка того же рода. Вспомните, что нацисты были избраны большинством голосов, Сократ и Иисус были приговорены к смерти большинством.

Существует **апелляция к законам природы.**

*Пример: - Если в природе выживает сильнейший, то все старания благодетелей, дотации неимущим и инвалидам заранее бесполезны и вредны.*

### 3. Ложная причинно-следственная связь.

Вас убеждают что из причины «А» непременно последует «Я», при этом промежуточные пункты «Б», «В», «Г» и прочие намеренно опущены.

Пример: *Если разрешить крутить рок на радио, все дети вырастут сатанистами.* (При этом как именно это произойдет никто не станет доказывать, да и вряд ли сможет).

Схожим образом используется уловка **доказательства через последовательность**.

Пример: *Была такая шутка «В СССР и России руководители страны чередуются: лысый через волосатого». Значит, на грядущих выборах нужно голосовать за лысого, раз прежний обладал богатой шевелюрой.*

**Уловка исключительности** противоположна доказательству ad factum. Манипулятор доказывает свою правоту, ссылаясь на «особый случай», дар свыше, экстраординарность и подобное тому.

Пример: - *Нужно отменить выборы, ведь диктатор самый лучший светозарный правитель за всю историю.*

- *Мы народ богоносец!*

**Уловка связи ложных посылок и следствия из них** является классикой софистики:

Пример: - *Камни, из которых построены пирамиды Гизы, весят сотни тонн. Человек не способен поднять такую тяжесть. Следовательно, пирамиды не были построены людьми.*

**4. Переход на личности** – маркер того, что с вами играют в грязную игру. Данной уловкой оппонент норовит подорвать доверие к жертве и дисквалифицировать ее из дискуссии, а не честно опровергнуть позицию.

Пример: - *Ты приводишь доводы в поддержку легализации легких наркотиков, поди сам бывший наркоман!*

Часто можно услышать, как **люди подтверждают правоту личным опытом, или неким частным случаем**. Порочность данной аргументации состоит в том, что такой пример субъективен, т.е. сложились определенные причины, состояние субъекта, обстоятельства среды. Главное, приводимые случаи не задокументированы, потому не надежны в качестве источника информации. Память человека весьма изменчива, немало исследований посвящены тому, как жертвы катастроф по-разному описывали произошедшее непосредственно после события и спустя годы. История знает случаи, когда неверные свидетельские показания отправляли человека в тюрьму, а спустя время обнаруживались вещественные доказательства, опровергающее искренне данные под присягой показания.

Так, вам могут заявить, что пить алкоголь безопасно, ведь знакомый пил запоем и прожил до ста лет, или, что «я видел инопланетян», или что «со мной произошло чудо исцеления».

Манипулятор может **обратиться к происхождению, как ложному аргументу**.

Например: - *Если парнишка чернокожий, значит бандит.*

- *Князь такой-то не мог соврать, ведь он голубых кровей.*

- *Китайский чай – лучший в мире!*

**Взывание к эмоциям вместо предоставления аргумента** зачастую произносится не злонамеренно. Люди эмоциональны и им трудно признать, что сильные захлестывающие чувства не имеют сколь-нибудь значимой силы при аргументации.

Пример: - *Я тебя ударил, но только потому, что волнуюсь за тебя и ревную, а значит люблю!*

## **5. Аналогия**

Доказательство через аналогию ложно по своей сути, ведь аналогия – это метафора и она имеет разную природу с обсуждаемым предметом. Применение аналогии уместно лишь для объяснения механизма обсуждаемого явления через знакомый пример.

**Ассоциация** тоже используется в качестве уловки. Мнимый аргумент имеет схожий признак с первоначально обсуждаемым предметом обсуждения, и из этой схожести делается нужный манипулятору вывод.

