

МАТРИЦА СОЗНАНИЯ

УСТРАНЕНИЕ ПАРАДИГМЫ
ЛОЖНЫХ УБЕЖДЕНИЙ



ГРЕГГ БРЕЙДЕН

ГРЕГГ БРЕЙДЕН

МАТРИЦА СОЗНАНИЯ

УСТРАНЕНИЕ ПАРАДИГМЫ
ЛОЖНЫХ УБЕЖДЕНИЙ

«СОФУЯ»  2 0 1 2

УДК 141.33
ББК 88.6
Б87

Перевод с английского Вика Спарова

Брейден Грегг

Б87 Матрица сознания: Устранение парадигмы ложных убеждений / Перев. с англ. — М.: ООО Издательство «София», 2012. — 256 с.

ISBN 978-5-399-00371-9

Возможно, вы никогда не догадывались об этом, но вы можете управлять миром!

Документально подтверждено, что человеческое сознание влияет на реальность на квантовом уровне! Чтобы познать и применить свою силу на практике, вам нужно выяснить коды собственного сознания, посредством которых оно влияет на мир. В этой книге вы найдете исходные коды ваших отношений с реальностью, коды своего сознания, и тогда вы сможете радикально изменить свою собственную жизнь.

УДК 141.33
ББК 88.6

The Spontaneous Healing of Belief
Shattering the Paradigm of False Limits
© 2008 by Gregg Braden
Originally published in 2008 by Hay House Inc., USA

Все права зарезервированы, включая право на полное или частичное воспроизведение в какой бы то ни было форме.

ISBN 978-5-399-00371-9

© «София», 2008
© ООО Издательство «София», 2008

Содержание

Введение	6
<i>Глава 1. Новый взгляд на реальность:</i> Вселенная как разумный компьютер	18
<i>Глава 2. Программирование Вселенной:</i> наука убеждений	58
<i>Глава 3. От мозга к уму: кто управляет фабрикой</i> наших убеждений?	108
<i>Глава 4. Во что вы верите? Величайший вопрос,</i> лежащий в основе жизни	133
<i>Глава 5. Если вы знаете код, то можете выбирать</i> правила: избавление от парадигмы ложных ограничений	164
<i>Глава 6. Преобразование убеждений: как переписать</i> код своей реальности	193
<i>Глава 7. Вселенная: руководство по эксплуатации</i>	232

Введение

*Пусть влечет тебя тайная нить
Того, что ты истинно любишь.*

Руми

Физик Джон Уилер однажды сказал: «Если вы в течение дня не обнаружили ничего странного, считайте, что ваш день не удался».

Что может быть более странным, чем следующее утверждение: просто наблюдая какое-либо явление в одном месте, мы меняем события где-то еще? Однако таковы открытия физики. Еще в 1935 году Альберт Эйнштейн, говоря о подобных квантовых эффектах (которые он назвал «призрачным действием на расстоянии») в статье, написанной им совместно с врачами Борисом Подольским и Натаном Розеном, признался: «Никаким разумным определением реальности это [действие на расстоянии] объяснить нельзя».

Именно эти странные квантовые эффекты и вызвали ныне мощную революцию в умах, изменившую присутствующий нам образ мыслей и наши взгляды на самих себя и Вселенную. Документально подтверждено, что человеческое сознание при определенных условиях влияет на квантовом уровне на энергию, из которой состоит *абсолютно все!*

Но неужели такое влияние, оказываемое наблюдателями в ходе экспериментов, и вправду является окном в подлинную реальность, в которой мы живем? И если это так, напрашивается вопрос: «Говорит ли оно о том, *кто* мы в действительности такие в этой реальности?» Ответ на оба вопроса утвердительный: «Да!» К таким выводам приводят новейшие открытия в области физики, которые и побудили меня взяться за эту книгу.

Там, где нет наблюдателей

Ученые доказали, что фактически человек не в состоянии просто «наблюдать» за чем-либо, пусть даже ему и

кажется, будто именно это он и делает. Не важно, сфокусировано наше сознание на квантовой частице в ходе лабораторного эксперимента или же мы, в самых обыденных обстоятельствах, думаем о чем-то другом — от исцеления собственного тела до успеха в делах и личных отношениях, — в нас так или иначе незримо присутствуют некие ожидания и убеждения по поводу наблюдаемого. Иногда мы сознаем их, но в большинстве случаев — нет. Как бы то ни было, благодаря им мы, «наблюдая», становимся частью наблюдаемого.

