

Часть одиннадцатая

ЦИКЛ ВОСЬМОЙ

1 ноября – 12 декабря



Исцеление после утраты
«Мы все – части одного целого»

Рекомендации

Изучите этот раздел, если испытываете что-либо из перечисленного:

- ✦ изолированность от общества
- ✦ сильный страх смерти
- ✦ трудности в решении проблем прошлого
- ✦ неспособность жить настоящим моментом
- ✦ раны, полученные в прошлой жизни







Мифологические размышления о погружении в тайну

Для людей прошлых веков это было время завершения праздника урожая и наступления периода, когда смерть становилась реальностью, а не символом. Когда все фрукты и овощи были собраны, — урожай зерна начинал буквально символизировать смерть бога земледелия. Если что-то оставалось на полях, то это считалось принадлежащим существам из потустороннего мира. Приходило время возвращать стада с пастбищ. Чтобы выжила большая часть животных, необходимо было отбраковать особей, не способных перенести тяжелые зимние месяцы, но при этом обеспечить сохранность тех, у кого для этого было достаточно сил и здоровья. Ценный корм было нельзя тратить на животных, которые не переживут зиму. Символическая смерть праздника урожая предстает, таким образом, в более повседневной форме.

На месяцы между этим периодом и зимним солнцестоянием приходится самое темное время в году. Настает пора оторвать взгляд от бесплодной и холодной земли и сосредоточить основное внимание на внутреннем мире. Именно это время года было принято считать началом зимы и приходом нового годового цикла. Все рожденное на свет берет свое начало во тьме, поэтому текущий этап похож на созревание — период незаметного, но неотвратимого роста.

У древних людей было иное представление о смерти: они полагали, что потусторонний мир столь же реален, как и этот, а вход в него



можно найти либо в особых местах, либо в особое для этого время. В эту пору «завеса между мирами» истончалась, что позволяло устанавливать связь с предками и общаться с ними. Считается, что празднование хеллоуина с его угощениями берет свое начало в древней кельтской традиции оставлять еду в качестве подношения покойным. Также этот обычай нашел свое отражение в красивом ритуале ужина безмолвия, устраиваемого в честь предков. Для этого накрывался праздничный стол для всей семьи, в том числе для упокоившихся. Рядом ставились фотографии усопших близких людей, а сам прием пищи должен был проходить в полной тишине, в которой каждый член семьи погружался в свои мысли и воспоминания. Именно благодаря памяти наши близкие остаются с нами, и эти воспоминания приглашают их еще раз сесть с нами за общий стол. Как только трапеза подходила к концу, сердца наполнялись теплом былых времен, которые вспомнились каждому во время еды.

Однако в сердцах людей жили не только уважение и любовь к предкам, но и страх перед тем, что скрывала в себе неведомая тьма. Этот праздник, проливая свет на тьму и даруя новое пламя домашнему очагу, был еще одним из великих фестивалей огня. По возможности люди старались не отправляться в дальний путь в темное время суток, ведь можно было стать легкой добычей злонамеренных или недоброжелательных духов. Но если такое путешествие было неизбежно, то перед тем, как отправляться во тьму, считалось необходимым надеть маску, чтобы не быть узнанным.

Это был период тишины и сплоченности на протяжении нескольких месяцев, пока зимнее солнцестояние снова не принесет надежду на будущее.

Основные темы восьмого цикла:

Смерть

Защита

Связь с потусторонним миром





ДРЕВНИЕ КУЛЬТУРНЫЕ АРХЕТИПЫ ПРОВОДНИКОВ ИЗ ДРУГИХ МИРОВ

(Известные как психопомпы, что в переводе с греческого буквально означает «проводник душ», эти боги переправляли недавно ушедших на другую сторону.)

Анубис (егип.) — бог с головой шакала, ассоциирующийся с мумификацией и загробной жизнью.

Геката (греч.) — богиня тайн, имя которой означает «скрытая». Один из ее символов — перекресток, она помогает в переходные периоды и когда нужно принять решение. Весной и осенью она сопровождает **Персефону** в путешествии между верхним и подземным мирами.

Харон (греч.) — перевозчик душ умерших через реку Стикс в подземное царство. За перевозку Харону платили, оставляя монеты на глазах умершего.

Гермес (греч.), или **Меркурий** (римск.) — бог переходов и границ, а также общения и посланий. Посредник между мирами смертных и богов, сопровождающий души в загробную жизнь.

Гвин ап Нудд (кельт.) — проводник душ в мир иной. Холм Святого Михаила в Гластонбери считается его жилищем и порталом между мирами. Он король фей («тилвит тег») и правитель потустороннего мира («аннун»). Его имя означает «белый, сын ночи».