Пример: - *Акула имеет плавники и живет в океане, потому что она рыба. Кит имеет плавники и живет в океане. Следовательно, кит – это рыба.*

Обобщение, то есть выведение общего правила из нескольких единичных случаев, так же относится к логической уловке.

Например: - *У меня не задалась свидания с парой мужчин, поэтому все мужчины - козлы!*

Навык мышления, коему способствует осведомленность о существовании логических ошибок, требует соблюдения еще одной важной вещи. В повседневности, когда обстоятельства не требуют напряжения ума, человек непрестанно ведет внутренний диалог с собой, вспоминая минувшие события, представляя исход ближайших дел, подсчитывая финансы, дискутируя с обидчиками и тому подобное. В данном рассуждении отвлечемся от содержания в пользу формы. Каким образом мы строим речь устную и мысленную? Самым очевидным представляется выстроить предложение слово за словом. Однако вспомним, что человек мыслит образами, а не словами, то есть формами, составленными из знаков. Таким образом, желая сказать нечто, мы представляем некий интеллектуальный объект, при необходимости еще мы снабжаем его или их необходимым действием, и затем кодируем этот цельный образ в речь. Чем быстрее нам приходится говорить, тем меньше времени остается на подбор слов, которые ассоциируются с образами движений, объектами или их признаками. Поэтому в разговорной речи люди строят предложения не слово за словом, а посредством комбинации устойчивых словосочетаний, эдаких заготовок связок предметов и действий, предметов и признаков и так далее. Это объясняет почему для письменной речи необходимо знать не менее ста тысяч слов, а для ежедневного общения не более пяти тысяч. Мат и жаргон широко употребим в обычной жизни ровно по той же причине. Жаргон, а особенно мат многозначны, несут в себе эмоциональный оттенок и привязаны к контексту, который мозг считывает лучше, чем логические конструкции. Однако вернемся к мышлению. Использование, вернее сказать, злоупотребление устойчивыми выражениями, жаргоном, канцеляритом и матом снимает с вашего мозга потребность формулировать мысль, а затем ее точно вербализировать. Мозг быстро приспосабливается к снижению нагрузок, потому со временем вы будете конструировать мысль лишь в рамках узкого набора устойчивых выражений и брани. Стоит ли говорить, что мышление, т.е. создание довольно сложных интеллектуальных конструкций, невозможно производить, оперируя столь скудным инструментарием.

## **Голос тех, кого нет**

Применяя имеющийся дар убеждения, ораторы втолковывают пастве: «Главное, не потерять себя!», «Оставайся собой, в какие бы трудности не попадал!», «Будь верен себе!». Слушатели внимают молча, как безмолвны в них и голоса тех, кого нет.

Окружающий мир от спутника до последней булавки создан трудом и интеллектом поколений, живших до нас. Содеянные вещи, по сути, единственное свидетельство жизни человека. Не скажу про невероятные усилия на пути к мастерству; вы не услышите, что на самые выдающиеся достижения, которыми гордится человечество, были положены годы, а порой десятилетия, и что в каждом творении слышен голос мастера, пусть его самого уже нет. Все перечисленное – прописные истины.

Скажу единственное – люди такой же продукт, созданный неисчислимыми поколениями, совокупность голосов тех, кого нет. Хотя, мы привыкли считать себя уникальными, одними из

миллиардов, попробуйте отыскать себя: Вы родились чистыми и беспомощными. Мать и отец воспитали вас, используя опыт своих родителей и родителей их родителей. На вас отразились местные традиции, созданные отнюдь не стихийно, а конкретными людьми, просто их имена не сохранились на протяженном отрезке созревания обычаев. Вас пропустила через себя система образования, религия и культура, у коих дисциплин и предметов авторы, к счастью, известны. Постепенно вы овладели профессией, ее тоже придумали явно не вы сами, конкретные люди разработали инструментарий и методы. В течение всей жизни вы углубляетесь в познаниях и практикуете навыки все искуснее.