Говоря словами Уилера, в ходе этого процесса все мы становимся «соучастниками». Почему? Потому что, фокусируя свое внимание на чем-либо в данный момент времени, мы вовлекаем в происходящее наше сознание. Но поле сознания безгранично. В действительности в нем нет четких границ, обособляющих нас от всего остального мира. Если мыслить о мире в таком ключе, становится ясно, почему древние верили во взаимосвязь всего со всем. На уровне энергий действительно *все взаимосвязано!*

Когда ученые продолжили свои исследования, пытаюсь выяснить, что значит — «быть соучастниками», новые факты привели их к следующему неизбежному выводу: мы живем в интерактивной реальности, где, меняя в ходе наблюдений то, что происходит внутри нас, — наши мысли, чувства и убеждения, — мы меняем и окружающий нас мир.

.....

Убеждение-код № 1: *Эксперименты показывают, что фокус нашего внимания влияет на реальность и что реальность, в которой мы живем, интерактивна.*

Вероятный результат: *Широчайший диапазон явлений — от избавления от болезней и полноценной долгой жизни до успеха в делах и взаимоотношениях; все, что мы испытываем или переживаем, непосредственно связано с тем, во что мы верим и в чем убеждены.*

Суть: *Чтобы изменить свою жизнь и личные отношения, исцелить тело и принести мир собственным семьям и даже народам, требуется простой, но стро-*

го определенный сдвиг в нашей манере мышления — в том, как мы используем свои убеждения.

.....

Людам, приемлющим то, во что нас заставляла верить наука последние триста лет, допущение, что наши внутренние переживания могут воздействовать на реальность, кажется ересью. Оно размывает границу, отделяющую науку от духовности, а нас самих от мира. Если раньше мы казались себе пассивными жертвами обстоятельств, помещенными туда, где все просто «случается» по непонятным причинам, то теперь, в результате этого допущения, мы оказываемся на месте водителя, управляющего машиной своей жизни.

В такой позиции нам приходится считаться с неопровержимыми фактами, доказывающими, что мы — архитекторы своей реальности. И благодаря их неумолимому свидетельству мы обнаруживаем, что обладаем силой, позволяющей нам навсегда устранить из своей жизни все невзгоды и болезни. Неожиданно рычаг катапульты, запускающей наши величайшие мечты в самое сердце реальности, оказывается у нас в руках!

Что может быть более важным, чем такая революция в мышлении? В мире, где величайшие кризисы в человеческой истории угрожают самим основам нашего существования, ставки выше этой просто не может быть.

Ложные постулаты науки

Хотя революция в нашем образе мышления началась примерно сто лет назад, для среднестатистических людей, занятых повседневными буднями, она, вероятнее всего, осталась незамеченной. Изменения, которые эта революция привносит в нашу лихорадочную жизнь, состоящую из планов на день, общения через Интернет и телевизионных реалити-шоу, происходят на таком тонком уровне, что их осознают лишь очень немногие. Вряд ли они служат темой ваших разговоров с друзьями и коллегами, если только вы не из числа ученых-физиков, изучающих природу реальности.

А вот для них эта революция — что-то вроде мощного землетрясения, при регистрации которого «зашкаливают

приборы». Ее последствия, подобно неумолкающему раскату грома, слышны под сводами научных лабораторий и на страницах учебников. В своем поступательном движении она оставляет за собой широкую полосу болезненной переоценки прежних верований.

Несмотря на то что революционный переворот у нас в мышлении, на первый взгляд, совершается тихо и незаметно, преобразования, которые он привносит в нашу жизнь, изменяют ее с такой силой, равной которой не было в прошлом.

Современные научные открытия неизбежно приводят к выводу, что те представления об устройстве Вселенной и нашей роли в ней, которых мы придерживались последние триста лет, дали трещину. Эти представления основываются на двух постулатах, которые, как доказывают опыты, являются ложными.

.....

Ложный постулат № 1: Пространство между объектами пусто.

Ложный постулат № 2: Внутренний опыт чувственного восприятия и убеждений человека не влияет на мир, находящийся вне его.

.....

Результаты научных экспериментов (опубликованные в ведущих научных журналах, освещающих проблемы на переднем крае науки) позволяют понять, что нас окружает поле разумной энергии, заполняющей то, что представляется нам пустым пространством. Более того — это поле *реагирует* на нас и *перестраивается* под влиянием наших чувств и убеждений!

