

Ольга Ясинецкая

ЭТИКА

7 ключей к
пониманию
этических
состояний



Ольга Ясинецкая
Этика. 7 ключей к пониманию
этических состояний

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67724270

SelfPub; 2024

Аннотация

Знаете ли вы, что абьюзер, жертва и третья сторона – это всего лишь три из двадцати пяти состояний, образующих полную матрицу положений дел человека? И это самый низ шкалы. А что выше? Что на самом верху? Как туда добраться? Каждое из этих состояний имеет свои признаки. Положения дел следуют точно одно за другим. И из каждого положения дел есть всего два выхода. Один ведет к ухудшению дел, другой – к улучшению. Матрица положений дел универсальна. Она применима к любой из областей жизни человека, к любой ситуации, любой трудности. Покупая новый телефон, разумный человек обязательно прочитает инструкцию, наладит все настройки для оптимальной работы. Жизнь также требует от нас уважительного и разумного подхода. Очень полезно знать, как настроить все ее функции и развернуть в сторону улучшения. О том как определить и улучшить свое состояние, какие шаги предпринять, чтобы переместить свои дела в область хорошей игры, читайте в этой книге. Успехов в применении!

Содержание

Вступление	4
Глава 1. Этика.	7
Глава 2. Динамики жизни.	14
Глава 3. Постулаты.	20
Глава 4. Доска желаний. Постулаты и намерения.	23
Глава 5. Почему выгодно быть этичным.	31
Глава 6. Конфронт, присутствие.	35
Глава 7. Проблема. Два способа решать проблемы.	45
Глава 8. Причина и следствие.	59
Конец ознакомительного фрагмента.	68

Ольга Ясинецкая

Этика. 7 ключей

К ПОНИМАНИЮ

ЭТИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ

Вступление

Если посмотреть на жизнь, как на Путь, человек всегда ищет правильный путь. Парадокс в том, что правильный – тот, по которому человек идет прямо сейчас. Но заблудиться можно, и легко. Как же так? Надо разобраться. Если человек в себе, он не хочет блуждать. Оказывается, вопрос не в дороге, а в направлении. А увидеть направление можно только, когда видишь дорогу целиком. На ней и трудности, и приятности. Вот верх, низ, лево, право. Вот цель, вот мое место сейчас. А вот место, противоположное моей цели. Вот откуда и куда я двигаюсь, вот мои союзники, вот мои ресурсы, вот мои слабые места, вот мои сильные стороны. От кого ждать помощи, а от кого подвоха. Кому как помогать, а когда и дать волшебный пинок – в помощь. И есть ли право быть таким смелым, и... и... Ох, сколько вопросов.

При чем тут Этика?

На самом деле, как это ни удивительно, направления движения по Пути всего только два. Одно направление – в сторону благосостояния. Другое – в сторону состояния упадка. Их еще можно назвать расцвет и разруха. К ним можно подобрать еще много синонимов, но суть в том, что направления движения по жизни всегда в одну из этих сторон. Наверняка, если бы люди это узнали, им захотелось бы немедленно разобраться в этой теме. Потому что в каком бы отвратительном состоянии ни находился человек, если он обладает хоть каплей здравого смысла, он хочет поступать правильно.

Двигаясь в сторону благосостояния, человек увеличивает благодать (давать благо), благополучие (получать благо), благодарность (дарить благо). Это и есть благоприятное движение по жизни.

Благо – добро, счастье, наивысшая польза, ценность.

Двигаясь в сторону упадка, совершенно незаметно, бедно или богато, одиноко или в компании, человек понемногу сокращает связь со своей божественной мощью, теряет себя, свою целостность и тогда приходится все более жадно искать счастье и гармонию где-то, в ком-то или в чем-то, но потеряв внутри, не найдешь и снаружи.

Этика – навигатор в движении по жизненному пути, который соединяет для нас точки маршрута, и тогда мы можем увидеть направление движения, в каком из двух направлений мы двигаемся. А шкала этических состояний – это по-

дробная карта местности с инструкциями по выходу из умственных ловушек в правильном направлении.

Глава 1. Этика.

Я вижу и слышу много таких историй, которые показывают, что этика, как инструмент для улучшения жизненных ситуаций, не присутствует в жизни граждан и гражданок. Она даже не осознается как инструмент, которым можно пользоваться. Чтобы пользоваться, необходимо иметь, знать и уметь.

У того, что люди не пользуются этикой как инструментом улучшения своих дел, есть ряд причин. Скажу пока только о той, что вообще не на поверхности, но я искала. Вот в чем оказалось дело. Каждый человек, который более-менее соблюдает заповеди «не убий, не укради», считает себя этичным (и, возможно, правильно делает) и поэтому он думает, что все об этом знает. Все. Больше об этом знать ничего не нужно. Да ладно?

А что вы посоветуете женщине, которая узнала, что у мужа любовница? А у нее с этим самым мужем трое детей. Промолчать ей или говорить? И что говорить? А что вы сделаете, если случайно увидите мужа своей подруги, который флиртует за столиком кафе с коллегой, с которой у него недавно закончился роман, и подруга только-только «слезла» с антидепрессантов? Молчать или говорить? И что говорить? А что вы скажете своему ребенку, который в песочнице огрел мальчика лопаткой, когда тот толкнул его сестричку? А что

вы скажете девушке, которая с большим энтузиазмом обвиняет свою маму в абьюзе, хотя это ваша подруга и вы знаете ее с детства как порядочного честного человека, но девушка приводит вполне похожие на правду доводы. Расскажите подруге? И как вы определите, кто в этой ситуации лжет? А если вам расскажут, что ваша жена плохо о вас отзывается, вы точно знаете, что делать? А если вы полгода занимались проектом и вложили в него массу энергии, времени, сил, души, своих знаний, а начальник без предупреждения отдал этот проект другому? Идти к начальнику или промолчать, потому что все бесполезно? А потом несколько лет прокручивать в голове все, что было не высказано? А если, а если, а если...

Этот список можно продолжать, продолжать и продолжать. Как консультант по этике отношений я занимаюсь тем, что помогаю клиентам прояснять и улаживать запутанные жизненные ситуации. Все они очень разные, но в них есть общий знаменатель. Все эти ситуации непосредственно касаются нарушения этики. И! Внимание! Могут быть улажены именно с помощью введения этики.

И вот такая прекрасная мысль – для человека было бы совершенно естественно самому разобраться в основах этики, чтобы чаще поступать верно. Возможно, она и вам покажется привлекательной. У каждого из нас есть совесть, как камертон правильности поведения. Но одного камертона мало. Человеку нужны знания, как что-то исправить, урегулировать, восстановить, улучшить то, что было разрушено нера-

зумным поведением. Мало знать, что такое хорошо и что такое плохо. Необходимо хотеть, мочь и действовать хорошо. Знания об этом и есть этика. Мы с вами посмотрим на нее с разных сторон, как на предмет, как на инструмент, как на структуру. Этика – это здоровое поведение во всех областях жизни, дисциплина, позволяющая человеку отличать правильности от неправильностей.

Мне бы хотелось, чтобы в определении понятия сразу был заложен функциональный концепт, другими словами, для чего это нам нужно.

Я сформулировала это так: Этика – основополагающий принцип соотношения качества поведения человека или группы к качеству их жизни во всех областях. Или еще проще. Этика – это наука о правильном поведении (правильное – полезное для всех терминалов, включая себя самого).

Качество – добротность, бездефектность, степень ценности. Качество бывает высокое и низкое. Когда предмет слишком плохого качества, от него избавляются. Когда человек обладает низкими человеческими качествами, с ним не очень хотят иметь дело. Качество человека проявляется в его поведении, действиях.

Человек, применяя этику, может разворачивать дела в правильном направлении. Правильное направление дел – на пользу себе и окружению, всем областям жизни. Неправильное – то, которое может показаться самым разумным, простым, а на деле приведет к еще большим проблемам. Пра-

вильное действие часто бывает непривычным, но правильное приведет к улучшению.

Признак присутствия этики – дела идут хорошо. Признак того, что надо вводить этику – человек не доволен своим положением дел. Этичный, духовно здоровый человек двигается к процветанию всех областей своей жизни – все вокруг улучшается. Неэтичный, духовно пострадавший, двигается к победе над областями жизни, в результате чего проигрывает сам. И таким образом, желая победить других, человек разрушает собственную жизнь.

Аристотель создал слово Этика около двух с половиной тысяч лет тому назад. Он написал больше десятка томов, рассматривая само это понятие и проявления ее в жизни общества и отдельного человека. И, как вы понимаете, он был не первый, кто рассматривал эту тему. Но и по сей день лишь немногие понимают, что этика – это основа счастливой жизни. И снова вопрос, почему? Людям трудно смотреть на свою жизнь целиком, учитывая все сферы жизни. Отсюда и культ успешности – ориентир на видимые, чаще всего материальные достижения. Но невозможно оценить качество жизни, основываясь лишь на промежуточных, очень коротких циклах и только в отдельных областях.

Успехи и провалы – очень важная часть человеческого опыта. Ключевой ошибкой является стремиться к успеху так рьяно, что обесценивать сам процесс жизни. Отсюда и возникают бесконечные спады и подъемы, зависимость от одоб-

рения, страдания от неудач.

Если переместить наблюдение только с результатов, а уделить внимание самому движению по жизни, направлению себя по пути этичного поведения, то нить человеческой жизни приблизится к Золотому или Серединному Пути. Так даосы называют путь, на котором человек раскрывает все свои лучшие качества на благо себе и всему миру. Это путь Причины. Этика – это правило, которое помогает держать баланс, возвращать себя в хорошее состояние из неоптимального состояния максимально быстро и с осознанием нового опыта. Побывать в неоптимальных состояниях и выйти в оптимальные – это естественный процесс познания жизни и различных областей жизни.