Нашли себя? Подойдите к зеркалу, взгляните в одежду на вас, прическу, позу, мимику – они таковы оттого, что веками эволюционировали до текущего состояния. Телосложение, к которому вы стремитесь, появилось благодаря атлетам, кинематографу и людям, задающим тренды (их не так-то и много), а еще благодаря возможностям сельского хозяйства и медицины, мощностям транснациональной торговли и охвату интернета – у перечисленного есть отцы-основатели, которые в свою очередь стоят на плечах предшественников.

Мозг физиологически строится и изменяется под влиянием познаваемого. Потому справедливо будет сказать, что мозг конкретного человека представляет из себя сочетание впитанных творений людей, родившихся до него. Самые лучшие плоды человечества, отобранные и отшлифованные столетиями (даже, если это мракобесие, то и оно эффективно работает), создают вас.

Однажды, уже достигнув уровня мастерства, вы крепко озадачитесь. Спустя время и пролитый пот, вы найдете способ объединить придуманное другими в новую модель, которая эволюционно разовьет старые методы или совершит революцию в области применения. Только тогда появляешься Ты, но отнюдь не солист, как, признаться, хочется нашему самолюбию, а Ты – новый голос в громадном хоре творцов живущих и тех, кого уже нет.

#### **Человек-функция – человек-творец**

Любой труд направлен на удовлетворение потребностей, через блага, полученные по его совершению. Иной труд не имеет смысла и не побудит добровольного желания им заниматься, в пример можно привести каторгу.

Условно осмысленную добровольную трудовую деятельность человека можно подразделить на две категории: выполнение функции и творчество.

Труд-функцию, прежде всего, характеризует взаимозаменяемость его исполнителей. Во-вторых, исполнитель функции подчинен распорядителю общего механизма, цель которого производить конечное благо. Вступающий на стезю человека-функции обладает стандартизированным набором навыков, потому он и взаимозаменяем. Человек-функция обменивает на определенные блага (чаще всего деньги) либо некий продукт, как результат труда, либо время труда. Следовательно, особенность человека-функции – это продажа времени жизни за деньги или другие блага. Человек-функция ценит время отдыха и выходные дни, ведь лишь в эти скромные часы он волен воспользоваться полученными благами, тогда как остальная часть жизни ему не принадлежит.

Человек-творец производит самодостаточные блага. Результаты труда несут в себе личность их создателя, поэтому заменяя исполнителя, наниматель не получит то же самое благо от нового творца, лишь подражание, реплику или другой уникальный продукт. Время жизни человека-творца невозможно оценить, потому как даже в бездействии творец совершает мыслительную работу или вовсе набирается сторонних впечатлений и знаний. Отвлечение от напряжённой работы, отдых и свободные мысли нужны творцу для того, чтобы суметь отпустить из оперативного мышления законченный проект и приступить к новому, ведь в труде творца ценны исключительно результаты, а не затраченное время. У творца не бывает отпусков, мыслями он непрестанно обращен к своему делу. Озарение и увлеченный труд творец предпочтет неге покоя не оттого, что наделен особыми качествами личности, а терзаемый нервозностью от незавершённого дела, несовершенного исполнения, а с другой стороны, творец жаждет получить наслаждение, которое приходит в пике вовлеченности в творческую работу. Труд, как и результаты, составляют личность творца.

Изыявив желание заняться творчеством и проявив настойчивость на выбранной стезе, человек-функция способен обратиться в человека-творца. Верно и обратное. Не находите в себе сил и идей для творчества? Не отчаивайтесь, есть способ - нужно познавать мир, ведь как невозможно из ничего создать нечто, так невозможно придумать новое если не наполнить разум новыми знаниями и опытом. Изучайте непонятное и неприятное, изучайте противное вашим убеждениям, изучайте разные стороны одного явления. Устройство человеческого разума сложно, одна и та же информация может лечь в механизм взаимосвязей образов по-своему в зависимости от того, как точно и с какой стороны вы поняли информацию. Читайте и смотрите, приобщайтесь и путешествуйте, однажды вас осенит.