Иными словами, с тех пор как Исаак Ньютон сформулировал в своем трактате от 1687 года «Математические принципы натурфилософии» (*Philosophiae Naturalis Principa Mathematica*) свои «законы» физики, все, что мы воспринимали как свои возможности и ограничения, основывалось на ложной или, по меньшей мере, недостаточной информации. Со времен Ньютона наука строилась на убеждении, что мы, люди, представляем собой в общем порядке вещей

нечто весьма незначительное. Стоит ли тогда удивляться тому, что мы, видя, как стремительно меняется и чуть ли не расползается по швам окружающий нас мир, чувствуем себя беззащитными и неспособными помочь ни себе, ни своим близким? И в такой ситуации, чтобы сохранить то, что нами создано, нам приходится заново открывать и постигать самих себя.

Очевидно, что ключевым фактором происходящих вокруг нас перемен являемся мы сами — прямо сейчас, в данный момент времени. Поодиночке и вместе, индивидуально и коллективно, сознательно и бессознательно мы выбираем некий образ мышления и на его основе вырабатываем новые представления о том, что реально, а что нет. Результатом этих представлений и является окружающий нас мир.

Неопровержимые факты

«Хорошо, — скажете вы, — мы слышали это и раньше. Но ведь наивно и даже самонадеянно полагать, что мы своими личными убеждениями как-то влияем на Вселенную. Не может быть все так просто». Как ученый, получивший вполне традиционное образование, я, возможно, и согласился бы с вами лет двадцать тому назад. На первый взгляд, у нас и вправду нет оснований считать, что наши внутренние убеждения каким-то образом могут изменять Вселенную. Но так кажется лишь до тех пор, пока мы не поймем, что именно сообщают нам новые научные открытия. Увы, ученые в своих статьях описывают их мудреным научным языком, малопонятным обычному читателю. Однако чтобы донести до нас весть, что мы являемся значимой частью Вселенной, такой мудреный язык вовсе не нужен. Ныне эту весть доносит до нас сама повседневная жизнь. Нам остается только найти ключи, благодаря которым мы могли бы применять имеющуюся у нас силу к тому, что происходит в мире.

Полагаю, последующие поколения будут рассматривать нынешний период истории как поворотный момент, когда обстоятельства подтолкнули человечество к открытию подлинного устройства Вселенной и к признанию нашей инте-

рактивной роли в ней. В конце 1990-х и в начале 2000-х годов ученые установили следующие факты:

- **Факт 1:** Вселенная, наш мир и наши тела сформированы из единого энергетического поля, научно признанного в XX столетии и ныне именуемого как поле, квантовая голограмма, ум Бога, ум Природы и Божественная матрица.
- **Факт 2:** В поле Божественной матрицы объекты вначале физически связанные, а затем разделенные ведут себя так, словно они по-прежнему связаны.
- **Факт 3:** ДНК человека оказывает непосредственное влияние на то, что происходит в Божественной матрице.
- **Факт 4:** Убеждения человека (а также его чувства и эмоции по поводу этих убеждений) изменяют ДНК, которая непосредственно влияет на то, что происходит в Божественной матрице.
- **Факт 5:** Когда мы меняем свои убеждения, относящиеся к собственному телу и окружающему нас миру, Божественная матрица воплощает эти изменения в реальности нашей жизни.

Перечисленные выше факты заставляют нас задать себе один очень важный вопрос, а именно: обладаем ли мы врожденной способностью изменять свое тело и этот мир? И если да, то какую ответственность накладывает на нас обладание этой способностью перед лицом, возможно, самой большой беды, грозящей в близком будущем нашей жизни, нашему миру и даже всему человечеству как виду?

Самое время

Разумеется, мы не знаем всего, что хотели бы знать о том, как устроена Вселенная, и о нашей роли в ней. Несомненно, дальнейшие исследования в данном направлении в течение ближайших ста лет явят нам величайшие откровения. Вот только есть ли у нас сто лет? Число ученых, выражающих свои сомнения по этому поводу, неуклонно растет.

Новый взгляд на реальность: Вселенная как разумный компьютер

Давным-давно Великий Программист написал программу которая управляет всеми возможными вселенными в Его Большом Компьютере.

Юрген Шмидхубер

Мы строим свою жизнь на убеждениях, на том, во что верим. Именно убеждения, предшествующие нашим делам и служащие основанием для всего, что мы нежно любим и о чем мечтаем, лежат за всем тем, что мы *совершаем* в жизни.

От утренних ритуалов, которыми мы ежедневно приветствуем мир, и технологических новшеств, которые мы используем, чтобы сделать свою жизнь лучше, до разрушительных технологий, используемых в войнах, все наши личные будни, религиозные церемонии и вся цивилизация — все это покоится на наших убеждениях. Они создают структуру нашего образа жизни, задавая тон нашим чувствам в отношении окружающего мира. И они же показывают, что испытываемые нами чувства являются некоей силой, далеко простирающейся за пределы этого мира. Иначе говоря (и в этом современная наука сходится с древнейшими духовными традициями), наш мир есть не что иное, как отражение тех убеждений, которые мы приемлем.