Прояснить слово Этика проще, опираясь на слова Этимология, Этимон, Этик. В каждом из этих слов первый корень ЭТ переводится как верный, правильный, истинный. Этимология – правильное слово, учение, суждение. Этимон – истинно верный. Этика – правда, истина, правильность.

Греческое слово. Я долго искала наше, родное, простое и понятное. Нашла. Жаль, что оно давно не в ходу. Когда-то на Руси Этика называлась Правило. От слова править, исправлять, делать что-то правильным. И смотрите на слово Этика, которое создал Аристотель. В переводе с греческого – правильность. Это один и тот же концепт.

Сейчас слово правило осталось только в области исцеления тел. Правило для позвоночника. Тогда этика – это исце-

ление хребта человеческой жизни. Если у человека проблемы с хребтом (позвоночником), то у него проблемы и с походкой и здоровьем. Если у человека проблемы с этикой, то у него проблемы со здоровой жизнью и движением по ней. То ли застой, то ли вредительство, то ли страдания. ПравИло для жизни, для каждой области и каждой ситуации. Вот что такое Этика. Знание ее бесценно. Она основа качественной жизни, взаимной любви и истинного величия человека.

Предвосхищая вопросы по поводу того, что хорошо живут только те, кто могут отобрать у слабых, обмануть простодушных, обобрать доверчивых, скажу только то, что, если смотреть на короткий цикл, можно сделать неправильные выводы. И если смотреть только на материальную составляющую, то и увидеть можно только материальную составляющую. Если человек находится на таком уровне развития, что для него главное – это количество материальных благ любой ценой и за счет других, то это его уровень развития. Пока для него это так. И нет смысла спорить.

Человек может выбрать неэтичное поведение и преуспеть в присвоении материальных благ. Критерием же настоящего счастья служит качество жизни во всех областях. К этому можно и нужно стремиться. Этого трудно достичь, но только на этом пути человек становится человеком. Мало родиться человеком, надо еще им стать. Качества этичного человека – благородство, мужество, смелость, доброта, щедрость, уверенность, величие души, надежность, ответственность, со-

зидательность, милосердие, искромётность, лёгкость, игривость.

Людам во все времена свойственно стремление к благу. Но благо одного может быть достигнуто таким образом, что принесет вред многим другим. Этика ставит и разрешает извечный вопрос человечества в этой области: как достичь наивысшего блага во всех областях жизни. Неэтичное (вредоносное) поведение приносит благо (на коротком отрезке) одному индивидууму, или группе, во вред остальным. Этичное (честное) поведение приносит наивысшее благо самому индивидууму и остальным.

Рост, цвет кожи, национальность, образованность, наличие материальных благ или их отсутствие, религиозные убеждения, таланты не важны, если у человека нет этики. Доказать это очень просто. С каким человеком вы сами предпочли бы иметь дело? Наверняка с таким, который вас не предаст, не обманет, не бросит в трудную минуту, а будет поистине надёжным, добрым, мудрым, заботливым. В каком окружении хотели бы вы, чтобы росли ваши дети? Хорошо ли бы вы чувствовали себя, если бы знали, что друзья вашего ребенка честные, искренние, смелые, надёжные, добрые и ответственные, и не напоказ, а на самом деле?

Сегодня, особенно сегодня, во времена больших перемен, человеку необходимо иметь то, на что можно опереться. Друзья, это этика.

Глава 2. Динамики жизни.

Динамики жизни – это импульс человека Быть, Делать и Иметь с помощью других терминалов в различных областях жизни и во всех одновременно областях. Динамику создает сам человек, он же ее разрушает. Он же ее может восстановить с помощью этики. Динамики могут быть здоровые и больные.

Аристотель в своих трудах обозначал динамику (dynamis) как умение. Динамикой мы также называем область жизни. Деятельность в каждой из динамик, или областей жизни, прокачивает определенные умения.

12 Динамик:

1Д – первая динамика. Сам человек. Умение – общение.

Тогда этика по 1Д – это здоровое сообщение всех частей, составляющих человека – дух, душа, тело, разум.

2Д – вторая динамика. Любовь, семья, дети. Умение – взаимодействие.

Этика в семье – это здоровые отношения с каждым из близких людей.

3Д – третья динамика. Группы людей. Умение – согласовывать реальность.

Этика в группе – это здоровое умение к созданию договоренностей на благо каждому и всей группе. Так появляется общая реальность.

4Д – четвертая динамика. Человечество. Умение – понимание.

Этика – здравомыслие в масштабах человечества.

5Д – пятая динамика. Формы жизни – растения, животные. Умение – ответственность.

Этика – забота о своих питомцах, забота об окружающей природе.

6Д – шестая динамика. Материя, энергия, пространство, время. Умение – управление.

Этика – упорядочивание материи, уважительное и терпеливое отношение к процессам.

7Д – седьмая динамика. Духовность, знания. Умение – знания.

Этика – правильно выбирать то, с чем соединиться. Духовность – объединяющее начало.

8Д – восьмая динамика. Высший разум, Бог, Создатель, Дао, Омни (все, в переводе с греческого). Умение – вера.

Этика – связь с божественной мощью на благо каждому.

9Д – девятая динамика. Эстетика. Умение – приводить в гармонию.

10Д – десятая динамика. Этика, правда. Умение – поддерживать или восстанавливать целостность.

11Д – одиннадцатая динамика. Технология. Умение правильно оценивать важности.

12Д – двенадцатая динамика. Администрирование. Уме-

ние правильно оценивать данные.

Как только человек хочет что-то для себя и во вред другим, связь со своей божественной мощью он сокращает, канал закрывается. И так в каждой из динамик. В каждой из динамик присутствуют все другие динамики. Для того, чтобы освоить одно из умений, необходимы и все другие.

Каждая динамика – это импульс к расширению через определенные действия и терминалы. Когда мы общаемся, мы действуем в области первой динамики, также и тот, кто общается с нами. Мы обогащаем точки зрения друг друга через общение. Мы достигаем расширения по первой динамике и через первую динамику. Другой человек не является вашей первой динамикой, но он помогает вам реализовать свою первую динамику через общение.

Когда мы вступаем во взаимоотношения с человеком противоположного пола, то мы учимся взаимодействию, отношениям. Мужская и женская природа очень разные. Это целое поле для взаимодействия и взаимопомощи, взаимного обогащения и познания себя через близкие отношения. Ваш супруг или супруга – это не ваша вторая динамика, это терминал, который помогает вам реализовать себя в вашей второй динамике.

Когда мы что-то создаем в группе, мы действуем в третьей динамике. Мы согласуем свои действия с другими членами группы и создаем новую общую реальность. В хорошо работающей группе общая реальность, и при этом, у каждого

из сотрудинок она своя. Так происходит обогащение через согласие. Например, съемочная группа. Огромное количество специалистов. Каждый из них – компетентен в своем деле. Согласованная работа сценаристов, продюсеров, режиссеров, актеров, художников, костюмеров, гримеров, реквизиторов, программистов, бухгалтеров, консультантов, композиторов, осветителей, уборщиков, водителей, ассистентов. Представляете, насколько ценен каждый конкретный человек? И насколько важна согласованность действий, чтобы создать хороший продукт.

Как мы действуем в четвертой динамике, в масштабе человечества? Очень интересно, ведь у человечества есть какие-то задачи, оно проходит через грандиозные эволюционные процессы. Если внимательно посмотреть, то существует тело человечества, как один общий организм. И в нем, как в человеческом теле, есть разные органы, целые народы. А у каждого органа своя функция. И также как тело растет, развивается и болеет, так же и весь организм человечества растет, развивается и болеет, и отчего-то оздоравливается, а от чего-то нет. И также как в теле, в нем иногда заводятся опасные паразиты. И тогда надо знать, как от них избавиться лучшим образом.

Когда мы заводим домашнего питомца, мы погружаем часть своей тэты (жизненной силы) в пятую динамику и таким образом обогащаем свой опыт через пятую динамику. Мы вкладываем время и силы, а получаем хлопоты, любовь,

радость, прогулки, энергию.

Шестая динамика – наш усилитель в виде энергий, пространств, времени, материи. Кто-то чувствует или видит энергии и пространства, кому-то это только предстоит осознать. Многие стали следствием материи, как некоего стабильного данного в этой вселенной, потому что она проявлена и как будто не поддается влиянию.

Седьмая динамика – посмотрите на свою библиотеку. Те книги, которые были вами прочитаны – это то, что соединяет вас с духовным миром тех людей, которые их также читали. Фильмы, песни, культура, религия – это все объединяет единицы внимания людей. У них появляется что-то общее. Духовность – объединяющее начало. И это знания.

Восьмая динамика – это динамика веры и мощности.

Что такое вера? Вы просто знаете, что так будет, не допуская сомнений. Вы не допускаете собственных противомыслей своему намерению. Это когда с любовью к миру, хорошо получается. Эгоцентризм в этом деле не помощник. Например, когда дело всей семье на радость, никто и не противится, каждый оказывает посильную помощь в том, чтобы это дело было сделано. Сделано – со-делано, всеми вместе, значит. Это и есть с Богом.

В каждой из динамик мы общаемся, взаимодействуем, согласовываем действия и так далее.

Динамики – усилители звука. Если понимать, что вселенная – это огромный оркестр, в котором каждый терминал из-

дает собственные волны, вибрации, тогда становится понятным, что человек усиливает свое звучание в этом оркестре, если умеет сонастроиться с другими, а не перекричать их. И чтобы дополнить общий оркестр, необходимо быть самим собой, а не изображать из себя кого-то другого.