Нельзя снисходительно осуждать людей-функций. Они заслуживают почестей за то, что жертвуют значительной частью жизни в угоду росту экономики и доходов общества. При скромных доходах именно люди-функции в первую очередь лишатся пропитания при очередном витке технологического развития. Человек-творец уязвим своей, казалось бы, сильной стороной. Творчество имеет интеллектуальную, эстетическую ценность, но экономическая цена акта или произведения творчества субъективна (особенно если творение не имеет прикладного назначения или высокой ценности материала, из которого оно изготовлено). Вступая на стезю творца, человек осознанно рискует будущим благосостоянием.

Человек-функция и человек-творец взаимозависимы. В разной пропорции люди сочетают в себе обе данные ипостаси.

### **Убей в себе раба**

Есть люди, которые готовы вкладывать огромные усилия в занятия, которые не принесут им никакого материального благополучия. Тем, кто видит в этом необъяснимый парадокс, нужно убить в себе раба.

Рабы более всего ценят деньги, они боятся их потерять. Все мысли раба касаются заработка и отношения рабов завязаны на деньгах. Раб ищет обладания большим вне зависимости от достатка. Рабы глупы, поэтому не чувствуют в себе ценности, они находят подтверждение собственной значимости в купленных признаках достатка - вещах, путешествиях, влиятельных знакомых, зависимых от них людях, доступе к элитарности. Раб презирает творцов, как людей праздных, оттого бессмысленных, и самый страшный грех для раба — это занятия, отличные от процесса зарабатывания или растрачивания денег.

Человек с достоинством более всего в жизни ценит нематериальные вещи: честь, улы, поступки, стремление к знанию, созидание, культуру, идеи, жизнь и смерть. Они подлинны, господя себе, даже без денег они не потеряют достоинство и волю к жизни и делу. Они свободны, а свободные создают человечество.

### **Трата времени или пара слов о деньгах и искусстве**

Как известно, ресурс времени ограничен бодрствованием в течение суток и годами жизни в целом, покуда рассудок не покинет старческий мозг. Поэтому, определяя целесообразность затрат времени и сил на конкретную задачу, люди используют категорию важности.

Фраза «делу время потехе час» во многом иллюстрирует устоявшуюся традицию в вопросе того, каким образом человеку следует распределять усилия. Но, чем дело заслужило высокий приоритет? Работая, мы получаем стабильный приток ресурсов, необходимый для удовлетворения потребностей. Иными словами, обеспечиваем выживание свое и близких нам людей. Все известные ресурсы конвертируются в деньги, поэтому единственный ресурс, который потребен нам более остальных, это деньги, как раз по причине их универсальности и конвертируемости (деньги (особенно резервные валюты) принимают все, и деньги можно обменять на любой товар и услугу), не забывая о том, что рост благосостояния увеличивает авторитет и сексуальную привлекательность через признак успешности. С экономической точки зрения важность дела определяется перспективой заработка денег, любые репутационные задачи исполняются если способствуют росту благосостояния. Выходит, чем большая сумма будет получена за условную единицу затраченных усилий, тем выше оценивается важность дела.

Однако существуют задачи, которые имеют приоритетную важность и в то же самое время не сулят прямых финансовых поступлений. Речь идет об услугах - вы даете человеку или

сообществу определенные блага (в число которых входит затраченное время), а взамен ожидаете получить ответную равную по ценности услугу, а лучше большую. Развитие приятных отношений и снискание репутационного веса также становятся приоритетными задачами, описанные ресурсы трудно или почти невозможно купить за деньги, но они имеют исключительную ценность.

Есть иная сторона человеческой деятельности, которая окружает нас повсюду и требует значительного количества времени и усилий, но на первый взгляд не имеет никакой прикладной пользы. Искусство.