.....

Убеждение-код № 2: Наша жизнь основывается на том, во что мы верим, чего бы эта вера ни касалась — окружающего мира, нас самих, наших способностей или наших ограничений.

.....

Имея доступ к той силе, которая таится внутри нас, говорить, что убеждения важны для жизни, — значит явно преуменьшать их значение. Наши убеждения и есть сама

жизнь! Они — начало жизни и ее топливо. Начиная с иммунных реакций и гормонов, регулирующих и поддерживающих жизненный баланс в нашем организме, и заканчивая способностью лечить кости, органы, кожу и даже давать начало новой жизни — во всем этом человеческие убеждения играют решающую роль. Поэтому они быстро выходят на авансцену квантовой биологии и квантовой физики.

*

Если наши убеждения обладают такой огромной силой и если мы строим свою жизнь на том, во что верим, тогда возникает естественный вопрос: откуда они берутся? Ответ может вас удивить. За некоторыми исключениями, наши убеждения проистекают из всего того, что внушают нам наука, история, религия, культура и семья. Другими словами, квинтэссенцией наших способностей и ограничений является то, что *говорят нам другие люди*. Понимание этого приводит к следующему вопросу, который мы должны задать самим себе:

*Если наша жизнь основывается на том,
во что мы верим, тогда что происходит
в том случае, когда эти убеждения неверны?*

Что, если та жизнь, которой мы живем, обусловлена неверными допущениями, сформировавшимися на протяжении многих поколений, веков или даже тысячелетий? Например, нас учат тому, что мы — малые частички жизни, появляющиеся в ее потоке на краткий момент времени, ограниченный «законами» пространства, атомов и ДНК. Такой взгляд на жизнь предполагает, что мы, живя в этом мире, оказываем очень незначительное воздействие на что-либо, а когда уходим из него, Вселенная даже не замечает нашего отсутствия. Хотя подобное утверждение, возможно, звучит несколько грубо, в целом выражаемая им идея не так уж и далека от того, во что многие из нас сегодня склонны верить. Именно эти убеждения чаще всего и вызывают у нас ощущение собственной никчемности и беспомощности перед лицом величайших испытаний жизни.

Но что, если мы представляем собой нечто большее? Может ли быть так, что мы — поистине могущественные существа, чей потенциал пока еще скрыт? Что, если мы рождаемся в этом мире со способностями, далеко превосходящими наши самые смелые мечты, со способностями, о которых мы просто забыли, попав в условия, потрясшие нас и доведшие до полусонного состояния беспомощности? Как изменилась бы наша жизнь, если бы мы, например, обнаружили, что родились наделенными силой лечить болезни? Или что было бы, если бы мы *выбрали* мир во всем мире, изобилие и долгую счастливую жизнь? Что было бы, если бы мы обнаружили, что та сила, которую мы так долго скрывали от самих себя, что позабыли о ней, непосредственно влияет на саму Вселенную?

Наши представления о самих себе, о Вселенной и о роли человека в ней изменились бы радикально. И это изменило бы все. Вот о чем свидетельствуют последние открытия, сделанные на переднем крае научных исследований.

Во все века были люди, отказывавшиеся принимать те ограничения, которые традиционно определяли смысл жизни в этом мире. Они отказывались верить в то, что мы просто появляемся в нем посредством таинственного рождения, не поддающегося объяснению. Они отказывались признать, что столь чудесное появление имеет своей целью жизнь среди страданий, боли и одиночества — до тех пор, пока мы не уйдем из этого мира столь же таинственно, как в нем появились.

Чтобы удовлетворить свое стремление к истине, они предпринимали поиски за пределами предписанных им границ. Они изолировали себя от мира, отгораживались от друзей, семей и общества и отбрасывали, *воистину отбрасывали* все, чему их учили. И тогда в их жизни случалось нечто удивительное и прекрасное: они открывали для себя новую свободу, распахивавшую двери для возможностей других людей. Но все это начиналось с вопроса, столь же смелого для их времени, как и для нашего: что, если наши убеждения неверны?

Как мы увидим на примере истории йога, приведенной ниже, в нашей власти сделать должный выбор и настолько

отдаться ему, что нам откроется свобода, благодаря которой мы познаем, кто же мы такие. Однако лично я убежден: для того чтобы найти такую свободу, нам не нужно жить в холодной сырой пещере среди безлюдной пустыни. Я верю также, что личная свобода начинается с внутренних поисков того, кто мы в этой Вселенной. Когда мы пускаемся в такие поиски, то все — от наших представлений о себе до присущей нам манеры любить — меняется; мы изменяемся, поскольку вступаем на путь глубокого самопознания.