При этом каждый здесь является солистом, которому готов подпевать весь мир. И в то же время, каждый из нас является помощником для других. Разобравшись в этой несложной механике, можно убрать из своей жизни много ненужной борьбы. У каждого здесь есть потрясающие возможности раскрыть свой потенциал так, чтобы сиять по всем динамикам. Но это возможно только при условии, что человек играет на благо этим динамикам.

Глава 3. Постулаты.

Постулат переводе с латыни – требование. Жизнь принимает наши постулаты без доказательств и выполняет их. Это в действительности предсказание. После того, как вы создали постулат, весь мир помогает вам его исполнить. Если до этого вы не сделали постулат, противоречащий этому.

Проще всего понять принцип действия постулата по примеру поста в соцсети. Постулат – это пост, который вы написали и вывесили на всеобщее обозрение. Его видят все, абсолютно все, кто обращает на вас внимание и, по изначальной договоренности, помогают вам осуществлять ваши постулаты.

К примеру, вы вывесили пост «Я самый сильный». Убеждаете, значит, весь мир, и себя в этой идее. И каждый человек, который считывает это послание, реагирует на это определенным образом, в зависимости от собственной игры. Это будет происходить во всем многообразии проявлений. Кто-то будет признавать в вас самого сильного, кто-то провоцировать на проявление этой самой силы, кто-то создавать опасные ситуации, чтобы вы с ними справлялись. Сила, сила, сила, соревнования. Борьба вам будет обеспечена по полной. Титул самого сильного надо подтверждать.

Или постулат «Все мужики предатели». На этот пост мгновенно придут те, кто это докажут своим сволочным по-

ведением. Чего изволите? Предательства от мужчин? Пожалуйста! Да сколько угодно.

Постулаты – это ваше сообщение всему миру, начиная от собственного тела и кончая галактиками, чего вы ожидаете от этого самого мира. Это не весь сценарий, конечно, но это, как бы поточнее выразиться, заметки автора на полях. Хорошо, когда постулаты усиливают игрока, не имеют скрытого смысла и желания победить других.

Какое отношение постулаты имеют к этике? А вот какое. Когда человек вообще не знает о том, что в этом мире все взаимосвязано, он может не заботиться о том, что в какой-то области жизни ведет себя неэтично. Например, у него есть убеждение (постулат), что все полицейские – взяточники. Это само по себе – обобщение и ложь. Потому что не все полицейские взяточники. Так же, как и не все женщины шлюхи, а очкарики умные. Но вот есть постулат и человек с помощью этого постулата создает пространство и привлекает нужные терминалы. В его сценарии – полицейские – взяточники. Вселенная нам на все отвечает «да», как самый любящий родитель. И человек имеет то, с чем согласился, или на чем так упорно настаивает.

Или так. Мальчик играл в песочнице и его укусила бродячая собака. Его возили в больницу, делали уколы, и он решил «в песочнице играть опасно». И через какое-то время забыл об этом. Но постулат работает. И ум воспринял его как полезный, выживательный. Теперь в песочнице с маль-

чиком постоянно приключается какая-то фигня, потому что постулат – это самосотворенная истина. Ему теперь постоянно приходят разные подтверждения, что да, в песочнице играть опасно. Весь мир поможет в осуществлении.

Именно поэтому у человека есть особая ответственность перед собой и своей жизнью за то, какие мысли выбирать. Постулат не взялся из ниоткуда. Если вы имеете в своей жизни плохих полицейских или приятелей по игре в куличики, то задайте себе вопрос, а какими вы их постулируете? Этика – это прежде всего поступки, но все поступки начинаются с мыслей. У человека есть ответственность за свои мысли, слова и поступки. Кстати, постулат и поступок – однокоренные слова.

Глава 4. Доска желаний. Постулаты и намерения.

Для каждого человека совершенно естественным было бы постулировать что-то и без особых усилий это достигать. Но долгое время никто не заботился о том, чтобы очищать «доску желаний».

Поэтому человек вывешивает свои посты, а миру будто все равно. От этого происходит все больший разрыв между собственной ответственностью за свои мысли и действия и тем, что человек имеет. Потому что хочет он одно, а имеет совсем другое.

Но представьте себе этот пост, в котором бесконечно меняются сообщения. Даже самый доброжелательно настроенный волшебник запутается в том, что же от него ожидается, если никогда не производить осознанное очищение доски желаний. Там наклеплено столько всего, что совершенно не осталось свободного места. И это тоже вопрос этики. Желаний у каждого человека так много, что некоторые воплощаются через сотни лет.

Умственный чердак каждого современного человека забит таким количеством уже не нужных заявок, а они все исполняются и исполняются. Если желания воплощаются не вовремя, то приносят замешательства и страдания. Человек

живет в мире, где все к его услугам, но он совершенно не понимает, что ему надо взять ответственность за управление хотя бы чистотой своего умственного чердака, для начала.

Недавно я смотрела документальный фильм о культуре захоронений в древнем Египте. И увидела прекрасную иллюстрацию к теме постулатов. Речь в этом фильме шла не о захоронениях фараонов, а о захоронениях обычных людей, разной степени достатка.

У египтян в то время было принято делать постулаты на следующую жизнь. Тогда люди еще понимали, что они сами могут заказывать себе определенные условия следующего воплощения. Они писали на табличках сами, или с помощью писаря, довольно большие списки пожеланий на следующее воплощение. Они описывали уровень достатка, свое окружение, занятия, компанию близких людей и любимых животных. И вот что характерно, во многих захоронениях египетских мужчин на табличках, досках с желаниями, было написано «пить пиво каждый день». Дело в том, что в те времена пиво было дорогим напитком, признаком очень хорошего достатка. Обычный человек мог позволить себе его лишь на праздники, поэтому совершенно справедливо полагалось, что, заказав себе пиво в каждый день жизни, автоматически заказываешь богатство.

Я вспомнила одну поездку на такси. Ехали молча. Небольшая пробка. Машина остановилась возле автобусной остановки.

– Не понимаю, почему все говорят, что мужчин мало?

Водитель кивнул в сторону остановки, где стояло человек семь мужчин, а на лавочке сидела одна женщина.

– Куда я не приду, везде мужчин больше. Почему так говорят?

Я не сразу сообразила, о чем он. Но когда дошло, о чем говорит водитель, я стала смотреть на мужчин на остановке.

Водитель продолжал недоумевать.

– На работе одни мужчины, на рыбалке, в бане, в компании, да везде мужчин больше.

Я понимаю, что это важно, раз он мне это говорит, да еще так настойчиво. И вдруг до меня дошло.

– Смотрите, у каждого из этих мужчин в руках пиво. Женщины плохо воспринимают мужчин, которые пьют пиво на улице. Не считают их достойными своего внимания. С точки зрения женщины, только деградировавшее существо может пить пиво на улице, дожидаясь автобус.

Это было лет двадцать назад. Вполне возможно, что еще через двадцать, женщины будут мечтать о настоящем теплом мужчине, который может иметь некоторые человеческие недостатки, которые идут рука об руку с достоинствами, стоит только разглядеть (немного идеализирую, но ведь так и есть).

А теперь вспомните египтян. Они хотели пить пиво каждый день. В России на досках желаний не писали, либо мы об этом не осведомлены, но мысли, думаю, похожие были.

Вот они, мужчины, которые пьют пиво каждый день. И для них это нормально. Только это не имеет отношения к богатству. Сегодня это скорее признак неприкаянности. Постулат сработал. Только о нем никто не помнит.

Человеку надо быть очень внимательным в отношении своих намерений, постулатов, формулировок, поступков. Потому что слова и мысли – это кирпичики, из которых строится вся дальнейшая жизнь. И не одна.

Наши намерения выражаются в виде мыслей или постулатов и имеют огромную силу. Для того, чтобы эта мощь была направлена на создание высококачественной игры по всем динамикам, человеку необходимо осознавать свою ответственность за то, что он имеет в жизни прямо сегодня, даже если ему трудно поверить, что он как-то причастен к тому, что происходит в его жизни. Тогда, и только тогда, начав наблюдать причинно-следственные связи и себя, как причину собственной жизни, человек сможет начать приводить в порядок то, что было так задорно намешано.

Расчистив прошлые завалы из неразобранного умственного хлама, человек способен высвободить себя для новой невероятно интересной жизни. Намерение – это причина. И это этическая причина – восстановить себя как мощное, честное, красивое существо.

Одна моя клиентка избавилась от запаха изо рта, с которым ничего не могла сделать годами, когда поняла причинно-следственную связь между тем, что от нее исходит и ка-

чувством собственных мыслей.

Я несколько раз предлагала посмотреть на то, что за этим неприятным запахом могут скрываться дурные мысли. Но это вызывало тихое возмущение. Женщина была непоколебимого мнения насчет собственной святости. И вот однажды до нее все-таки дошло, что она действительно ничего плохого не говорит о людях. Она о них плохо думает. И вот это никак не складывалось в ее голове. Она же не делает ничего дурного, не злословит о них. Какая разница кому до ее мыслей? Они же об этом не знают, эти люди.

Она перестала вонять (фонить) ровно в тот момент, когда поняла, что она делала – мило улыбалась в лицо, а мысленно постоянно сравнивала в свою пользу, осуждала, критиковала. Какое намерение за этим стояло? Поднять свою самооценку за счет других, что-то доказать себе и своему окружению. А по сути – это намерение победить. Никакой честности, искренности, любви.

Мысли и намерения бывают зловонными, разрушительными, благодатными, великолепными, глупыми, разумными, ничтожными, красивыми. И только сам человек может обратить внимание на то, что он вводит в этот мир, какие вибрации запускает. От каждого намерения по миру расходятся вибрации, прокатываются по всей вселенной и возвращаются к нему самому, как в источник.

