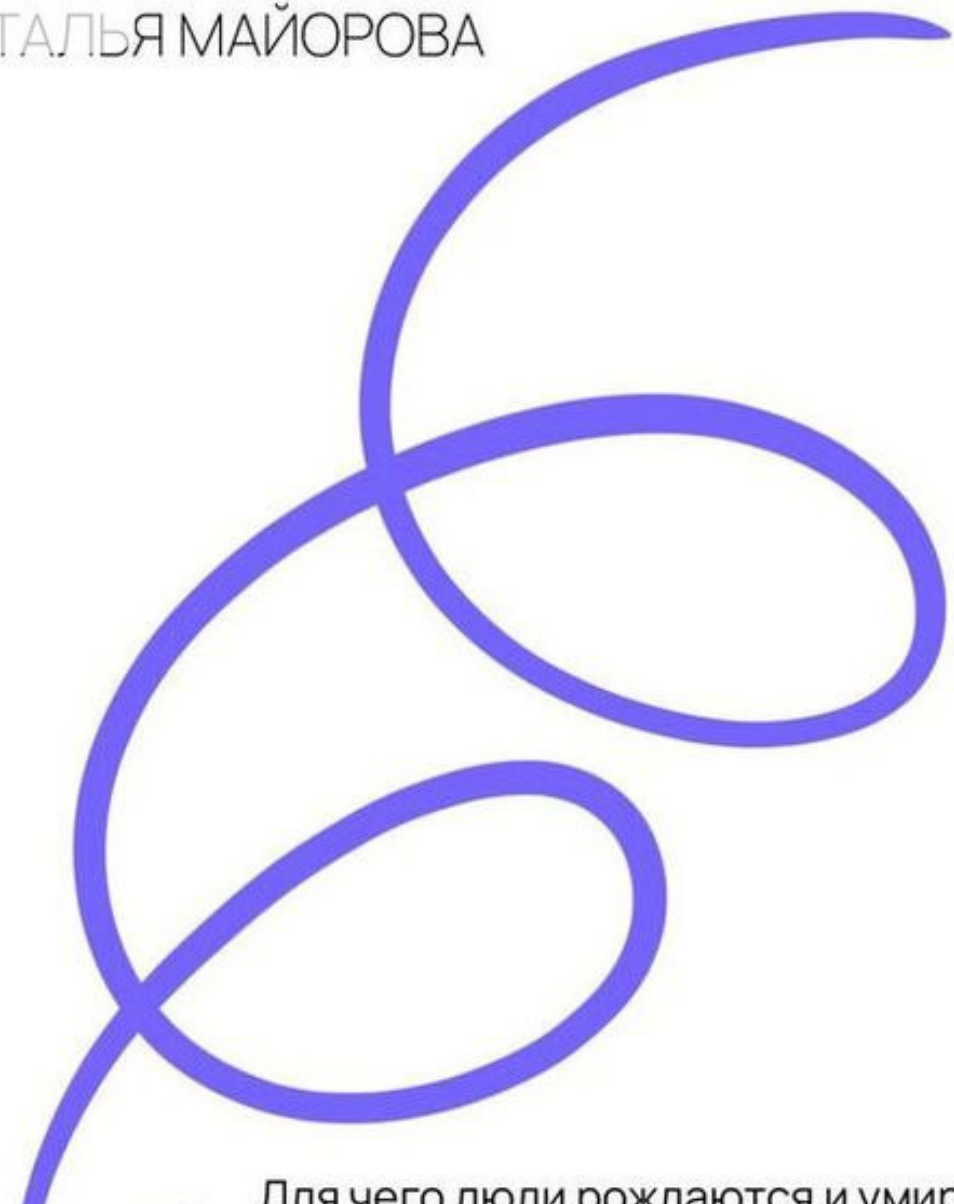


18+

НАТАЛЬЯ МАЙОРОВА



Для чего люди рождаются и умирают,
и что происходит между этим

Д*ви***ЖЕНИЕ**
ДУШИ

Наталья Майорова

**Движение Души. Для чего
люди рождаются и умирают,
и что происходит между ЭТИМ**

«Издательские решения»

Майорова Н.