Все возвращается на круги своя, к тому, во что мы верим.

И хотя данное утверждение может показаться слишком простым, чтобы быть истинным, я убежден: именно так и действует Вселенная.

Чудо в камне

В IX веке нашей эры великий тибетский йог Миларепа уединился в пещере, чтобы стать хозяином своего тела, — путь, которым он шел до самой своей смерти в возрасте восьмидесяти четырех лет. До этого Миларепа уже достиг многих, на первый взгляд, чудесных йогических способностей, таких, например, как умение использовать «психическое тепло» для согревания своего тела среди суровой тибетской зимы.

Непереносимые страдания, вызванные потерей своей семьи и друзей, погибших от рук наемных убийц, заставили Миларепу направить все свои мистические способности на дело возмездия. Предаваясь мести, он убил очень многих, но однажды понял, что данный ему дар психических способностей употребляет не по назначению. Дабы обрести исцеление души, Миларепа уединился в пещере. В своем убогом жилище, являвшем собой резкий контраст с тем материальным изобилием, среди которого протекала его жизнь ранее, он вскоре осознал, что более не нуждается в контактах с внешним миром, и стал отшельником.

После того как у него кончились запасы пищи, Миларепа стал жить, питаясь крапивой, росшей рядом с его пещерой. Без калорийной пищи, без одежды, в совершенном одино-

честве, посреди которого ничто не отвлекало его от внутренней сосредоточенности, — короче говоря, практически без ничего Миларепа прожил многие годы. Единственным человеком, с которым он вступил в общение за все эти годы, был паломник, который случайно наткнулся на его пещеру и нашел в ней временное убежище. Описания людей, которым случалось столкнуться с тибетским отшельником Миларепой в эти годы, производят поистине пугающее впечатление.

Одежда, в которой он удалился в свое отшельничество, изнасилась так, что представляла собой жалкие клочья, едва прикрывавшие его тело. Из-за отсутствия пищи Миларепа высох так, что являл собой живой скелет. Он оброс длинными волосами, которые, как и его кожа, были тускло-зеленоватого цвета, словно из-за переизбытка хлорофилла. Короче говоря, Миларепа был подобен живому призраку! Однако крайние лишения, на которые он себя обрек, все же привели его к цели — совершенному йогическому мастерству. Перед смертью, наступившей в 1135 году, Миларепа оставил доказательство достигнутой им свободы от физического мира в виде чуда, которое, как сказали бы современные ученые, просто невозможно.

Во время паломничества в Тибет весной 1998 года я специально выбрал маршрут, ведущий к пещере Миларепы и тому чуду, которое он сотворил. Я хотел увидеть место, где святой отшельник нарушил законы физики и тем самым ниспроверг ограничивающие людей убеждения.

В конце концов, через девяносто дней после начала этого путешествия, я оказался в пещере великого йога и встал на том самом месте, где когда-то, почти 800 лет назад, стоял он. Приблизив лицо к стене пещеры, так что между стеной и моими глазами оставалось всего лишь несколько дюймов, не более, я не отрываясь взирал на то чудо, которое когда-то сотворил Миларепа.

*

Попасть в пещеру Миларепы можно, лишь заранее зная, где она расположена. Это не то место, на которое можно за-

просто наткнуться во время праздной поездки по Тибету. Я впервые услышал о Миларепе от мистика-сикха, который был моим учителем по йоге в 1980-х годах. Многие годы я изучал тайну, окружавшую этого великого йога, отрешившись от всех мирских благ, его путь через священное плато Центрального Тибета и те откровения, которые открылись ему как истинному мистик. И все это в конце концов привело меня в его пещеру.

Я с удивлением глядел на гладкие черные стены, обступавшие меня отовсюду, и представлял, каково это — жить столько лет в таком холодном, темном и удаленном от всего живого месте. Хотя Миларепа, пока был отшельником, жил в двадцати различных уединенных местах, эта пещера отличается от всех других тем, что именно здесь он встретился с чела — учеником.

В доказательство своего йогического мастерства Миларепа показывал два удивительных «фокуса», которые не повторит ни один скептик. Первый его «фокус» состоял в том, что он вращал рукой с такой умопомрачительной скоростью и силой, что создавал звуковую «ударную волну», которая, отражаясь от стен, порождала в свою очередь волны звуковых ревербераций, наполнявших все пространство пещеры. (Я тоже пробовал проделать нечто подобное, но безуспешно.) Для того же, чтобы увидеть второй «фокус», я ждал почти пятнадцать лет, проехал полмира и в течение девятнадцати дней акклиматизировался к высокогорью.