Мы вкладываем свою жизненную силу в игру и обогащаем себя опытом. Каждый человек свободен выбирать, в ка-

кие дела ему вкладываться, какой опыт получать. Для начала можно посмотреть на то, во что вы вкладываетесь сейчас.

Этика – это разумность. Разумный человек всегда отслеживает свои намерения. Просто потому, что понимает, что намерение запускает движение частиц. Движение частиц приводит к материализации намерения.

Мысль (начало) – движение (изменение) – результат (остановка)

Это цикл действия.

Банк памяти или кейс – сумма всех незаконченных циклов действия. Все, что человек не понял, отбросил, повредил, пострадал, получил в качестве навязанной информации, все это содержится в банке памяти, состоящем из разных отделов. Банк памяти свой, как духовного существа, банк памяти тела, банк памяти предков, банк памяти народа и так далее.

К счастью, вся эта информация хранится в спящем режиме, а команды, постулаты, намерения и модели поведения оттуда включаются при напоминающих обстоятельствах.

Человек – существо, зависящее от банков памяти. Там всего много. А мысли оттуда влияют на его жизнь. В общем-то, мы имеем эти банки, чтоб разобраться с этим опытом, сделать выводы, чему-то научиться, избежать боли. Но чем больше забиты наши банки памяти, тем больше замешательства и меньше удовольствия приносит игра.

Этика дает возможность человеку не погружаться в банки

памяти, не становиться их следствием, а быть причиной в своей настоящей жизни. Помните, я говорила, что этика – это правИло?

Основные функции этики:

Личная духовная гигиена – содержание в чистоте своих линий коммуникации, мыслей, намерений, поступков.

Восстановление баланса исходящих и входящих потоков (исправление застреваний в позиции причины или следствия)

Выправление экосистемы.

Укрепление и оздоровление отношений.

Улучшение окружения.

Оздоровление тела.

Улучшение работы каждой из динамик.

Улучшение координации всех динамик.

Этика увеличивает способность человека конфронтировать жизнь как она есть, видеть, что есть и чего нет перед человеком.

Конфронт (глагол. конфронтировать) Способность находиться перед кем-то или чем-то, присутствовать комфортно и воспринимать, без попыток убежать или уклониться. Прямое наблюдение.

Например, мужчина подходит к реке и у него начинает болеть голова. И он понимает, что это не первый раз. Если этот человек в хорошем состоянии, то он поймет, что надо разби-

раться не с рекой, а с умственными записями о реке. Когда он был совсем маленьким возле реки папа уронил его. Эта запись хранится, и выглядит таким образом «река = опасность= головная боль». Этот случай требует осознания факта, что это было, и головные боли при приближении к реке прекратятся в тот же момент, как только информация будет полностью осмыслена человеком.

Но если этот мужчина не этичен, то он сильно запутает себя. Он будет искать причину в том, что злодеи испортили экологию, поэтому у него болит голова. Или его жена пользуется отвратительными духами, или сын опять получил двойку. Для того, чтобы прояснить любую ситуацию, человеку требуется некоторая разумность и причинность, а он следствие.

Глава 5. Почему выгодно быть этичным.

Неэтичное отношение к себе и людям порой очень непросто заметить. Для этого надо понимать, на что смотреть. Люди же часто оценивают себя как честных порядочных людей, но жизнь демонстрирует – вот тут у тебя не все в порядке, смотри внимательно. Нечестность – попытка найти преимущество для себя путем сокращения блага другого человека, то есть за счет другого.

Примерно в одно и то же время я наблюдала как две мои знакомые пары делают ремонт. И те и другие – хорошие ребята.

Но. Одна пара жалуется. Поставили двери, так все потом пришлось переделывать. Чего еще можно ожидать от этих криворуких мастеров? И инструменты у них есть, а они ими пользоваться не умеют, все криво, в одних комнатах двери плохо закрываются, в других щели между полом и дверью невообразимые.

Ну да. Если заранее относиться к людям, которых вызываешь для того, чтобы они помогли и установили двери, как криворуким идиотам, то какое намерение на самом деле? Доказать, что я молодец, а они – идиоты. Именно это намерение воплощается в жизнь. Вы хотели показать, что кроме

вас никто не умеет хорошо работать – вот и доказательство. Вселенная на все отвечает «да».

В другой семье другой подход. «Нам нужны самые лучшие мастера, чтоб сделали замечательный ремонт, чтоб мы остались очень довольны друг другом». Как вы думаете, что они получили? Очень качественно выполненную работу. Они потом восхищались каждым этапом этого ремонта, аккуратностью, точностью, компетентностью, рекламировали этих мастеров всем своим знакомым. И вопрос был вовсе не в том, что вторая бригада была дороже или хозяевам просто повезло.

Намерение было не победить мастеров, а выиграть вместе с ними. Просящий да получит. В этом суть игры, в которой выигрывает каждый. Вы когда-нибудь задумывались, что все, что мы имеем в этом мире, мы получаем с помощью других людей – любовь, деньги, заботу, работу, услуги, внимание, восхищение. Так секрет счастливой жизни в общем, довольно прост. Уважай все и всех, с кем и с чем имеешь дело. Не в зависимости от того, что они тебе дадут, а начни с себя. Хочешь уважения – уважай, хочешь любви – люби, хочешь денег – не зажимай денежные потоки. Это этика.

Человечество долго играло в игры одни группы против других, мужчины против женщин, рокеры против попсы, нации против наций, религии против религий. В этих играх много возни, интриг, лжи и страданий. Игры становятся все запутаннее, а люди все несчастнее. И тогда люди ползут по

нисходящей спирали.

А есть другой путь – игра, в которой выигрывает каждый. Потому что выиграть на самом деле можно только вместе, а не против кого-то. Мысль трудная, но ее можно осознать.

Можно победить криворуких мастеров, доказав свое превосходство, но в такой кривой игре с нечестными целями, как только выиграл, так сразу и проиграл. В чьем доме кривые двери? Кому теперь все исправлять? Кто создал себе нервотрепку и дополнительные проблемы? Зато доказано – мастера – дураки. Мы – молодцы! Тогда на кого жалобы, что двери криво установленные остались в их доме, неудовольствие у них, перерасход на исправление дефектов, испорченное настроение, злость, неправильные выводы на будущее.

Во втором доме выиграли и хозяева, и мастера. Они это и хотели. Они вместе выиграли. Достигли, провзаимодействовали и улучшили. Это цикл действия при наличии этики.

Игра, в которой выигрывает каждый возможна во всех динамиках. Это можно понять, это можно делать, для этого надо занять намерение – создание этических отношений, взаимодействий, продуктов. Странно ждать, что какие-то качественные честные люди будут создавать чью-то красивую жизнь без участия самого человека, а он будет вести себя глупо или совершать вредоносные поступки.

Слишком тут все запутано. А можно распутать. Если каждый, кто готов, начнет вести свои линии в сторону этической

игры, то таких людей станет больше. И зависит это от каждого. Разумность заражает своим примером. Для того, чтобы в мире стало больше разумности, вводите этику в свою жизнь и в свое окружение. Для того, чтобы приступить к наведению порядка в жизни, есть одна штука, не секретная, но малоизвестная.

Глава 6. Конфронт, присутствие.

Вот она, малоизвестная, не секретная штука. Практически, волшебная палочка, хотя нет, палочку можно потерять. А это способность, которую можно наработать, и она всегда с собой. А польза от нее... Сначала проясним слово.

Конфронт, конфронтировать – способность находиться перед кем-то или чем-то, с комфортом, наблюдением и вниманием. Если неправильно понять суть конфронта, то можно подумать, что самое главное – присутствовать, так сказать, телом. Но смысл конфронта в том, чтобы присутствовать всеми единицами внимания. Здесь не проходит история «два пишем, а три в уме». Конфронт – это полное присутствие, с комфортом. Ком-форте, значит, с силой. С силой духа, естественно. Сила духа – это смелость. Кстати, смелый и умелый – однокоренные слова. Что умеешь, то и смеешь.

Мы привычно применяем слово конфронтация с негативным оттенком, когда кто-то противоборствует с кем-то. Но изначально это слово совершенно нейтрально. Стоять напротив. Мы ничего не могли бы написать на школьной доске, если бы не стали напротив. Если можем, то конфронтируем доску. И пишем уравнение. Стоять и смотреть на что-то бывает страшно. Но находятся смельчаки. Например, хирурги конфронтируют кровь, раны, больных людей, стоны, инструменты, жизнь, смерть. Это я только небольшую, са-

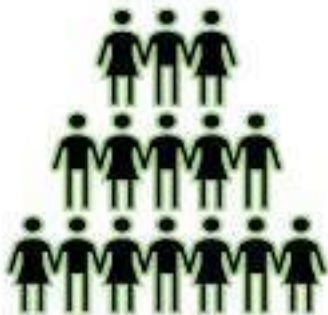
мую заметную, часть перечислила тех вещей, которые приходится конфронтировать хирургу. И вот именно поскольку он все это конфронтирует, он и может оперировать. А если бы нет – сбежал бы и занялся чем-то другим. И вот первая вещь – это желание и намерение присутствовать в больнице, в операционной, а вторая – способность конфронтировать все это великое множество инструментов, процессов, обстоятельств. Человек даже не приблизится к деятельности, если он не понимает, как и что делать. Но он даже не начнет этому учиться, если не сконфронтирует все части того, из чего состоит весь предмет. Постепенно, конечно.

Если один человек конфронтирует другого, то он может с ним общаться.



Если человек конфронтирует группу людей, то он может с ними общаться. Невозможно быть артистом, учителем или лектором, или руководителем без этой базовой способности

– конфронтировать какое-то количество людей.