С одной стороны, искусство – это способ познания мира и бытия. С другой, искусство запечатлевает в материальной оболочке образы и мысли, составляющие нашу личность, при помощи художественных приемов. Искусство — это идея о новаторстве. Искусством может быть сам процесс создания, путь художника по сборке идеи. Мастерство или ремесленный навык творца позволяют наиболее точно материализовать искусство в мыслях на физический носитель. Искусство — это идея, воплощение - это акт искусства, результат – предмет искусства.

Искусство способно соединяться с прикладным ремеслом, образуя такие направления, как дизайн, архитектура, шоу-бизнес и так далее. От прикладного ремесла искусство отличается новаторством и смысловым наполнением. Хотя даже при отсутствии такового симбиоза, искусство само по себе способно украшать, скрашивать досуг и питать ум. Однако искусство не обязано нести пользу, нравиться, быть эстетичным или этичным, искусство вообще никому ничего не должно.

В искусстве ценятся открытия, переосмысление, новые углы зрения и подходы. Во многом через искусство человек познаёт себя и мир. Произведениями искусства былые поколения беседуют с современниками, разом обращаясь к чувствам и интеллекту. Умаление потребления искусства перед созданием искусства несправедливо. Потребление искусства невозможно без мыслительной деятельности. Без осмысления не будет понята конструкция произведения, и мозг считает лишь знакомые художественные приемы, использованные ремесленником, иными словами, форму, а не содержание. Невозможно понять объект искусства без изучения истоков, этапов развития, методов, отсылок и символов. Факт того, что потребитель искусства способен узреть новые грани и смыслы, которые автор не закладывал изначально, доказывает, что восприятие искусства прямо зависит от того, чем наполнен интеллект потребителя, а верное понимание искусства требует значительной подготовки.

Искусство способно конвертироваться в деньги. Его ценность определяется редкостью, популярностью и признанием в сообществе ценителей, а также тем, является ли оно предметом роскоши. Как любая ценность, объект искусства оценивается исходя из перспектив удорожания на рынке, иными словами, искусство активно используется в качестве инвестиционного инструмента. Благодаря этой способности можно легко принять денежную стоимость за критерий ценности объекта искусства, а, следовательно, важности занятия искусством. Принятие из легкого обратилось бы в истинное, но искусство опровергает денежный критерий. Польш Гоген, Ван Гог при жизни не могли продать своих картин, а сегодня их оценивают в миллионы долларов. Моцарт умер в бедности и был похоронен в безымянной могиле. А сколько были гонимы, мудрейший Сократ был осужден на смерть. К слову, при жизни он был далеко не богат. Впрочем, знаем и массу коммерчески успешных творцов. Ремесло вначале пути не приносит начинающему творцу ни славы, ни денег. Лишь набравшись мастерства, опыта презентации и приобретя полезные связи, творец достигает признания и сопутствующих ему благ. А может статься, что успех не придет или придет, но слишком поздно, или успех сломит творца. Жизнь гарантий не дает.

Так, стоит ли заниматься искусством?

Вернемся к началу, где важность дела определяется денежной выгодой. С принятием этого правила забывается то, куда мы тратим заработанное – на потребление. Впрочем, потребление имеет естественные пределы. Человек физически ограничен в количестве потребляемого, все что приобретается сверх того – делается для удовольствия. Раз деньги играют роль промежуточного этапа на пути к удовлетворению и удовольствию, следовательно, важно не

дело, приносящее деньги, а дело, которое способно обеспечить удовлетворение потребностей. С другой стороны, вопрос «Стоит ли заниматься искусством?» изначально неверен, если принять во внимание то, что наши дела есть воплощение и продолжение нашей личности. Отказывая себе в занятии искусством, человек угнетает определенную часть себя, что приводит к страданию. Вероятно, после накопления достаточного объема знаний, овладев соответствующими умениями и проделав необходимую интеллектуальную работу, человек просто не имеет выбора заниматься ли ему искусством или нет, мыслительная деятельность (если эта работа продолжительна, мозг изменится физически) сама по себе искусство, человеку остается захотеть или отказаться выразить идею в материальную оболочку.