Маха (кельт.) — богиня-воительница, посвятившая себя защите женщин и всех страдающих. Вместе со своими сестрами **Бадб** и **Морриган** образует трио богинь войны, известное как Морринья, что в переводе означает «великие королевы».

Валькирии (сканд.) — женщины, предпочитающие героев и выбирающие, кто из убитых воинов достоин отправиться в Валгаллу, чтобы быть рядом с Одином. Остальные отправляются в Фольквангр к Фрейе. Валькирия переводится как «выбирающая убитых».



Личные размышления о мифологии

- 1 ноября.** Что вы думаете о собственной смертности?
- 2 ноября.** Что вам помогает противостоять тьме?
- 3 ноября.** Чего вы боитесь больше всего?
- 4 ноября.** Как вы скрываете, кто вы на самом деле?
- 5 ноября.** Как вы строите планы в сложные периоды своей жизни?
- 6 ноября.** Как вы относитесь к тишине?
- 7 ноября.** Что вы думаете о загробной жизни?



Энергия и хани



ЭНЕРГИЯ: ИСТОЧНИК ВСЕГО

В физике энергия — это термин, используемый для измерения объема работы, которую может совершить определенная сила. Энергия может относиться к одной из нескольких категорий: тепловой, гравитационной, электромагнитной и ядерной. Каждая из них указывает на различные источники получения энергии, использование которых влияет на все сферы жизни, вызывая постоянные дискуссии относительно разработки будущих способов ее производства.

В метафизике энергия — это определение жизненной силы, наполняющей все живое. Это движущая сила, проникающая во все сферы жизни, — некая универсальная константа, которая может менять форму, но которую нельзя уничтожить.

В каждой культуре этой энергии давали разные названия. Китайцы называют это ци. Японцы — ки (как в слове «рей-ки»). В Индии она известна как прана. Вильгельм Райх назвал ее оргоном. «Звездные войны» популяризировали понятие «Сила» как то, что «дает Джедаю его могущество. Это энергетическое поле, создаваемое всеми живыми существами. Оно окружает и пронизывает всех нас, связывая Вселенную воедино». Таким образом, она проходит через каждого и объединяет нас всех вместе.

Энергия вибрирует на разных частотах: чем ниже вибрация, тем энергия более плотная и материальная, а чем вибрация выше, тем



энергия более эфирна. Наши физические тела — это энергия, вибрирующая на очень низкой частоте. Аура, энергетическое поле человека, вибрирует с гораздо большей частотой. Наши эмоции и мысли также представляют собой разные уровни вибрирующей энергии. Все эти уровни взаимосвязаны, но каждый из нас воспринимает их по-разному.

Энергия может струиться здоровым и плавным потоком, а может блокироваться или застревать. Травма на любом уровне приводит к застаиванию энергии. Физическая травма создает блок прежде всего в физическом энергетическом поле, но это влияет на все вибрационные уровни. Энергетическое исцеление использует этот принцип для поиска застрявшей или заблокированной энергии и применения различных инструментов стимулирования потока (например, здоровья). Устранение блока на энергетическом уровне также способствует облегчению как на физическом, так и на эмоциональном и ментальном уровнях.

Существует множество различных методов энергетического исцеления, включая тета-хилинг, рейки, полярную терапию, цигун, праническое исцеление или ТЭО (техника эмоционального освобождения). Другие методы, такие как иглоукальвание и точечный массаж, работают с энергетическими меридианами (или путями) в теле, создавая здоровый поток. Каждый использует свой метод, но общая концепция остается неизменной. Для здоровья необходима энергия, плавно протекающая на всех уровнях.

Идеи, помогающие установить связь со стихией энергии:

Я всегда был и всегда буду.

Моя энергия течет беспрепятственно.

Я часть всего сущего.



Дальнейшие исследования по теме Энергии

«Практическое руководство по вибрационной медицине: исцеление энергией и духовная трансформация» (*A Practical Guide to Vibrational Medicine: Energy Healing and Spiritual Transformation*), Ричард Гербер. William Morrow, 2001.





«Энергетическая медицина. Как сбалансировать энергии своего тела и обрести здоровье, благополучие и радость жизни» (*Energy Medicine: Balancing Your Body's Energies for Optimal Health*), Донна Иден и Дэвид Файнстен. Tarcher, 2008.

«Руки света. Пособие по биоэнергетическому целительству» (*Hands of Light: A Guide to Healing Through the Human Energy Field*), Барбара Бреннан. Bantam, 1988.

«Рождение света: путь к самоисцелению» (*Light Emerging: The Journey of Personal Healing*), Барбара Бреннан. Bantam, 1993.