Если человек говорит, что он интроверт, то согласитесь, это неспособность конфронтировать других людей. И если это ограничивает его возможности к общению, то это можно исправить. Конфронт тренируется и постепенно нарабатывается, как любая способность. Нет никакой необходимости заставлять себя общаться. Но иметь возможность общаться по своему усмотрению – это хорошо, и с этим трудно поспорить.

Если человек конфронтует грязь, у него есть смелость навести порядок. Если человек не конфронтует грязную посуду, к примеру, то он не сможет ее вымыть. Ну не нравится ему возиться с этими объедками на тарелках и жирными пятнами. Тогда он будет ждать, что порядок наведет кто-то другой. А когда придет его очередь мыть посуду, то он будет делать это так, чтобы его больше об этом не просили. Он может как бы случайно бить тарелки, или оставлять

их недомытыми. Он будет всячески избегать мытья посуды и делать в отношении этого действия массу противоусилий. Тогда мы можем сказать, что человек стал следствием в этом деле. Он его избегает, он его боится, он с ним воюет, он не может взять за него ответственность. Это очень слабая позиция. Позиция следствия. Там, где причина потратит на мытье посуды пять минут, следствие будет размышлять над тем, как отвертеться, растрачивая часы драгоценной жизни.

Если человек знаком с таким понятием, как конфликт, он заметит, что не конфликтует с мытьем посуды. И дальше ему останется только сказать себе «понятно». И проанализировать ситуацию. А! Вот в чем дело! Мне не нравится, что после мытья посуды кожа на руках становится шершавой. Хорошо. Тогда какие варианты? Самый простой – мыть посуду в резиновых перчатках.

Важно! Если человек что-то или кого-то не конфликтует, то первое, что ему необходимо сделать, чтобы сконфронтировать – это отметить то, что он сейчас не конфликтует. Я. Это. Не. Конфронтирую. С этого момента он уже причина. Потому что он увидел свою причинность в том, что с ним происходит. Потому что он пронаблюдал, как есть, тот факт, что конфликта нет. А это может сделать только причина. Отметить, что чего-то не конфликтует, это первый шаг на пути к конфликту. Это фактор реальности и это правильный пункт в данном случае.

Как только человек пронаблюдает, что он избегает мы-

тья посуды, а значит, не конфронтирует мытье посуды, он больше не будет избегать этого. Потому что до этого осознания грязная посуда была плохой. Мытье посуды было отвратительным делом. Соответственно, человек был следствием. Мытье посуды – трудное отвратительное, трудоемкое, большое дело, а он сам маленький и несчастный.

Как только человек замечает, что он просто-напросто не конфронтирует какое-то дело, он тут же возвращается в позицию причины. Когда человек заметил собственный неконфронт, это уже начальный шаг к тому, чтобы сконфронтировать все дело целиком. Тогда и этика в отношении мытья посуды встает на место. Раньше приходилось выкручиваться и врать, чтобы этого не делать, а теперь человек готов вносить свой честный вклад в отношении чистоты на кухне, как минимум.

Это работает в отношении любого дела в этой вселенной. Но, к слову, о чистоте, цитата из книги Ольги Муравьевой «Как воспитывали русского дворянина».

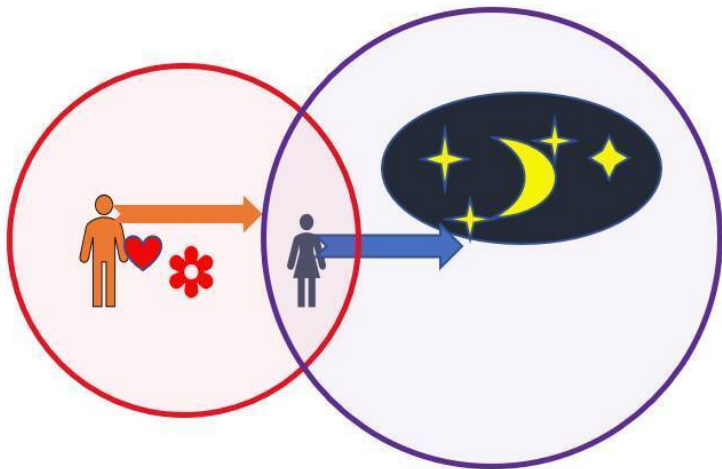
«В конце 1940-х годов на одной из постоянных баз геологических экспедиций был исключительно грязный общественный туалет. Но, разумеется, не это, привычное для всех, обстоятельство привлекало всеобщее внимание, а то, что на базу в составе одной из экспедиций, должен был приехать потомок древнего княжеского рода. "Мы-то, ладно, потерпим, – шутили геологи, – но что будет делать Его светлость?" "Его светлость", приехав, сделал то, что многих обес-

куражило: спокойно взял ведро с водой, швабру и аккуратно вымыл загаженную уборную».

Это пример конфронта. Не то, что он вымыл уборную является конфронтом. А именно конфронт дал ему возможность сделать это. Некоторым может показаться, что конфронтировать грязный туалет – это не замечать грязь. Или конфронтировать хамство – это промолчать в ответ. Иногда бывает и так, что надо промолчать. Но согласие что-то терпеть из страха вмешаться – это не конфронт. Что конфронтировал князь в данном примере? Грязный туалет. Себя в роли уборщика нечистот. Других людей, которые довели этот туалет до такого состояния и теперь могли почувствовать себя неловко, он же показал им пример, что убирать не стыдно, стыдно жить в грязи.

Только при наличии конфронта человек может что-то улучшить. Деятельность без конфронта – блуждание в потемках своих расчетов с большой надеждой на неожиданную удачу.

На чем, как правило, проваливается конфронт? Человек, якобы, не сбегает. Он присутствует, смотрит, слушает. Смотрит, но не видит. Слушает, но не слышит. Присутствует только телом.



Петя говорит Марине о том, что ему нравятся красные цветы. Он видит Марину, вот она, стоит, улыбается. Но присутствует только тело. Марины здесь нет. Это видимость конфронта. На самом деле, она уже давно хочет спать, потому что поздно, а завтра рано вставать. И она только и ждет, когда Петя закончит свои разговоры о цветах. Грубо говоря, Марина ждет, пока Петя заткнется. А всем своим видом показывает, что ей интересно. Кстати, это состояние Предательства. Марина предает своего приятеля Петю, потому что Петя сейчас сливает свою энергию в никуда. А он-то видит именно то, что Марина показывает своим видом – что ей ин-

тересно. Предательство – измена в ответ на доверие.

Если бы Марина сконфронтировала ситуацию, она бы сказала Пете: «Хорошо. Я понимаю, что тебе нравятся красные цветы. И готова поговорить об этом завтра. А сейчас я очень хочу спать. До свидания».

Это честно. Марина поняла суть Петиного сообщения и сообщила ему суть своего намерения. Всем все понятно.

Конфронт – это присутствие с вниманием и удобством. Это просто, если человеку все нравится, все идет хорошо. Но бывает так, что человеку не нравится то, с чем он имеет дело. И в такой ситуации конфронт – бесценная способность оставаться причиной.

Однажды вечером мы с Шурочкой, подругой моей бабушки, зашли в мясную лавку. До закрытия было еще полчаса, но в магазине была только продавщица за прилавком, и уборщица мыла пол. Я смотрела на Шурочку, любуясь ее нарядом. Она тоненькая, изящная в свои восемьдесят пять, идеально причесана, элегантно одета. А Шурочка рассматривала мясо, что лежало на витрине, прикидывая, что подойдет для котлеток. Продавщица подошла и поинтересовалась:

– Ну что, выбрали?

– Наверное. Вот этот кусок достаньте, пожалуйста, я его понюхаю.

Шурочка так выбирала продукты, по виду и по запаху. Но продавщицу это почему-то возмутило. В тексте невозможно передать хамскую интонацию женщины, уверенной в своей

безнаказанности, потому что я – ребенок, а Шурочка – бо-
жий одуванчик.

– Вы что, не видите, что мясо хорошее?

– Вижу, но хотела бы его понюхать.

Продавщица зашла в гнев.

– Очень плохо, что вы не видите. Очки наденьте.

Шурочка, дочь полковника царской армии, интеллигентнейшая женщина, воплощение хороших манер, прикрыв мои уши, спокойно произнесла:

– Плохо будет, если я этим мясом тресну тебя по морде. А то, что я прошу показать мне мясо поближе – это хорошо.

Это было сказано с полным конфронтom. Хотя, конечно, Шурочка просчитала путь отступления, если нам придется бежать. Реакция продавщицы оказалась непредсказуемой. Она как-то вся расцвела, проснулась, и улыбаясь, стала выкрикивать:

– Ну надо же! Двадцать лет работаю, а такого хамства не встречала.

Но она была, совершенно точно, рада. Уборщица подошла к нам и с большим интересом в глазах поинтересовалась, что произошло. На что продавщица с удовольствием повторила весь диалог. Поскольку Шурочка увидела, такую реакцию, то вполне мирно сообщила, что сама не знает, как у нее это выскочило. На что уборщица участливо помогла:

– Ну так, потому что вам нахамили, вот вы так и сказали.

В другой ситуации Шурочка ни за что не стала бы поку-

пать ничего в этой лавке, но поскольку дело было разрешено наилучшим образом, она купила-таки мясо, к всеобщему удовольствию. Эти две женщины отпускать нас не хотели, как дорогих гостей.

– А почему они так обрадовались? Ты же очень грубо ответила? – Мне обязательно надо было разобраться.

– Понимаешь, – объяснила мне Шурочка, – Эта женщина привыкла, что на ее грубость ей либо не отвечают, либо хамят в ответ. А я ей ответила грубо, но с любовью. Причем, ничего, кроме правды. И от этого одна сплошная польза. Может, теперь перестанет хамить. Или задумается, что такое хорошо, а что такое плохо.