Движение Души. Для чего люди рождаются и умирают, и что происходит между этим / Н. Майорова — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-629752-4

Эта книга о том, как устроена человеческая жизнь с разных слоёв восприятия: настоящее, детство, род, коллективное бессознательное. Описание строится через призму спиральной динамики. Книга помогает построить дерево рода — генограмму, рассказывает о родовых переплетениях и видах иммиграции. Ключевой темой раскрывается смысл Движения Души через реализацию двух каналов: Либидо и Мортидо. Книгу фактически можно прочитать за час. Но осмыслить вы ее будете долго, возможно, всю жизнь.

ISBN 978-5-00-629752-4

© Майорова Н.
© Издательские решения

Содержание

«Движение Души»	6
Карты мира	10
Спиральная динамика	12
Какие карты мира открываются на разных уровнях	14
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Движение Души
Для чего люди рождаются и умирают,
и что происходит между ЭТИМ

Наталья Майорова

© Наталья Майорова, 2025

ISBN 978-5-0062-9752-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

«Движение Души»

Для чего люди рождаются и умирают, и что происходит между этим.

Так вышло, что всё во благодать: ты идёшь, и дорога сама выводит тебя к нужному месту. И жизнь сама выводит тебя к нужным людям. И ты сама выводишь себя к ценным выводам. И выводы уже не выводят тебя из себя.

Это лучшая жизнь в твоей жизни, и она уже идёт.

Благодарность
Нине Уваровой,
Дине Крумпан
и моей маме, которая прочитала книгу первой.

Мелании посвящается

Дисклеймер

В книге изложено субъективное мнение автора, которое может не являться истиной и не претендует на научное. Автор не имеет цели кого-то задеть или оскорбить чьи-то чувства. Все размышления являются гипотезами. Любые совпадения с реальными историями – случайны.

Если вы найдёте ошибку или опечатку, пожалуйста, напишите на natcreate@gmail.com

Сегодня вы начинаете читать книгу, которая называется «Движение Души». Уверена, что вы взяли её неслучайно: ваша Душа позвала вас, и всё, что вы скоро узнаете, будет для вас важно. Мы обязательно поговорим про то, что такое Зов, что такое Душа, как она выглядит, какая она у вас. Как понять, что Душа двигается, куда она стремится.

Сейчас я перечитываю эти слова, и моя Душа ликует. Она буквально светится от того, как ловко она всё провернула: несколько лет события складывались таким образом, чтобы я смогла написать эту книгу, и вот вчера книги ещё не было, а сегодня – сотня страниц текста.

Дело в том, что с детства я общаюсь со своей Душой. Я могу задавать ей вопросы, или она может сама давать мне информацию. В юности время от времени я теряла с ней связь, потому что моя гордыня затмевала всё вокруг. В другое время вместо гордыни был скепсис: может быть, я всё выдумываю, может быть, это мои фантазии, и жизнь устроена совсем иначе. Когда вы чувствуете истину, вы всегда знаете, что это она, но стоит обернуть её в слова, она либо исчезает, либо кажется бессмысленной. В этой книге я попробую с этим справиться.

Мы рассмотрим, что такое плюрализм, карты мира, какие они бывают и сколько их у вас: сколько точек зрения вы способны вмещать, насколько ваша Душа многогранна, насколько вы способны слышать и понимать других людей.

Далее пойдёт речь о слоях проживания событий, один из которых – это родовая система. Мы построим карту вашего рода – генограмму, и вы сможете увидеть соединения, феномены, закономерности вашей семьи. Уже сейчас можете подготовиться и начать собирать информацию о маме, папе, бабушке, дедушке, их братьях и сёстрах, нужны даты рождения, профессии, судьба. Постарайтесь узнать и записать как можно больше ценных фактов: у кого сколько детей, кто чем жил, кто как воспитывался, на кого учился, в кого был влюблён, чем болел, как умер. Позже мы используем эти данные во благо, однако я уверена, что сами беседы тоже станут для вас дорогим подарком.