ХАНИ

Хани — это метод энергетического исцеления, берущий свое начало в моей духовно-психотерапевтической практике и имеющий в своей основе подход к эмоциональному и психическому здоровью человека с точки зрения внутренней целостности. Первые очертания метода хани появились в 2003 году и опирались на те же предпосылки, что и множество других эффективных методов, используемых на протяжении многих лет. В его основе лежит идея о том, что энергетическое исцеление на любом из уровней способно облегчить исцеление на всех последующих. Однако хани расширяет набор инструментов, имеющихся в нашем распоряжении, используя те, что напрямую связаны и с другими жизненными аспектами.

Это многослойный подход к исцелению, использующий девять основных принципов, с помощью которых мы можем способствовать восстановлению здоровья человека в целом. Поскольку вибрация энергии происходит на различных уровнях, каждый из этих принципов служит отправной точкой для исцеления на каждом отдельно взятом уровне. Девять принципов хани охватывают весь диапазон энергетического поля человека, включая физический, эмоциональный, умственный и духовный уровни.





ДЕВЯТЬ ПРИНЦИПОВ ХАНИ

Мифологический Отражение архетипической энергии и темы исцеления	Стихийный Описание ключевых символических составляющих, способствующих достижению общего баланса	Активный Действия, приводящие физическую форму в соответствие с темами исцеления
Развивающий Этапы развития человека от рождения до смерти и далее	Психологический Ключевые проблемы, оказывающие влияние на психическое и эмоциональное здоровье	Алхимический Использование западной эзотерической традиции для психологического и духовного исцеления
Энергетический Описание чакр, имеющих отношение к исцелению на всех уровнях	Руководящий Внешние элементы, оказывающие поддержку и способствующие исцелению	Интуитивный Инструменты, способствующие просветлению и пониманию себя

Использование этих девяти принципов создает целостный подход к исцелению. Все они подтверждают важность и взаимосвязь всех сторон личности при рассмотрении их сквозь призму каждого из понятий. Они наглядно демонстрируют, что самопознание (или достижение самоопределения) приходит с помощью исследования всех уровней вибраций, а не концентрации внимания только на каких-то конкретных. Можно достичь определенного уровня понимания, сосредоточив внимание лишь на энергетическом и духовном развитии. Но если не решить эмоциональных и психологических проблем, то духовное развитие личности не будет целостным.

Основной идеей метода хани является признание физической и психологической связи человека с природными циклами. На человека оказывают влияние не только различные подходы, предлагаемые данным методом исцеления, но и цикл времен года и гораздо более короткий лунный цикл. Вся эта схема представлена в виде восьми сезонных циклов, каждый из которых можно рассматривать с точки зрения де-





вяти принципов и четырех фаз луны. В методе хани для обозначения этих циклов и фаз используется ряд символов, которые помогут нам установить связь с исцеляющей энергией каждого из них.



ДВЕНАДЦАТЬ СИМВОЛОВ ХАНИ



Цикл 1
Хани заземления



Цикл 2
Мягкая хани
приливов и отливов



Фаза 1
Хани радости
и открытий



Цикл 3
Хани собственного
достоинства



Цикл 4
Объединяющая хани



Фаза 2
Хани изобилия



Цикл 5
Ясная хани
самовыражения



Цикл 6
Просветляющая хани
проницательности



Фаза 3
Балансирующая хани
опытности



Цикл 7
Просветляющая хани
кармы



Цикл 8
Хани единения



Фаза 4
Хани покоя

Хани — это комплексная работа с 12 символами и каждым из девяти описанных принципов. Она приводит к трансформации и преобразованию.





Личные размышления о стихиях

8 ноября. Как вы распознаете наличие у себя заблокированной энергии?

9 ноября. Насколько вы чувствительны к энергии окружающих?

10 ноября. Какими инструментами балансировки собственной энергии вы располагаете, если она кажется вам слишком высокой или слишком низкой?

11 ноября. Как вы принимаете многогранность своей личности?

12 ноября. Какие черты своей личности вы склонны игнорировать?

13 ноября. Как вы реагируете на возможность поучаствовать в приключениях?

14 ноября. Какая жизнь кажется вам полной, яркой, гармоничной и интересной?





Бардо и голографическая Вселенная



БАРДО

Бардо — это тибетский термин, обозначающий промежуточное состояние. Любое переходное состояние можно назвать бардо. Сумерки — это бардо между днем и ночью, как и рассвет. Подростковый возраст — это бардо между детством и взрослостью. Гипнагогическое состояние — это бардо между бодрствованием и сном. Умирание — это бардо между жизнью и смертью.

Традиционный буддизм различает шесть состояний бардо. *Кинай* — бардо жизни, во время которого мы часто бываем в двух других состояниях: *милам* (бардо сновидения) и *самтен* (бардо медитации). В конце жизни, когда внутренние и внешние признаки оповещают нас о приближении смертного часа, человек входит в бардо *чикай*, которое продолжается до его последнего вздоха. Околосмертное переживание, иначе называемое бардо *чоньид*, раскрывает яркость нашей истинной природы. Состояние бардо, которое продолжается вплоть до момента повторного воплощения в следующей жизни, называется *сидпа* или бардо становления.