Чтобы продемонстрировать свое мастерство над ограничениями физического мира, Миларепа приложил ладонь к поверхности стены примерно на уровне плеча *и затем медленно протолкнул руку в толщу стены так*, словно этой стены не существовало! Камень стены под его ладонью стал мягким и податливым, и ладонь оставила в нем глубокий отпечаток. Когда ученик, лично присутствовавший при этом, попытался повторить номер учителя, то, как свидетельствуют летописцы, единственное, чего он добился, — вывихнул себе руку.

Поместив свою ладонь в отпечаток, оставленный рукой Миларепы, я ощутил, как мои пальцы точно легли во вмя-

тины, сделанные в стене его пальцами примерно восемьсот лет тому назад, и испытал чувство, в котором смешивались трепет и вдохновение. Совпадение моей руки с отпечатком руки Миларепы было настолько идеальным, что всякое сомнение по поводу его подлинности быстро улетучилось. Я хотел знать, что происходило с ним, когда он сливался с камнем. О чем он думал? *Что чувствовал?* Каким образом ему удалось обойти физические «законы», гласящие, что два «объекта» (его ладонь и скала) не могут одновременно занимать одно и то же место?

Предваряя мой вопрос, наш тибетский переводчик Сьин-ла (не настоящее имя) ответил еще до того, как я успел открыть рот.

— У него есть вера, — сказал он сухим, будничным голосом. — Геши (великий учитель) убежден, что он и скала не отделимы друг от друга. — Я удивился тому, что наш гид, живущий в XX веке, говорит о йоге, жившем восемьсот лет назад, в настоящем времени, словно тот находится в пещере вместе с нами. — Медитация учит его, что он часть скалы. Для геши эта стена пещеры не стена, и он может двигаться свободно, словно никаких стен нет.

— Он оставил этот след, чтобы продемонстрировать свое мастерство самому себе? — спросил я.

— Нет, — сказал Сьин-ла. — Геши не нужно доказывать себя самому себе. Он жил в этом месте много лет, но мы видим только один отпечаток.

Я огляделся, ища другие следы в этой узкой пещере. Гид прав, я ничего не увидел.

— Рука в скале *не* для геши, — продолжал гид. — Она для ученика.

Вполне логично. Когда ученик Миларепы увидел, как его учитель делает нечто попросту невозможное с точки зрения традиционных убеждений, это помогло ему переступить через свою веру в то, что возможно, а что нет. Он увидел мастерство учителя воочию. И поскольку он увидел это чудо лично, полученный им личный опыт тут же передал его уму послание о том, что он как человек не ограничен и не связан известными в то время «законами» реальности.

Узрев это чудо, ученик Миларепы оказался перед той же дилеммой, перед которой оказывается всякий, кто решает освободиться от ограничивающих рамок своих убеждений. Ему пришлось примирить собственный опыт увиденного им чуда с убеждениями, присущими окружающим, с «законами», которые, как они считали, описывают устройство и работу Вселенной.

Эта дилемма такова: окружение — члены семьи, друзья и другие люди, с которыми ученик общается каждый день, — вынуждает его признать определенный взгляд на мир, в том числе и веру в то, что скала, образующая стену в пещере, является непреодолимым барьером для человеческого тела. С другой стороны, ученику показали, что есть исключения из этих «законов». Ирония в том, что оба взгляда на мир абсолютно правильны. Просто все зависит от того, что человек предпочитает думать о мире в данный момент времени. Я спросил себя: «Могло ли такое случиться в нашей жизни сегодня?» Сколь бы неестественно ни звучал этот вопрос в свете современных научных знаний и технических достижений, современные передовые ученые, используя уже не йогические чудеса, а язык квантовой физики, сходятся на том, что Вселенная есть то, что она есть *в силу* наших убеждений и нашего восприятия реальности этого мира. Интересно, что чем лучше мы понимаем взаимосвязь между внутренним опытом и внешним миром, тем менее притянутым за уши кажется это утверждение.

Рассказ о Миларепе и его жизни в пещере служит ярким примером пути человека в поисках понимания своей связи с миром. Однако нам, чтобы познать ту же истину, уже не нужно затворяться в пещере и есть крапиву, пока мы не позеленеем! Научные открытия последних ста пятидесяти лет со всей очевидностью показывают, что между сознанием, реальностью и верой, или убеждением, существует прямая связь.