Люди постоянно коммуницируют между собой через разговор, однако, обыденная речь хаотична, потому человечество пользуется заготовленными формами искусства, например исполнение песен, стихов, изречений и пословиц, танцев и т.д. Таким образом, искусство помогает получить удовольствие от точнейшей передачи мысли, и, как следствие, от успешного взаимодействия с людьми (причем, это могут быть как живые люди, так и образы людей в нашей голове, а возможно человечество в целом).

### **Человек - носитель культуры**

Недолгий век жизни не помешал человечеству пронести свет цивилизации через многие тысячи лет. Успехом мы обязаны непрерывному процессу передачи знаний. Весь багаж культуры буквально кочует по человеческим существам.

В процессе социализации ребенок копирует поведение родителей, а следом и окружающих людей, чтобы сформировать навыки жизни в обществе. В процессе обучения и познания молодой человек знакомится и постигает знания, созданные незнакомыми ему людьми. Отсутствие личного контакта ученика с творцом не препятствует обмену знаниями, которые были созданы этим творцом благодаря тому, что они хранятся в голове учителя или на материальном носителе – книге, веб ресурсе и прочем. Таким образом, на протяжении жизни индивидуума части знания, предметы искусства, созданные не им самим, встраиваются в уже имеющуюся у него конструкцию, собранную из частей чужих творений.

Благодаря сознанию человек способен осуществлять активную деятельность, в том числе творческую. Для культуры человек – это временный сосуд, имеющий сознание, чтобы им оперировать, гормональную систему желаний, удовольствия и вознаграждений для того, чтобы желать приобретать и совершенствовать знания.

Миллиарды живущих на планете людей образуют децентрализованную сеть для обмена, а главное, сохранения культуры, которую человечество создавало за предыдущие тысячелетия. Именно децентрализованность наиболее эффективна для сохранения информации. Каждый носитель (индивид или физический носитель, им созданный) хранит в себе часть целого, к тому же части дублируются на нескольких носителях, что обеспечивает высокую гарантию сохранности культуры, даже при гибели значительной части популяции. Сравнительно низкая эффективность и скорость обмена и обработки данных между людьми компенсируется эволюцией способов обмена данными.

Сфера личности человека остается существовать после смерти настолько долго, насколько влияет на жизнь потомков и насколько велик вклад в культуру. Раз так, то следует не только заботиться о собственном развитии и заниматься творчеством, но и обеспечить развитие и сохранность культуры. В процессе поиска удовольствий через искоренение страданий, надлежит позаботиться о политическом и экономическом благополучии потомков с тем, чтобы человечество процветало и сохраняло культуру, в которой после смерти останется жить ваша личность. Иначе в процессе голода, бедствий и деградации общества элементы культуры начнут теряться. Материя, на которую вы влияли при жизни и которую вы аккумулировали вокруг себя, неизбежно будет перераспределена или изветшает.

Пока живо человечество, в головах и делах людей будет жить культура, и эти люди будут творить, в том числе, и вашими руками, а, значит, прожитая вами жизнь была не напрасна.

## **Личность и культура**

Во-первых, личность – результат отмежевания ребенка от матери. Процесс запускается с момента, когда ребенок впервые сказал «нет» до пубертатного периода, когда подросток осознает потребность в конкурентных ресурсах, недоступных в зависимом от матери состоянии: в сексе, иерархии, авторитете, обеспечении собственной безопасности, покровительстве, агрессии и борьбе.