Как теперь я могу понять, Шурочка не стала воевать с продавщицей, или игнорировать ее. Она ее сконфронтировала. И ответила с конфронтом, но в ее тоне, на ее языке. Чем вызвала полный восторг.

Чем же это отличается от обычного хамства в ответ? Намерением. Намерением Шурочки было не победить зарвавшуюся продавщицу и нахамить ей еще круче. Вообще нет. Намерением Шурочки было прояснить и улучшить ситуацию. Кстати, ситуация улучшилась и прояснилась. Вуаля!

Глава 7. Проблема. Два способа решать проблемы.

Проблема – это конфликт, возникающий из-за двух противоположных намерений. Человек попадает в нерешительность, имея проблему. Каждый человек в своей жизни сталкивается с проблемами, создает себе проблемы, имеет проблемы.

Проблема – это намерение и противонамерение примерно одинаковой силы, которые создают неподвижность в том месте, в котором столкнулись.



Пример. Вася хочет мороженое – это одно намерение. С другой стороны, бабушка не разрешает ему есть мороженое, потому что у Васи часто бывают ангины. Это другое наме-

рение.

Это проблема. Есть мороженое, порадовать себя или не есть мороженое, не волновать бабушку.

Есть два пути решения проблемы. Вот этот момент, в котором человек проявляет свою разумность или этику. Можно поступить этично, а можно неэтично. Если бы у Васи было знание, как нужно поступать с проблемами, вполне возможно, он выбрал бы поступить этично. Этично – это значит так, что все останутся довольны.

Посмотрим на вариант, когда Вася выбирает победить бабушкино намерение. И совершает оверт.

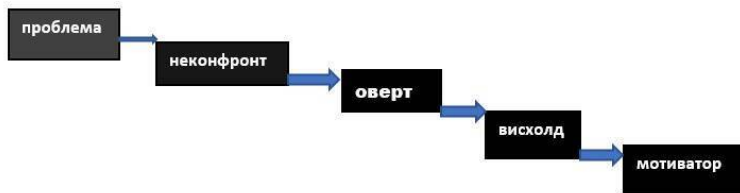
Оверт – то, что вы делаете сами, но вы не хотите, чтобы это сделали вам; акт действия или бездействия, который несет минимальную пользу минимальному числу динамик, или максимальный вред максимальному числу динамик. Намеренный вредоносный акт, совершенный в усиллии решить проблему.

Вася идет в магазин и по дороге съедает мороженое, а бабушке этого не говорит.

Вот схема, по которой человек становится нечестным. Вася не сконфронтировал свою проблему, значит, не рассмотрел ее. И делает усилие в попытке решить проблему. Сочиняет историю про то, что ему надо в магазин за новой линейкой, а по дороге покупает и съедает мороженое. Это оверт. Внимание! Оверт не в том, что он ест мороженое, а в том, что преднамеренно нарушает договоренность.

После этого ему надо утаить от бабушки то, что он съел мороженое. Утаивание – сокрытие правды из страха проиграть. является чем-то, что человек сделал, но не говорит об этом.

Дальше ему нужно придумать, чем бабушка плоха, чтобы не было так противно обманывать любящую бабулю. И теперь Вася начинает винить бабушку в том, что она вообще невкусно готовит, то есть делает ее виноватой в том, что он вынужден совершать оверт против нее. Это мотиватор. «Ты плохо делаешь вот то, а я имею право плохо сделать вот это». Потому что мороженое – это единственное удовольствие, которое Вася получает от еды, именно потому, что бабушка так отвратительно готовит. Но он же ей это не говорит, не хочет ее обидеть, так можно и про мороженое не сказать. Вот так рассуждает человек, который идет по нисходящей спирали в отношениях с бабушкой и со своей целостностью. Мотиваторы – это попытка сделать свой оверт меньше и оправдать его. Человек оправдывает свои плохие поступки плохими поступками (реальными или вымышленными) других.



Теперь, поскольку надо утаивать свою ложь, Вася старается ограничить свое общение с бабушкой. Она об этом ничего не знает, поэтому не может с этим ничего сделать. Просто вдруг замечает, что Васечка как-то стал раздражаться, когда она гладит его по голове и не хочет рассказывать, как дела в школе.

Проблема – неконфронт – оверт – висхолд – мотиватор – оверт – висхолд – мотиватор-проблема-оверт-висхолд-мотиватор.....

Так выглядит нисходящая спираль.

Мотиваторы хорошо добываются с помощью обесценивания, оценивания и подавления.

Итак. 1. Человек не конфронтует проблему.

2. делает оверт, чтобы ее разрешить.

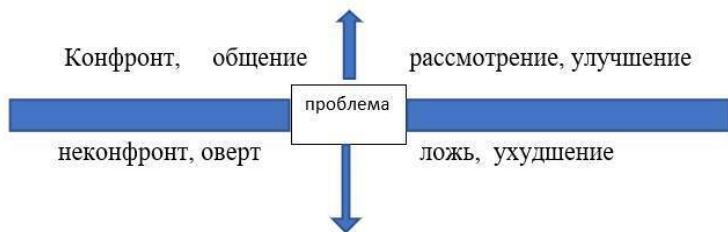
3. утаивает, чтобы не пострадать за свой оверт.

4. критикует – оправдывает свой оверт тем, что другой сам плохо поступил по отношению к нему (находит мотиватор)

Есть другой путь. У Васи проблема. Он хочет мороженое, а бабушка категорически возражает.

Проблема практически неразрешима. Кажется, что достичь своей цели можно только, обманув бабушку. Но когда намерения упираются одно в другое, надо подняться на более высокий уровень. И это выход из проблемы не вниз, через ад ссор и вранья, а через ясность и общение. Путь вверх

в том, чтобы рассмотреть проблему.



Вася хочет мороженое. Бабушка не хочет, чтобы Вася болел. Адекватный человек правильно оценивает важности.

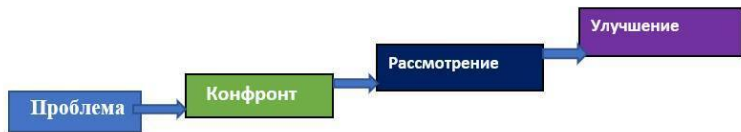
Если Вася адекватный, он может посмотреть так. Мне 15 лет, бабушке 78. Она старенькая, но очень бодрая и заботливая. Мне сильно хочется мороженого. А бабушка боится, что я съем его и опять заболею. В этом году я уже 4 раза болел ангиной. Но мороженое не было причиной ангины. Это не связанные между собой вещи.

Вася решает поговорить с бабушкой. В разговоре выяснится, что бабушка плохо чувствует себя и ей самой нужна помощь. Она больше не в силах тянуть на себе хозяйство, если вдруг внучок опять заболеет, для нее это будет слишком большая нагрузка – ходить в аптеку, покупать продукты, вызывать врача.

Люди мало и плохо общаются. Они не привыкли говорить

правду даже себе. Этот разбор проблемы с конфронтацией и в реальности, с любовью, требует хорошего намерения. Но стоит только начать, как тут же выяснится правда. Дело не в мороженом, а в том, что бабушка не хочет, чтобы Вася опять создал ей дополнительные проблемы. Ей приходится делать много дел по хозяйству.

Теперь Вася может увидеть, что бабушке нужно больше помогать, взять на себя какие-то домашние дела. Он вполне способен донести ей простую мысль, что мороженое ни в одном из случаев не являлось причиной ангины. Вася поможет бабушке сконфронтировать ее жизнь и его самого, с его проблемами. Они рассмотрели ситуацию, мороженое реабилитировано, как безопасный продукт, если его есть дома, медленно, с удовольствием. Бабушка тоже любит мороженое. Все довольны. Вася начинает обливаться холодной водой по утрам, для закаливания организма. Бабушка получает более взрослого и ответственного внука. А эти двое просто спокойно рассмотрели проблему – обсудили свои точки зрения на вред и пользу мороженого.



Проблема – конфронтация – рассмотрение – улучшение. Это

восходящая спираль.

За каждым овертом лежит непонимание. Неразрешимая проблема, возникает только тогда, когда что-то на самом деле не понято. Когда кто-то понимает всё, он может рассмотреть ситуацию и увидеть достаточно истины в ней чтобы найти решение, которое помогает большинству динамик.

Оверт – вредоносный поступок, который человек совершает в усиллии решить свою проблему. Это то, что он делает другим, но не хотел бы, чтобы это делали ему. Оверты наносят вред тем, против кого совершаются и разрушают того, кто их совершает.

Мотиватор. Это то, что с точки зрения человека, разрешает ему делать оверт против другого.

Например, человек крадет деньги у своего работодателя, объясняя себе это тем, что тот платит ему необоснованно маленькую зарплату. С его точки зрения, работодатель – сам нечестный человек, значит, и украсть у него – это просто восстановить справедливость.

Мотиватор – это то, что сделали человеку, или он решил, что ему это сделали, и это для него является оправданием его собственного оверта.

Не факт, что против человека совершен оверт, но это самая «полезная» вещь в мире. Люди часто копят мотиваторы против своих родных, сослуживцев, начальства, страны. Это дает возможность, якобы безнаказанно, вести себя с этими людьми, мягко говоря, как с врагами. Сплетничать о них,

что-то отнимать, злословить, воровать.

Жена изменяет мужу. Но у нее же есть мотиватор. Он отвратительный муж, грубый, зарабатывает копейки, часто выпивает. Чем больше он «виноват» перед ней, чем сильнее она убедит в этом себя и его, и всю родню, тем более естественным выглядит то, что она наставляет ему рога. Она и не может вести себя по-другому. Она пострадавшая сторона.