Вопрос лишь в том, *хотим* ли мы признать эту связь и ту ответственность, которую накладывает на нас осмысленное использование ее в жизни? Как именно мы ответим на этот вопрос, покажет близкое будущее.

Программирование Вселенной: наука убеждений

Возможно, Вселенная — не что иное, как гигантская голограмма, созданная разумом.

Дэвид Бом

Для тех, кому все кажется, все кажущееся ЕСТЬ.

Уильям Блейк

В тот самый момент, когда мы чувствовали себя вполне уютно в рамках существующих «законов» физики и биологии и тешились мыслью, что можем подчинить себе природу, все неожиданно изменилось. Нам вдруг сказали, что структура атомов более не напоминает крошечные солнечные системы, что ДНК — вовсе не язык, как мы привыкли думать, а теперь мы к тому же обнаруживаем, что не можем просто наблюдать за миром, никак не влияя на него.

Говоря словами Джона Уилера, «мы придерживались старого представления о том, что *вот там* Вселенная, а *вот здесь* человек, наблюдатель, защищенный от этой Вселенной шестидюймовой пластиной зеркального стекла». Ссылаясь на эксперименты, проведенные в последней четверти XX века и показывающие, что, просто смотря на что-то, мы тем самым меняем то, на что смотрим, Уилер продолжает: «Теперь квантовый мир учит нас, что даже для того, чтобы наблюдать за таким крошечным объектом, как электрон, мы должны разбить это зеркальное стекло; мы должны выйти за его пределы. Поэтому само слово «наблюдатель» должно быть вычеркнуто из книг, а на его место мы должны поставить новое слово — «соучастник»» (курсив мой — Г. Б.). Другими словами, открытия показывают, что мы вносим активный вклад во все, что видим в мире вокруг себя, в точности так, как говорят нам об этом духовные традиции.

В свете подобных открытий мы оказываемся на весьма любопытных перекрестках дорог, где перед нами стоит задача решить, какие из наших убеждений и представлений о мире верны, а какие нет, какие действительны, а какие не действительны. Интересным побочным продуктом этого процесса явится то, что такая сортировка даст нам новое понимание того, где и как наука и духовность стыкуются с нашей жизнью.

Открытия квантовой физики, доказывающие, что, когда глядя на что-то, мы меняем то, что видим, делают все более зыбкой границу между наукой и духовностью. Может быть, именно поэтому научное сообщество столь подозрительно относится к силе убеждений. И все-таки лично я убежден, что, лишь размыв те границы, которые традиционно разделяют науку и духовность, мы в конечном счете обретем великую силу мудрости. Благодаря новым открытиям, показывающим, что сознание воздействует абсолютно на все, начиная от клеток нашего тела и заканчивая атомами, убеждения, несомненно, выходят сегодня на переднюю линию фронта научных исследований. Интересно также и то, что убеждения становятся той областью, где наука, вера и даже духовность ищут общую почву для взаимопонимания и взаимодействия.

Убеждения, меняющие наше тело

Когда я ходил в школу, меня учили, что, независимо от того, что я думаю, чувствую или во что верю, мои внутренние переживания не влияют на окружающий мир. Сколь бы мощными ни были те чувства, какие я испытываю, будь то любовь, страх, гнев или сострадание, они никак не сказываются на том, что происходит вокруг меня, внушали мне. Вот почему мои внутренние переживания не были «реальными». Они представляли собой нечто такое, что таинственным образом происходило только в моем мозгу, и ничего не значили в общей схеме Вселенной.

Но, как говорилось выше, новые направления научных исследований навсегда изменили мое мировоззрение. Название серии исследований, проведенных в 1998 году в

Вейцмановском научном институте, расположенном в местечке Реховот в Израиле, говорит само за себя: «Квантовая теория продемонстрировала: наблюдение влияет на реальность». В этом отчете описывается, как мы воздействуем на реальность, наблюдая за ней. Этот невероятный эффект привлек к себе внимание самых разных новаторски мыслящих людей — от врачей и ученых до священников и художников.

Результаты очевидны. Открывающиеся перспективы умопотрясающи. Вместо того чтобы защищать устоявшиеся взгляды на мир, делающие нашу жизнь такой, какова она есть, эти исследования доказывают, что мы тесно связаны со всем — от жизни внутри нашего тела до мира за его пределами. И этой связью служит опыт сознания, выражаемый в виде чувств и убеждений. Простейший акт наблюдения за частицами, из которых сформирован этот мир, обусловленный нашими чувствами и убеждениями, воздействует на эти частицы.