ШЕСТЬ СОСТОЯНИЙ БАРДО В ТИБЕТСКОЙ ТРАДИЦИИ*

Кинай Бардо жизни	Милам Бардо сновидений	Самтен Бардо медитации
Чикай Бардо умирания	Чоньид Бардо перехода в другой мир	Сидпа Бардо становления

Было проведено много исследований погружения в прошлые жизни и околосмертных переживаний, приоткрывающих завесу удивительной тайны того, что находится за пределами земной жизни. Изучение того, что ждет нас после смерти, базируется на понимании нерушимости энергии и существовании постоянной величины, которая остается и после исчезновения тела — самого материального аспекта нашего энергетического поля. Для тех, кто испытывает хроническую боль (эмоциональную или физическую), не меняющуюся и не имеющую определенной очевидной причины в этой жизни, погружение в прошлую жизнь может быть полезным инструментом ее исследования. Многие из тех, кто испытал околосмертное переживание, рассказывают, что вернулись в свою нынешнюю жизнь с более четким пониманием того, что действительно важно, и с более простым отношением к смерти.

Также проводилось немало исследований погружения в бардо с помощью гипноза. Все исследователи сошлись во мнении, что этот этап — подготовительная ступень к следующей жизни. Во время бардо чоньид (описанного в околосмертных переживаниях) душа проходит через «пересмотр жизни», заново переживая все принятые решения, сделанные выборы и пережитые взаимодействия не только с собственной точки зрения, но и с точки зрения других людей. Если вы сильно обидели кого-то, вы переживете эту ситуацию заново, как со своей точки зрения, так

* Адаптированный источник «Тибетская книга жизни и смерти» (*The Tibetan Book of Living and Dying*), Согьял Ринпоче (London: Rider & Co, 1996).





и с точки зрения того, кого обидели. В этом смысле особое значение приобретает важность совершения всех поступков с любовью и состраданием в сердце. При пересмотре жизни мы также получаем возможность увидеть, где отклонились от своей высшей цели и где позволили страху или имеющимся границам определить направление своего движения.

Если цель путешествия души — стать как можно более искренней и чистой (обретение алхимического философского камня), то бардо сидпа — это возможность спланировать жизнь, которая даст нам все инструменты получения такого опыта. Мы несем ответственность за свою жизнь не только по части реакции на ситуации, в которых оказываемся, но и потому, что сами захотели получить этот опыт еще до того, как родились. Мы следуем плану, который сами же и составили.

Это не значит, что нужно воспринимать жизнь фаталистически. Наоборот, такой подход позволяет рассматривать ее как земную школу. Поскольку наши души накапливают различные жизненные переживания, мы воплощаемся с разным количеством и качеством опыта. Это как разница между поступлением в начальную школу и в аспирантуру. В зависимости от того, на каком этапе развития вы находитесь, вы изучаете разные предметы. Точно так же тот факт, что вы учитесь в школе, не означает, что вы успешно сдаете все экзамены и тесты. Мы рождены со свободной волей и обладаем абсолютной властью ее тренировать. В любой ситуации я готов получить как самый высокий, так и самый низкий балл. Когда меня обижают, у меня есть выбор — принять свои эмоции или затаить злобу внутри себя. Чем более развито мое сознание, тем лучше я отдаю отчет об имеющихся у меня вариантах. Но этот выбор всегда за мной.

Лучший способ узнать, какой план вы составили, — взглянуть на используемые вами шаблоны и принимаемые решения с точки зрения земной школы. Вы получите объективный взгляд на то, какие возможности роста дает вам каждое переживание. Серьезные отношения (включая сложные) часто означают соглашения, которые были заключены между душами в состоянии бардо. Важные жизненные события — обязательная часть плана. Высшая цель — это общая тема жизненного плана, поэтому все люди и ситуации в вашей жизни служат тому, чтобы направлять вас к ее достижению. Если вы не выполните план в этой жизни, бардо сидпа — это период, в течение которого у вас есть



возможность перестроить его, чтобы попробовать еще раз. Как сказано в алхимической «Изумрудной скрижали», все это направлено на освобождение от плотного и грубого и позволяет проявиться тонкому.