Во-вторых, личность – результат осознания границ между организмом и внешней средой. Это эволюционное преимущество. Понимание границ собственного организма необходимо для ориентации в пространстве, поиска еды и прочих ресурсов, восприятия прикосновений, в том числе, атакующих организм. Вершиной является самосознание, т.е. восприятие себя, как отдельного целостного интеллектуального объекта, и понимание своего места в сети социальных связей.

Описанные составляющие личности имеют физиологическую природу. Отрыв от социума и ограничения в естественных факторах среды не позволят мозгу сформировать нейронные связи, необходимые для формирования личности. Полноценная личность утратится при мозговых травмах или не появится, если ребенок будет иметь задержки в развитии, например, при аутизме.

Мы не создаем, мы пересобираем или усложняем конструкции знаний. Первоначальные технологии и знания добыты из наблюдений за природой, поведением животных и постижением закономерностей.

Человек – это носитель для генов и культуры. Люди мнят себя особенными и уникальными существами, на деле они всего лишь временные носители, задача которых пронести и передать.

## **Культура, как кумир**

Культура есть целое проявление человеческой деятельности, распределенное по носителям (человеческий мозг, динамика социума, предметы искусства, книжные записи, базы данных и пр.).

Сущность культуры познаваема. Культура стремится к прогрессу, который выражается в усложнении знаний и облегчении выживания индивида, путем экономического развития. Прогресс стремится к идеалу, который выражен в бесконечном удалении от животных проявлений к рационализации, этике и эстетике. Впрочем, идеал заведомо не достижим из-за материалистической природы прогресса.

Культура безразлична к судьбе отдельного человека, она заинтересована в благополучии популяции. Поэтому культуре бесполезно молиться и преклоняться перед ней в надежде на милость.

Культура не обладает святостью, так как не происходит от божественного, а является продуктом эволюции. Человечество способно погибнуть, когда погибнет последний его носитель, поэтому культура смертна.

Культура неподсудна за проступки отдельных людей и сообществ, покуда не найдется инопланетная цивилизация, способная навязать человечеству свою волю.

Культура нуждается в служении. Вклад отдельных людей в культуру способен узреть каждый через ее благостное действие на свою жизнь. Этим культура способна восполнить пустоту, оставленную в разуме после отказа от мистики. Служение культуре, а подспудно человечеству, есть универсальная высшая цель, единственно оправданная с эгоистической позиции. Служение культуре есть процесс созидательный, поэтому человек не раб культуры, но ее творец.

## **Организация**

Упоенно восхваляя торжество индивидуализма, мы забыли, что дюжина разумных людей, сплоченных единой целью, которые готовы без остатка вкладывать силы для ее достижения, способна воздвигать империи.

Организации потребен лидер. Главная задача лидера - осуществлять стратегическую координацию всех проектов, ведущих к генеральной цели.

Каждый член организации должен быть инициативным. Избрав одно направление и согласовав его с прочими, член организации становится главой выбранного направления, а остальные члены ему подчиняются, даже лидер.

Организация подобна вагонетке, нагруженной рудой. Сперва все её толкают на пределе сил, но разумно рассчитывая запас энергии на всю дистанцию. Если один устал, нельзя останавливаться всем. Пускай отдохнет и впряжется с восстановленным зарядом. Вредно винить слабых в проекте. Во-первых, слабый при настойчивости усилится по мере продвижения. Во-вторых, слабый в одном, он силен в другом. Если у человека нет сильных сторон, надлежит избавиться от такого члена организации.

Другой проблемой организаций становится ситуация, при которой некоторые ослабляют натугу, ленясь, и лишь делают вид упорной деятельности вровень с остальными. Добросовестно трудящиеся члены организации ощущают несправедливую прибавку нагрузки и обращают свою ярость на лентяев. В этот момент вагонетка останавливается, ведь общие усилия растрачиваются на свару и обиды.