Я обожаю изучать родовые системы: мне интересно как человеку, как члену большого рода и как психологу. Это самый красивый источник познания, в котором есть ответы на все психологические вопросы: в чём смысл жизни, как сложится ваша судьба, кто в роду даёт силу, а кто отнимает, и что нужно сделать, чтобы желания исполнились.

Затем мы перейдём к особенной теме, метафорической, окутанной тайной. Тема родовых программ понятна всем: у всех есть родители, наследственность и семейные привычки. Влияние воспитания на личность, даже если научно и не доказано, всё равно является обычным предметом разговора, в котором не требуется особенных доказательств – детство было у всех. Однако как только речь заходит про коллективное бессознательное, архетипы, воплощение, реинкарнацию и влияние этих аспектов на личность, в воздухе повисает пауза, по телу пробегают мурашки, а то и вовсе возникает хохоток, шуточка или полное отрицание. То, что невозможно объяснить и доказать, является неуправляемым, люди боятся потерять контроль. Там, где нет власти, возникает много тревоги, в состоянии неопределённости ни к чему невозможно подготовиться, легко быть обманутым, потому что критериев экспертизы тоже нет. Возникает поле для спекуляций, но мы будем двигаться осторожно, я буду объяснять на примерах максимально неэзотерично, чтобы вы смогли убедиться – оно существует! Это есть и работает! Это целая функциональная система, и, если вы получаете от неё ключ, вы откроете в себе новые уровни даров. И заранее извините, если книга получится слишком приземлённой, в этом и есть моя задача – неосязаемые вещи проявить в земной структуре.

Я расскажу про два главных канала, которые доступны человеку, когда он доверяется Большему. Это каналы энергий, которые имеют свои подвохи. Если энергии проживать в минус, они поглощают человека, отнимают у него силы. Но как только энергия перевёрнута в плюс, человек расцветает и получает столько жизненных богатств, сколько не смог бы заработать обычным трудом (представьте пока, что это удача). Каналы при этом есть не у всех, вы увидите, есть ли канал у вас, какие энергии в вас проявлены, позитивно ли вы их проживаете. И когда эта тема станет понятна и вы научитесь видеть каналы у других людей невооружённым глазом – почти как гадалки по фотографии, – вы откроете в себе новые способности, сможете общаться со своей Душой, видеть ответы, но, возможно, это вас даже разочарует, потому что окажется, что феномены были у вас всегда, вы просто не обращали внимания.

Мы рассмотрим, что такое интуиция, как Душа посылает подсказки, почему человек не замечает их или делает вид, что ему показалось, как он с ними обходится, как использует.

Вы научитесь различать слои восприятия реальности: одно и то же событие имеет одновременно причины на уровне здесь и сейчас, в детстве, в системе рода, в архетипическом коллективном бессознательном и так далее.

Если вдруг в этой книге вы не найдёте ответ на свой вопрос, не расстраивайтесь (или не обесценивайте ответ). Не все ответы о вашей Душе вы получите напрямую. Я могу навести вас на идею, на мысль, на другого автора, но поиск ответа на конкретный вопрос является путешествием, и вы отправитесь искать свой ответ по типичной канве с препятствиями. Искать ответы, но не получать их – требует усилий. Мы часто желаем взять что-то, но почти никогда не желаем что-то иметь. Обратите внимание, как часто вы благодарите за то, что получаете, и как редко – за то, что уже имеете. Ещё нюанс: люди часто хотят лишь что-то взять, но не берут всерьёз. Хотеть и брать – это разное. Вы наверняка уже видели, читали, встречали свои ответы, но откладывали их прочь, как будто это не то, что вы ожидали. Возникает торг, вопросы задаются снова и снова, другим специалистам, системам познаний, пока не будет найден «подходящий» ответ. С другой стороны, бывает просто не время, и кто-то реально не слышит ответ, даже если я на консультациях проговариваю его голосом в микрофон. Раз за разом, сессия за сессией мой ответ отвергается, игнорируется, растворяется психическими защитами – психика не готова. Есть другие приоритеты. Для ответа нужно сформировать пространство. Быть настроенным. Не каждый ответ вам понравится. Нужно уметь с ним справиться. Пока чело-