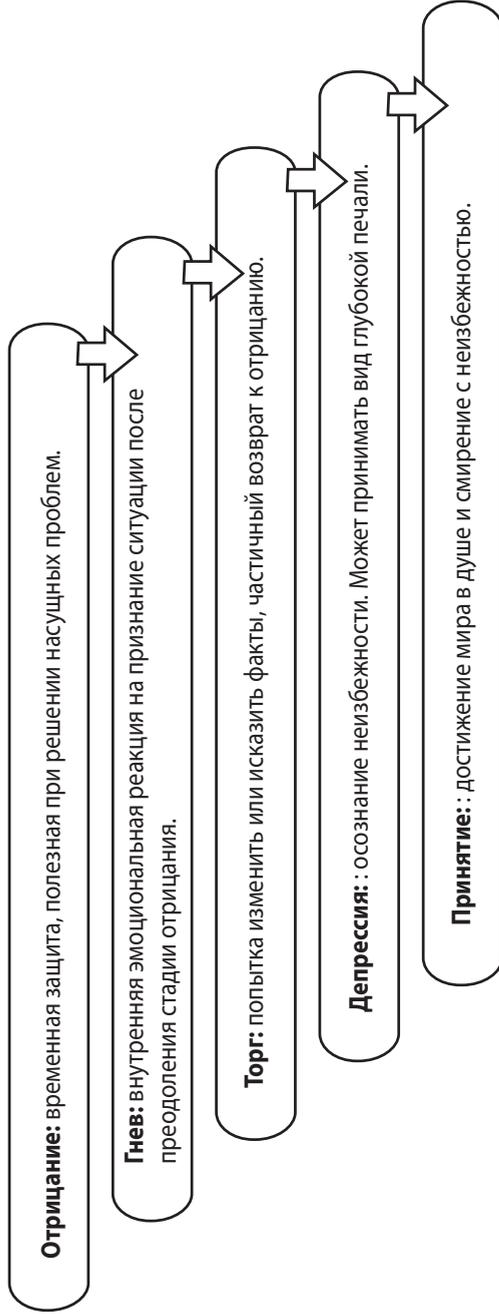
С точки зрения теософии информация обо всех наших прошлых жизнях и состояниях бардо содержится в Хрониках Акаши. Элис Бейли называла эти записи «похожими на огромную фотопленку, фиксирующую все желания и земные переживания нашей планеты», включая всех, кто ее населяет. С помощью медитации мы можем получить доступ к Хроникам, чтобы больше узнать об этой жизни, исследуя и прошлые жизни, и жизни между жизнями. На самом деле, этот метод подходит и для получения доступа к будущим воплощениям.

Если для недавно ушедших основная задача — изучить жизненные темы, то удел тех, кто остается на Земле, — это горе. Возможно, смерть любимого человека всегда намного тяжелее тем, кто остался, чем для самих людей, пересекших черту. Для тех, кто любит и испытывает привязанность, отпустить — это сложная задача. И чем больше мы любим, тем больнее. И хотя горечь утраты не ограничивается потерей любимых, часто пережить ее труднее всего.

Элизабет Кюблер-Росс разработала модель преодоления различных стадий горя, в основу которой она заложила опыт общения с людьми, у которых было диагностировано какое-либо смертельное заболевание. Она представила эту скорбь как прохождение пяти различных стадий, которые можно пережить в строгом порядке, в произвольном порядке или даже одновременно. Важно не то, как именно человек проходит эти этапы, а собственно факт их прохождения хоть в какой-то степени.

Несмотря на существование эмпирического правила, гласящего, что на полное прохождение стадий горя требуется один год, в каждой конкретной ситуации этот срок может отличаться. Наиболее важно прояв-