Или человек, который договаривается с поставщиком о разнице в цене на продукты по документам и настоящей ценой. Он вообще не видит в этом ничего плохого. Ему же надо кормить семью. А этот жадный начальник платит ему так мало.

Имея мотиваторы, можно убаюкивать свою совесть сколько угодно. Но таким способом никак невозможно стать честным, благородным, уважаемым, здоровым, любящим, любимым, восхитительным, божественно прекрасным и счастливым. Даже если украсть миллион миллиардов, это не поможет. Есть такие вещи, которые надо добыть, не отжав у кого-то, а потрудившись над своими качествами. Над своими – в первую очередь.

Утаивание. Человек совершает оверт и если это не раскрыто, то он старается это утаить, как можно лучше скрыв свой оверт.

Утаивание – еще более разрушительный поступок, потому что путь до осознания становится гораздо длиннее. И кроме того, человек очень быстро начинает верить в собственную

ложь.

Пример. Ваня после работы пошел не домой, а помочь своей сотруднице пересадить кактус. Эта сотрудница пытается соблазнить Ваню, и он это понимает, но пока еще размышляет, как ему поступить. Вернувшись домой позже обычного, он объясняет своей жене, что начальник, такой-сякой, придумал ему какое-то дурацкое дело. А жена чувствует, что Ваня врет, но доказать не может. И что же Ваня? Он начинает всерьез злиться на жену из-за того, что она ему не верит. Он как бы сразу забывает о том, что он действительно ей врет. И на следующей день жалуется другу, что жена мучает его припадками ревности. Очень тяжело с ней разговаривать.

Теперь у Вани железный повод изменить жене, она ведь ему совершенно не доверяет, а в отношениях ведь главное – доверие. Это «ущемляет его права». Это вообще его «сильно обижает». И это самая распространенная схема оправдания собственного оверта.

Пошел к сотруднице, явно имеющей на него виды, а дома ждет жена. Это оверт. Потом скрыл это от жены – это утаивание.

Убедил себя, что она его допрашивала, хотя он все так хорошо ей объяснил – это мотиватор. Он вообще не при делах. Теперь он сдал свою причинность. Больше он не причина в том, что происходит в его отношениях. Он следствие.

И вот тут можно увидеть, что человеку бывает надо со-

вершить духовный подвиг, чтобы остаться человеком. И без понимания этики, как навигатора по положениям дел, бывает очень непросто держать правильный курс.

В этом мире много мужчин и женщин, много возможностей для измен. А счастливых людей мало, потому что счастье Следствия краткосрочно и приносит в жизнь разруху. Краткосрочно, потому что зависит от других. Следствие не может взаимодействовать, потому что для этого надо брать ответственность. Следствие манипулирует, чтобы получить желаемый результат, и искривляет себя, корежит, уменьшает.

Главные действия следствия – угадать и угодить. Главный метод – манипуляция. Манипуляция – это тайные действия с целью получить выгоду только для себя. Для того, чтобы манипулировать используются подавление, обесценивание, ложь.

Когда возникла проблема, можно выходить из нее двумя способами. Первый – спасая только себя и превращать себя в дрянь. Дрянь – дрань – это рваное тряпье, которое проще выбросить, чем залатать. Человек-дрянь обладает примерно такой же ценностью. Это, правда, не заметно вот так сразу, как на тряпке, но участь та же. То, что теряет свою целостность, больше не имеет никакой ценности, становится негодным. Негодный человек – негодяй. И тогда этому человеку, который сильно потерял в своем достоинстве в собственных глазах, просто необходимо обесценить достоинство тех, кто

теперь лучше и чище его. Он попадает в такую невыносимую ситуацию, что просто «вынужден» продолжать заталкивать ложь в свою жизнь.

Вот набор духовно пострадавшего: оверты, висхолды, обесценивания, подавление, мотиваторы и много лжи.

Каждый создает свой опыт и получает его. Все, с чем человек когда-то не справился, не сконфронтировал, в чем он проиграл; когда была снижена его осознанность, когда он попал в ловушку, – все эти записи сохраняются в кейсе, банке памяти человека с единственной целью – увеличить его шансы на выживание. Здесь же находятся и решения, расчеты, и цели. Цель, содержащаяся в кейсе, имеет намерение выжить за счет других и против других, только для себя. Нисходящая спираль – погружение в кейс до бытия полным следствием кейса. Не определяется по внешним признакам, не имеет хвоста и рогов, и бус из человеческих зубов на шее. Признаки можно заметить только если знать, на что обращать внимание. Смотрите на то, что вы на самом деле делаете и каковы ваши истинные намерения. Смотрите, что делает другой в отношении вас. А если вам не понятны намерения другого, то вы имеете право прояснить «С какой целью ты это говоришь?» Или «с какой целью ты это делаешь?»

Если в отношении человека совершили оверт, то этичный человек не станет делать из него мотиватор. Это путь в страдания.

Что правильно делать в таком случае? Во-первых, скон-

фронтировать. Во-вторых, урегулировать.

Пример. Муж сказал жене, что едет на рыбалку, а сам отправился к любовнице. Ситуация запущена и уже давно. И продолжается она, потому что жена собирает мотиваторы против мужа. Он виноват, она страдает, но ничего не говорит. Это порождает тайны и замешательства, отношения становятся все хуже и хуже, муж тоже копит мотиваторы против жены. Он же должен как-то оправдывать свои измены.

Кто-то из них должен ввести этику. Начать честный разговор. Как бы страшно или трудно ни было, это единственный способ что-то улучшить.

Ох, как страшно! А если выяснится, что у него другая женщина, – думает жена. – И он скажет, что выбирает ее. А так, потерплю, помолчу, зато сохраню отношения. И она, бедолага, крутит эти мысли в своей голове. И чаще всего, даже не рассчитывая на его деньги или заботу или любовь, а просто стыдно быть не замужем, к примеру. И она выбирает корезить свою психику и здоровье, лишь бы производить впечатление. На кого? На людей, которым до нее нет никакого дела. Для чего? Чтобы не чувствовать себя жалкой, проигравшей. Поэтому она с каждым днем выглядит все более жалкой и проигравшей, такой и является. И все это она делает с собой в попытке не показать это другим. Искривление логики. Ну, что сказать? Это и есть момент выбора. Очень трудно решиться на честный разговор. Но ведь пугает неизвестность. Когда данные становятся известными, то прихо-

дит понимание, что делать дальше.

Это и называется – пролить свет на ситуацию. Если человек знаком с самим понятием Этика, для него не является вопросом – говорить или не говорить. Хорошая игра – это ясная и понятная игра.

Хорошая игра мужа и жены – это командная игра. Это два терминала играют вместе в интересах каждого отдельного игрока и пары в целом. Если этого нет, то нет и пары в ее истинном понимании. При помощи этики можно хорошо закончить игру либо, если двое захотят это урегулировать, вывести э игру в новое этическое пространство. И только тогда для них начнется настоящая, и легкая, и трудная, понятная, счастливая семейная жизнь с такими чудесами и открытиями, что никаким кейсам даже не снилась. Словом, чтобы что-то хорошо функционировало, оно должно содержаться в чистоте и порядке. Неужели есть сомнения, что это, в первую очередь, касается общения?

«Язык дан человеку, чтоб скрывать свои мысли». Общеизвестное убеждение из старой вонючей игры. Так старые вещи имеют затхлый запах. Затхлый – значит запах тлена, разложения. Они когда-то были очень нужны и любимы. Но их время закончилось, а никто не позаботился закончить цикл с этими вещами. Им надо сказать спасибо и отнести на свалку, там, где им самое место. Скрывать свои мысли – очень полезный навык, но он уже на «отлично» усвоен человечеством. Он никуда не денется. Теперь можно научиться че-

му-то новенькому. Например, содержать свои линии коммуникации в чистоте, без лжи – это навык, который очень пригодится в новой игре. Потому что с этого все хорошее только и начинается.

Глава 8. Причина и следствие.

Есть две основополагающие точки зрения на игру – Причина и Следствие. Само по себе это естественно. Мы находимся в позиции причины и следствия постоянно и даже не замечаем этого. Это как вдох-выдох, делаем постоянно, но задумываемся об этом, когда направляем внимание на этот процесс либо, когда что-то пошло не так. Но наблюдать причинно-следственные связи – признак здоровой психики и ума.

Видели когда-нибудь такую картину? Бежит малыш, спотыкается о ножку стула, падает и плачет. И кто-то из взрослых говорит: «Ай-ай-ай, не плачь! Плохой стульчик! Пойдем его накажем. А-та-та». И грозят пальцем стулу. Если кто-то считает, ну и что, ерунда, скажу свое мнение – нет, это не ерунда. Маленький человек обучается усиленно, ежедневно, в различных ситуациях, поэтому лучше его не путать. Обнять – да. Выслушать – да. Что бы я в такой ситуации сказала? «Пойдем, посмотрим, как ты бежал, и что случилось». И найдите то место, где он не справился, торопился и не заметил ножку стула. И все об этом. Сам не заметил, сам упал. И никто не плохой.

Опс! Вот прямо сейчас поняла эти выступления про плохой стул и аналогичные. Бабушке доверили внука, а он упал и плачет. Подсознательный страх требует немедленно ука-

зать другую причину. Это не я не досмотрела, это стул плохой.

Ладно, сейчас реабилитируем бабушку. У ребенка есть такие родители, бабушки и дедушки, которые есть, и слава Богу! Ни у кого нет идеальных условий взросления, обучения, жизни. Но! Если хотя бы один человек в окружении ребенка с высоким уровнем здравомыслия, то у ребенка больше шансов вырасти здравомыслящим, а значит, счастливым человеком.