Помня о таких открытиях, вполне уместно спросить, какую же роль взаимоотношение между наблюдением и реальностью играло в нашей жизни в прошлом. Могло ли быть так, что мы были свидетелями последствий своих наблюдений, но просто не понимали этого? Можно объяснить таинственные случаи чудесных исцелений тем, что мы являемся *со-участниками* во Вселенной? И если да, тогда что это говорит нам о нашем собственном здоровье?

*

Хотя приводимая ниже ситуация чисто гипотетическая, она, однако, сконструирована на основе нескольких подлинных примеров из жизни, как правило игнорируемых догматически мыслящими врачами. Дело в том, что подобные явления не имеют «научного» объяснения, которое бы принимало в расчет возможность исцеления без помощи медицины. Однако, как мы увидим, некое научное обоснование у них все же есть, и та же наука, относящая эти случаи спонтанного исцеления к «чудесам», тем не менее указывает на механизм, который объясняет, почему они происходят.

Итак, в воображаемой столовой воображаемого госпиталя, расположенного в одном из больших городов восточного побережья Соединенных Штатов Америки, два врача обсуждают случай успешного, но непостижимого исцеления одной из пациенток. Успешного потому, что аномальный и злокачественный рост тканей на ноге пациентки неожиданно прекратился и более того — опухоль полностью исчезла. Непостижимость же ситуации заключается в следующем: хотя пациентке говорили, что ей дают новое очень сильное лекарство, на самом деле ей давали лишь воду из-под крана с растворенным в ней красителем.

Эта женщина была участницей сравнительного эксперимента, где ей и другим пациентам со сходными симптомами заболевания, выбранными наудачу, говорили, что они получают только что разработанное «радикальное» лекарство. Причем одним давали настоящее лекарство, а другим — подкрашенную воду. Главным же в этом исследовании был тот фактор, что пациентам говорили: *к тому времени, когда лекарство (то есть окрашенная вода) кончится, болезнь пройдет*. В случае с этой пациенткой «лекарства» хватило на 24 часа. И когда оно закончилось, болезнь исчезла!

Давайте послушаем, как два врача — один скептически относящийся к силе убеждений, а второй убежденный в ней — обсуждают это чудо за ужином.

Врач-оптимист: Вот так случай! Какое грандиозное завершение рабочего дня! Мы все сделали для того, чтобы заставить эту женщину поверить в свое выздоровление. И когда заставили, ее собственная убежденность приказала телу справиться с болезнью, и оно справилось. Ее тело точно знало, что делать, и исцелило себя.

Врач-скептик: Минутку, минутку. Не так быстро. Откуда ты знаешь, что эта женщина действительно исцелила себя? Откуда тебе известно, что ее тело знало, что делать? Совсем не исключено, что ее болезнь была психосоматической. И если так, мы просто устранили

психологическую причину, и опухоль исчезла сама собой.

Врач-оптимист: Вот именно. В том-то все и дело. Новые исследования показывают, что многие из тех физических недомоганий, которые мы лечим, являются результатом психологических переживаний — *подсознательных убеждений, которые программируют тело*. И та опухоль, которую мы вылечили, тоже была внешним выражением внутренних переживаний пациентки, обусловленных ее убеждениями.

Врач-скептик: Если это справедливо, то с чем же мы остаемся? Что мы, собственно, лечим: физические факторы? Или все же психологические?

Врач-оптимист: Именно!

Врач-скептик: М-м-м... Ну что ж, это все меняет! Я, однако, предпочел бы, чтобы пациент был ни при чем и чтобы именно мы занимались его исцелением.

Врач-оптимист: Ну, коллега, ты упускаешь самую суть вопроса. Мы никогда и не занимались *исцелением!* Суть в том, что именно *плацебо* вовлекает пациентов в процесс внутренних отношений между верой и телом. Если уж кто и занимается исцелением, то именно они сами.

Врач-скептик: Ну да... Ну да... Верно... [И так далее.]

Давно известно, что убеждения обладают целительной силой. И в наши дни все меньше ведется полемики по вопросу о том, само ли по себе убеждение исцеляет или оно лишь запускает биологический процесс, который в конечном счете и ведет к исцелению. С точки зрения непрофессионала, различие между тем и другим крайне невелико, тоньше волоса. Но хотя врачи и не могут точно объяснить, *почему* некоторые пациенты исцеляются с помощью веры или убеждений, сам этот эффект был документально зарегистрирован столько раз, что мы, по меньшей мере, должны признать: именно корреляция между способностью тела к самовосстановлению и верой пациента приводит последнего к исцелению.