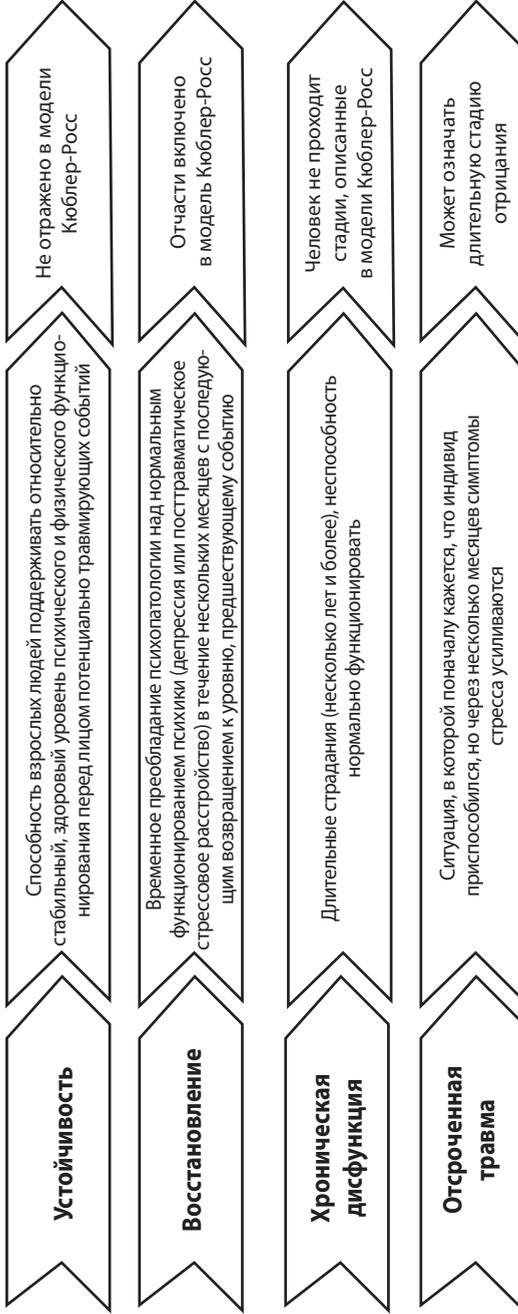




Пять стадий горя модели Кюблер-Росс*

* Адаптированный источник «О смерти и умирании» (On Death and Dying), Элизабет Кюблер-Росс (New York: Scribner Classics, 1997).





Модель горя Бонанно*

* Адаптированный источник «Обратная сторона печали: что говорит новая наука о тяжелых утратах» (The Other Side of Sadness: What the New Science of Bereavement Tells Us About Life After Loss), Джордж А. Бонанно (New York: Basic Books, 2009).



лять уважение к людям, проходящим через этот процесс, и не считать себя вправе определять, как именно он должен протекать или сколько времени должен занять. В качестве альтернативы можно рассматривать модель прохождения этапов горя, разработанную Джорджем Бонанно. Он предлагает более широкий диапазон реакций и четыре возможных способа преодоления всех этапов, основываясь на концепции психологической устойчивости человека.

Горе иногда ощущается как нож, вонзенный в сердце, или как камень внутри него. Когда человек застревает в печали, он перестает двигаться по жизни. Боль, которую он испытывает, можно понять, но длительное пребывание в состоянии ее переживания удерживает его в ловушке прошлого — как раз в моменте утраты. Таким образом, человек хочет, чтобы все было так, как было раньше, вместо того чтобы принять ситуацию такой, какая она есть сейчас. Это останавливает его движение по жизни и противоречит ее смыслу, состоящему в том, что жить нужно полноценно.

Восприятие утраты с точки зрения духовности может очень помочь. Зная, что смерть — это часть жизненного опыта, человек проще принимает ее. В конце жизни у него появляется больше возможностей понять, каким он хочет запомниться людям. Это помогает осознать, что любой момент жизни может быть последним, и ценить время, которое осталось в нашем распоряжении, проявлять больше заботы во взаимоотношениях с окружающими людьми.

Также духовное восприятие помогает понять, что нашу связь с людьми, которых мы любим, невозможно разорвать. Энергия может перейти на другой уровень, но она не исчезает: любовь продолжает жить. Сохраняя любимых в своем сердце, мы продолжаем идти с ними рука об руку.



Дальнейшие исследования по теме смерти и бардо

«Возвращение: психиатрические исследования путешествий прошлой жизни» (*Coming Back: A Psychiatrist Explores Past-Life Journeys*), Реймонд Моуди. Bantam, 1995.

«Последние дары: понимание потребностей и общение с умирающими» (*Final Gifts: Understanding the Special Awareness, Needs, and*





Communications of the Dying), Мэгги Калланан и Патрисия Келли. Bantam, 1997.

«Путешествия души. Жизнь между жизнями», Майкл Ньютон. Llewellyn Publications, 1994.

«Жизнь после жизни», Реймонд Моуди. HarperOne, 2001.

«О жизни после смерти» (*On Life After Death*), Элизабет Кюблер-Росс. Celestial Arts, 2008.

«Прошлые жизни, сегодняшние чудеса», Дениз Линн. Hay House, 2008.



ГОЛОГРАФИЧЕСКАЯ ВСЕЛЕННАЯ

Идея голографической Вселенной — это точка, в которой встречаются наука и духовность. Она является результатом исследований в области квантовой физики, которые переворачивают механистическую картину мира Ньютона с ног на голову.