К примеру, человек промочил ноги и заболел. Как причина, он ходил по улице под дождем. Как следствие получил на себе воздействие от этой прогулки. Но вот заболел. Ситуация. И вот тот момент, где очень важно не застрять в позиции следствия.

Если человек застрял в следствии, то причиной болезни он объявит плохую погоду и промокшие ноги. И тогда он продолжит быть следствием погоды и промокших ног. И скорее всего, дождливую погоду занесет в список плохих вещей, а если промочит случайно ноги, то, для подтверждения этой мысли, заболит снова.

Если человек осознанно смотрит на жизнь, то он проанализирует ситуацию, поймет, что заболел из-за того, что испугался заболеть, когда промочил ноги. Он вспомнит, что неоднократно ходил босой по лужам и никогда не болел. А тут вдруг испугался. Может, вспомнил чей-то рассказ или еще что. Он исследует эту ситуацию назад, найдет почему

испугался и выздоровеет очень быстро. Он не стал следствием простуды. Он пронаблюдал с точки зрения причины. Наблюдающий осознанно – это причина. Причина ищет тот момент, где она на себе произвела то или иное следствие. Пусть даже под воздействием кого-то или чего-то.

Человек, застрявший в следствии, не наблюдает, как есть. Он стал следствием и ищет причину в том, на кого можно переложить ответственность за то, что с ним произошло. Это нарушение причинно-следственных связей. Если посмотрит осознанно, то увидит момент, где стал следствием. Но если он ищет причину в ком-то или чем-то другом, то он никак не может выйти из позиции следствия. Потому что он согласился с тем, что причина – другой. И так он застревает.

Например, человек не заправил бак горючим, и в дороге выяснилось, что дальше ехать не на чем. «Господи, за что ты меня наказываешь», – восклицает горе-водитель. Естественно, у него это уже пятый прокол за день, нервы на пределе. Но рассуждения, что все происходит по Божьей воле, абсолютно верные в системе координат человека-Причины, вдруг превращаются в свою противоположность в системе координат человека-Следствия. Он не любит Бога, не верит в его мощь, он просто сваливает на него всю ответственность. Так если бы, по правде, захотел узнать, то и получил бы ответ. Но ему же не нужен ответ, Следствие хочет найти причину. И находит. И остается следствием.

Другой пример. Несколько человек поют. Кто-то может не

попадать в ноты. Если человек видит, что песня звучит плохо, то он может обвинять во всем других участников. И это позиция следствия. Ни к чему хорошему не приводит. Только к распаду всей группы. Можно обвинить всех и остаться правым. Правым мудаком. Потому что игры больше нет, а щеки раздуваются от праведного гнева и своей исключительной правоты.

Кстати, этичный человек, а этичный – это Причина, действует по-другому. Ну да, кто-то фальшивит. Проверит себя, в первую очередь. Он готов к взаимодействию. Он, или кто-то другой, надо все выяснить и урегулировать. Иначе вообще не имеет смысла разбираться в положении дел, если изначально есть идея, что виноват кто-то другой.

Причина не хочет побеждать других, она хочет достичь хороший результат вместе с другими. Причина – точка источник. Может действовать по всем направлениям. Может не действовать. Это потенциал всего. Ее основная задача создать следствие.

Следствие – точка приемник. Может принимать воздействия из всех направлений. Но действовать вовне может, лишь вернувшись на позицию причины. Ее основная задача – принять и воспроизвести сообщение, а затем, обогатившись новой точкой зрения, вернуться в состояние Причины.

Вселенная есть согласие всех Причин – это Ломоносов пронаблюдал. Игроки – это причины. Мы остаемся причинами в любой момент. Даже когда застряли в следствии, то

все равно изначальная причина – сам человек.

Причины общаются и взаимодействуют, и создают реальности. Живут, одним словом.

В общении есть две позиции – точка-источник и точка-приемник или другими словами, причина и следствие. И в общении мы попеременно занимаем две эти позиции. И это хорошо. Плохо начинается в тот момент, когда Причина и Следствие застревают в каких-то моментах. Потому что естественно – это быть способным быть и следствием, и причиной.

Застывшее следствие забыло, что изначально оно – причина. И ждет, что ему дадут то, что ему нужно. Но этого не происходит. Тогда оно начинает обвинять и всячески манипулировать, чтобы каким-то образом достичь желаемого. Это странная игра, но очень распространенная. Застывшая причина – тоже следствие. Это следствие страха быть следствием.

Причинная траектория движения. Давайте посмотрим, что помогает Следствию встать на вектор Причины. Наблюдение, осознание, что поведение не оптимально, конфронт своего состояния ровно в том виде, в каком есть. Это все предполагает присутствие в моменте. Присутствие – это при сути. При истине. Истину раньше на Руси называли Естина, то, что есть на самом деле.

Точка зрения человека формируется двумя векторами. Один вектор – это выжить. Второй – достичь своих целей.

Вот между этими векторами мы имеем диапазон наших действий.

А точка пересечения этих векторов – точка зрения на жизнь каждого отдельного существа. Мы смотрим на то, что мы хотим и что мы можем. Хотенье – это личное дело. Можно хотеть, что угодно. Но здесь есть правила, есть другие игроки. Поэтому определение игры такое: Игра состоит из свобод, барьеров и целей. И вот мы смотрим на всю эту богдельню либо как следствие, либо как причина. Пока человек не научится определять, в Причине он находится или в Следствии, все другие этические улаживания не имеют никакого смысла. Для того, чтобы выйти из позиции Следствия, надо заметить, что находишься в Следствии. Это уже будет поступком Причины. Переход происходит мгновенно. Человеку только надо занять идею, что есть две точки зрения на игру, жизнь, ситуацию, на себя, партнера, свое окружение, здоровье. Следствие и Причина.

Как человеку понять, что он находится в позиции Следствия или Причины?

Инструменты Следствия – интриги, обиды, расчеты на собственный выигрыш, притворство, месть, злые замыслы против кого-то. Но это не обязательный набор. Классический пример человека-следствия – герой Басилашвили из фильма «Осенний марафон». Добрейшей души человек, но что-то от его «доброты» никому не сладко, и ему, в первую очередь. Куда пнули, туда летит, главное, чтоб отстали. След-

ствие живет не в реальности, поэтому мыслит только очень короткими циклами, создавая клубки проблем. Признаки, по которым человек может увидеть, что он в Следствии – это драматизация, необходимость лгать, непонимание, что делать, длительное недовольство собой или другими.

Драматизация – неосознанное проигрывание в настоящий момент той ситуации, которая была в прошлом. Со всеми несоответствиями текущему моменту.

Например, человек сильно смущается, когда у него что-то спрашивают, хотя он прекрасно знает ответ. Это драматизация из прошлого, когда учительница часто на него раздражалась, стоило ему только открыть рот. Это была ее проблема, расшатанные нервы. Но, поскольку у ребенка не было разумного объяснения этому идиотизму, он решил, что отвечать – это страшно. Если бы он проанализировал эту ситуацию, понял бы, что произошло, то у него появилось бы понимание и способность действовать без страха. Это учительница. У нее проблемы, поэтому она меня так торопит и раздражается. И это происходит не только со мной. И это не зависит от того, хорошо я выучил урок или плохо. Я отвечаю настолько хорошо, насколько могу. Это моя ответственность. Реакция учительницы – это ее способность конфронтировать меня. Это ее ответственность. Вот и разлепилось. И таким образом, проанализировав ситуацию, человек может восстановить свою причинность даже через много лет. Почему он смущался отвечать на вопросы даже спустя двадцать

лет после окончания школы? Потому что он как стал следствием странного поведения учительницы, так им и остался. Повторять, что учительница дура ни разу не поможет. Поможет только анализ ситуации. Вот это делала она, а вот это делал я. А! Так я не сконфронтировал ее раздражение, не понял, что происходит. Понимаете, в чем причинность? Увидеть ровно то, что сделал или не сделал. И ровно это можно исправить.

Если понять одну только эту вещь, прояснить концептуально для себя это понятие – уже одно это станет большим подспорьем каждому разумному человеку. И все равно может быть трудно. Ведь это так сладко – обижаться на кого-то, к примеру. Это самое простое действие, чтобы стать самому хорошим. Вот этот другой – плохой, значит я – хороший. Все. Больше ничего можно не делать. Вот так выглядит ловушка, в которой застревает человек. Когда человек стал следствием кейса, ему очень непросто выбраться именно потому, что все выглядит очень логичным для него. Вот тот другой плохой, а я хороший, это же очевидно. И все, никаких усилий, никакой работы над собой и своим духовным ростом. Уже «победа».

Из каждого положения дел всего два выхода. Один – наверх, в более высокое состояние, если прошел его как Причина или вниз, в более низкое состояние, если стал Следствием этого состояния.

Что значит стать следствием состояния?

Наблюдала такую сцену в ресторане. Пожилой мужчина, явно хозяин положения, троллит свою родню, отпускает обесценивающие замечания. Он не в духе и делится своим настроением с удовольствием человека, которому никто не может дать отпор. Досталось каждому. Компании невесело. Тут прибегает девочка, наверное, его внучка, лет пяти, и говорит, что проголодалась. Чего бы съесть? Дедуля и ее начинает обесценивать. Это все в интонации, репликах. Я напряглась, потому что девочка прибежала такая сияющая, радостная. Мне хочется как-то вмешаться, защитить. И вдруг эта девочка, ни на секунду не стушевавшись, откинулась на спинку стула, подняла на дедушку свои ясные глаза и медленно так, с улыбкой, к которой я так и не смогла подобрать эпитет... пожалуй, с такой пронизывающей строгой улыбкой, спросила:

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.