Третьей проблемой организации выступает мнение одних членов организации о своем вкладе в общее дело, как о большем, по сравнению с остальными. Следом, первые снижают темп из обиды избыточного вклада, другие из-за обиды принижения их вклада. Организацию ждет крах при таком конфликте.

Именно лидер обязан замечать и имеющимся авторитетом устранять, не сглаживать, не замораживать, а, разобрав, устранять надуманный конфликт.

Труд одного члена организации не менее ценен, чем труд остальных. Не важно, чем он занят. Если без этого труда, кажущегося непрестижным, общее дело не свершится, этот труд незаменимо важен. Без взаимного уважения нет организации.

Важно помнить, зачем люди собрались вместе. В любой момент каждый должен ответить на вопрос, зачем он делает нечто в организации (в чем именно его персональная выгода или стремление). Если человек не может ответить, пускай думает в отведенное на то время и отвечает. Ответ должен быть, если человек желает далее находиться в организации.

При всей очевидности преимуществ объединения людей под флагом общей цели, мы редко наблюдаем подобные сообщества. Объяснение тому обнаруживается из наблюдений за людьми, что окружают нас. Человеку сложно найти единомышленников из-за того, что у каждого из нас, в силу прожитых лет, имеется собственная цель и набор интересов. С самого детства мы начинаем проявлять наклонности. С возрастом под влиянием прочитанных книг, просмотренного медиа, полученного образования, избранной или волей судьбы обретенной профессии, мы все больше специализуемся на определенном роде устремлениях. Для одних — это деньги, как способ продемонстрировать физическое доказательство оправданности труда. Другой интересуется автомобилями, третий овладел приёмами соблазнения, четвертого интересует излечение от недуга и т.д. Каждый занят решением собственного текущего устремления. Отчасти это происходит и оттого, что кроме данного устремления у человека попросту нет ничего, что могло бы удержать его от осознания всей бесполезности и малозначительности собственного бытия. Собираясь вместе, каждый член организации старается преподнести собственную историю о достижении устремлений, при том он ожидает от приятелей того же градуса увлеченности, однако, те заняты точно тем же и рассказывают о собственных устремлениях или проблемах, не имея действительной вовлеченности в увлечения каждого. Нельзя винить других в отсутствии горячей увлеченности вашими устремлениями, ведь у них есть собственные устремления. Поэтому чаще всего мы наблюдаем союзы людей, которые при разных целях соглашаются временно объединиться для достижения единой задачи, которая впоследствии поможет всем достигать их собственные цели.

Организация людей, постоянно объединенных единой целью, требует глубокой ментальной перепрошивки всех ее членов. Подобное можно встретить, например, в религиозных организациях, особенно радикальных. Прочие союзы обречены на распад с расхождением генеральной цели и целей отдельных членов организации. Именно поэтому поход Александра в Азию был обречен прерваться на эпоху войн диадохов.

## **Последняя глава**

Человек смертен. Человек не соприкасается со смертью. Когда смерть есть, человека уже нет. Смерть всегда чужая и далекая, никогда не собственная, поэтому смерть ассоциируется с горем от потери, но на деле смерть есть равнодушное ничто. Человек способен вообразить неизбежность, конечность, распад, но не ничто.

Однажды до смерти останется последний день. Потом один час. Можно утверждать наверняка, что отсчет такого часа начнется, однако, когда именно, предсказать нельзя. Смерть внезапна, если не спланирована.

Смерть избавляет от страданий, ей предшествующих. С ее наступлением исчезнет сознание, пресечется мыслительный процесс, органы восприятия больше не примут сигналов из окружающего мира. Сон без сновидений.

Со смертью привычное человеку течение времени исчезнет вместе с ним. Само понятие времени потеряет значение, и то, что казалось вечностью, случится в один миг. Со смертью человека одновременно погаснут звезды, распадутся последние электроны в последних атомах материи, которую до того не утянуло в черные дыры, и во вселенной наступит покой, где больше никогда ничего не произойдет.