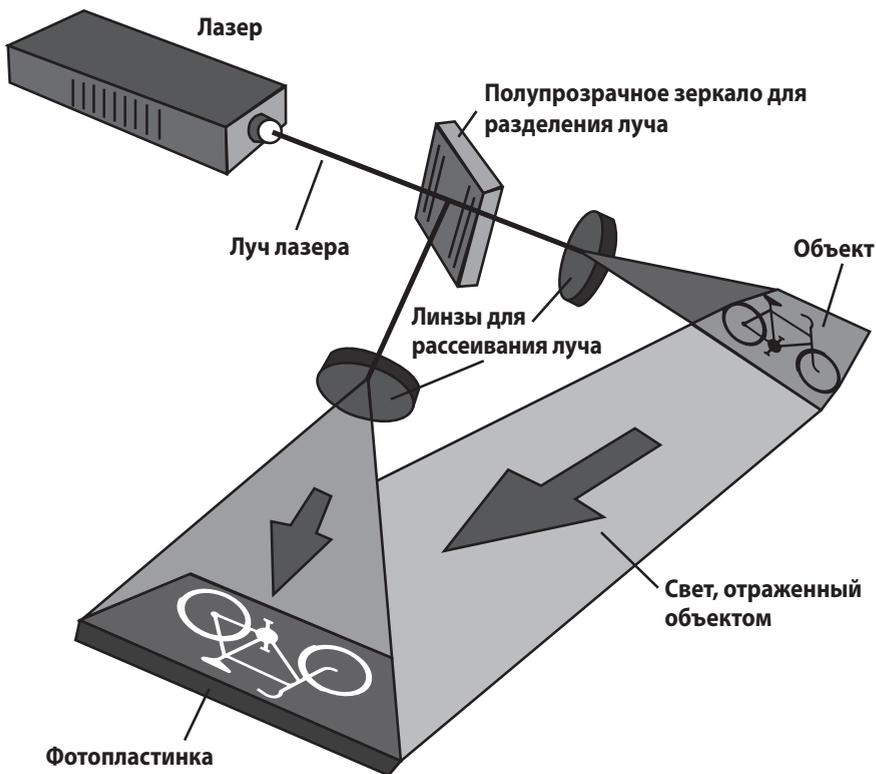
В физике Ньютона (то есть просто физике) существуют определенные законы функционирования Вселенной, имеющие смысл, порядок и всегда следующие одинаковым принципам. Сформулировал эти законы, которые господствуют на протяжении уже почти 400 лет, сэр Исаак Ньютон. Именно он дал разъяснение закона всемирного тяготения и трех законов движения. По большей части они идеальны, а имеющиеся в них небольшие несоответствия можно было бы и не заметить. Пока этого не сделал Альберт Эйнштейн. Поскольку физика Ньютона не располагала достаточным инструментарием для точного описания поведения очень больших объектов (например, планет в космосе), Эйнштейн разработал общую теорию относительности, в которой Вселенная была представлена в виде геометрической системы трех пространственных измерений и одного временного, известного под названием «пространство-время». Это было все равно что открыть банку с червями. Признание новой теории как необходимой для объяснения природы очень больших объектов, подчеркнуло недостаточность ньютоновской физики для описания природы очень маленьких





объектов (таких как атомы). В XX веке это привело к удивительным исследованиям в области квантовой физики (или квантовой механики).

С квантовой физикой все становится действительно очень интересно (или очень странно). Одна из самых революционных концепций заключается в том, что природа материи меняется в зависимости от точки зрения наблюдателя. Это видно по попыткам измерить свет. Если задаться целью измерить свет как частицу, он становится частицей. Если поставить эксперимент по измерению света как волны, он будет представлен в виде волны. Что же он на самом деле? Правда в том, что свет — это либо частица, либо волна, в зависимости от наблюдателя. Вместо того чтобы утверждать, что объект — это то, другое или третье, квантовая физика подает все так, что объект может быть и тем, и другим, и третьим. Это зависит от ряда определяющих факторов.



Создание голографического изображения



Первый лазер был разработан в 1965 году, и благодаря ему была сделана трехмерная фотография (то есть голография). Выражаясь символически, это был фотографический эквивалент общей теории относительности Эйнштейна. Фотография перешла от плоской двухмерной перспективы (то есть ньютоновской теории) к охватывающей сложную, динамическую трехмерную перспективу (то есть пространство-время). Лазеры обеспечили точный, направленный, когерентный свет, в отличие от более рассеянного луча других источников. Благодаря этому при создании фотографии получилось управлять светом гораздо более эффективно и с творческим подходом. Для создания голографии лазерный луч (источник света) разделяется на два. Каждый из них пропускается через рассеивающие линзы, чтобы расширить световой поток. При этом один из лучей проходит через объект и попадает на голографическую пластину, а другой луч направляется непосредственно на пластину. Такая двойная экспозиция создает интерференционный узор со сходящимися лучами. При этом сама голографическая пластина выглядит так, как будто на ней нет изображения, но до тех пор, пока на нее снова не попадет луч лазера. При его появлении проявляется проекция трехмерного изображения исходного объекта. Настоящему голографическому изображению для активизации необходим лазерный луч, в отличие от трехмерных голографических изображений, которые используются при оформлении кредитных карт.

Помимо трехмерности, голография еще по нескольким параметрам значительно отличается от фотографии.

Поскольку изображение создается из интерференционного узора, в отличие от визуально осязаемой картины, на одной голографической пластине может содержаться много разных изображений. Небольшой сдвиг лазерного луча при его попадании на голографическую пластину позволяет накладывать следующий интерференционный узор поверх уже существующего без какого-либо воздействия на получаемые голографические изображения. Это означает, что в одном месте можно хранить гораздо больший объем информации. Представьте себе, что вышло бы на фотографии, если бы несколько изображений были наложены друг на друга. Уже после нескольких таких наложений было бы просто невозможно различить ни одно из них. А в голографии, чтобы





получить одно из изображений, содержащихся среди множества других на пластине, достаточно спроецировать лазерный луч под тем же углом, что и при создании интерференционного узора.

Информация, извлекаемая с пластины, меняется в зависимости от направления фокусировки луча.

Еще одно принципиальное отличие голографии от фотографии заключается в том, что если голографическая пластина разбита на множество секторов и лазерный луч направлен только на один из них, изображение все равно будет проецироваться целиком. Разорвав фотографию, вы получите небольшой фрагмент картинка на каждом из клочков. С голографией все обстоит иначе: любая из ее частей позволяет создать полное изображение.

Одновременно с развитием голографии претерпевала изменения и психологическая наука. Учения с Востока (после изгнания Далай-Ламы из Тибета и его обоснования в США), изобретение ЛСД, открывающего портал к трансформации сознания, и открытие способности мозга обрабатывать информацию целиком, а не дискретно, — это всего лишь несколько примеров происходивших в то время масштабных изменений. Признание психологами того факта, что внутри каждого человека происходит гораздо больше процессов, чем способны охватить биофизический, неврологический или гуманистический подходы, привело к развитию трансперсональной психологии — обширной области, позволившей исследовать человеческую психику через несколько призм, включая призму духовности. Основание в 1972 году «Ассоциации трансперсональной психологии» открыло двери для исследований в области связей между разумом, телом и духом, духовными переживаниями, околосмертными переживаниями и регрессиями в прошлые жизни, мистическими переживаниями и измененными состояниями сознания.

В ходе исследований, проводимых в квантовой физике, с развитием лазеров и проекций, а также движением психологии в сферу трансперсонального становится очевидно, что наше восприятие Вселенной и собственное место в ней значительно изменилось. Внезапно мы перестали быть слабыми существами, находящимися во власти механистической Вселенной, которая неумолимо движется впе-



ред, несмотря на все наши действия и усилия. Вдруг мы стали частью всемирной картины.

Используя парадигму голографической Вселенной, мы начали совершенно иначе воспринимать природу реальности. Как гласит первый принцип герметизма, Вселенная есть Всё. Единое целое, как голографическая пластина. И каждый из нас (и все существующее) — это другое интерференционное изображение. С голографической точки зрения, если в одном фрагменте содержится всё, а мы являемся частью целого, то внутри каждого из нас имеется доступ к огромным хранилищам информации обо всем. Нам просто нужно заглянуть внутрь. Выражение «истина в тебе» приобретает совершенно новый смысл. Рассматривая разум как лазерный луч и зная, что проецируемое изображение зависит от его угла, мы понимаем, что то, что мы видим, в значительной степени зависит от того, как мы на это смотрим, от ракурса и намерения собственного сознания, создающего проецируемое изображение. Если мы хотим изменить изображение, нам нужно сменить фокус. Так мы получаем доступ к прошлому, настоящему и будущему. Все это отпечатано на голографической пластине Вселенной.

Когда мы меняем себя и свое сознание, это дает реальный и истинный эффект. Наше движение создает резонанс, который становится частью голографической Вселенной. Махатма Ганди сказал: «Будьте тем изменением, которое хотите увидеть в мире». Это изменение меняет не только нас самих, но и весь мир. Перспектива голографической Вселенной позиционирует каждого из нас как жизненно важную и значимую часть тайны всего сущего.



Дальнейшие исследования по теме голографической Вселенной

«Голографическая Вселенная. Новая теория реальности» (*The Holographic Universe: The Revolutionary Theory of Reality*), Майкл Талбот. Harper Perennial, 2011.

«Дао физики. Исследование параллелей между современной физикой и восточной философией» (*The Tao of Physics: An Exploration of the Parallels between Modern Physics and Eastern Mysticism*), Фритьюф Капра. Shambhala, 2010.





Личные размышления о развитии и психологии

- 15 ноября.** Подумайте о важных для вас отношениях с точки зрения духовного развития.
- 16 ноября.** Как вы думаете, чему вы должны научиться на этом этапе жизни?
- 17 ноября.** Каким образом ваша способность любить поддерживала вас, когда вы были погружены в печаль?
- 18 ноября.** Кто был вашим самым лучшим учителем?
- 19 ноября.** Как перемена в осознании может привести к положительным изменениям в текущей ситуации?
- 20 ноября.** Какие изменения вы бы хотели видеть в мире?
- 21 ноября.** Как вы ощущаете свое единство со всем сущим?