век не умеет слышать себя и распознавать свои потребности, слышать другого, предвосхищая или хотя бы видя и принимая отказ, пока границы не выстроены, о контакте с Душой говорить не приходится. У Души нет голоса и номера телефона, и хотя она всё время на связи и готова неустанно часами отвечать на вопросы – этого недостаточно. Нужен воспринимающий человек. Не торгующийся, не обесценивающий, согласный принять любое развитие событий.

Итак, попробуйте просто расслабиться. Сформулируйте свой вопрос. Пусть он придёт к вам безопасным и корректным способом. Разрешите себе его осознать, принять и присвоить. Позвольте себе иметь вопрос, не ожидая ответа. Разрешите себе иметь ровно столько, сколько вам нужно, и не бежать, торгуясь из жадности, за очередным решением. Вы прочтёте ровно столько, сколько вам нужно сейчас, и до той точки, где вашему сознанию пока безопасно. А потом прочтаете снова. И снова.

Предупреждение

Часто в этой книге мы будем смотреть на свой опыт со стороны. Если у вас есть психические расстройства, в частности БАП, дереализация и деперсонализация, обязательно позаботьтесь о себе. Книга может быть для вас небезопасной, и вы берёте на себя полную ответственность за чтение.

И начнём с задания. Заведите блокнот и ответьте на вопросы:

1. Кто вы? Расскажите себе о себе. Что вы о себе знаете? Сделайте свою сегодняшнюю фотографию, добавьте её к описанию.

2. Напишите, что больше всего зацепило вас в описании этой книги? Почему вы решили прочитать «Движение Души»?

3. А теперь расслабьтесь и попробуйте почувствовать ответ: что больше всего зацепило вашу Душу в жизни?

4. Зачем ваша Душа решила пройти опыт жизни в вашем теле?

5. В чём ваша миссия?

6. На какой свой вопрос вы ожидаете ответа в процессе чтения?

И теперь я попрошу вас написать в блокноте, на какие системы знаний вы опираетесь. Вам нужно постараться упомянуть как можно больше.

Итак:

Задание 2

Какие источники знаний являются для вас важными?

В качестве примера: закон страны, в которой я живу, физические, химические процессы. Назовите минимум 10 источников ваших знаний.

Важно:

Сейчас вам может показаться, что это книга, а не курс, и вам не хочется отвечать письменно на эти вопросы – никто же не проверит. Понимаю. В этой книге я расскажу о том, как люди добиваются огромных успехов на нечеловеческом ресурсе. Но чтобы пройти на этот уровень, получить бонусы от вашей Души, необходимо сделать все возможное на человеческом уровне – это значит учиться, трудиться, общаться, думать. Кто знает, может до прохода¹ остаётся лишь ответить на эти вопросы. Удача – это божье пёрышко, которое ложится на годами выстроенную систему. И благодаря этому грамму веса перевешивают в нужную сторону, меха-

¹ Т.е. решение запроса. Подробнее в главе «Проход».

низм запускается, и вы выстреливаете катапультой. Но приложи божье пёрышко к пустоте – ничего не случится.

Карты мира

Что такое карты мира?

Термин принадлежит одной из ключевых пресуппозиций – подразумеваний в НЛП², где «карта не есть территория», что означает – территорию можно описать огромным количеством разнообразных карт: начиная от геодезических и не заканчивая этническим эпосом, в зависимости от того, кто описывает. Вспомните город, в котором вы сейчас находитесь. Какими картами можно его описать? Только в вашем телефоне есть несколько приложений с картами, но ведь город можно описать маршрутами, историческими фактами, достопримечательностями, рассказами людей, фотографией и много чем ещё. При этом один человек скажет, что город ужасный, а другой – что потрясающий, и оба будут правы. То есть картами мира можно считать собственный опыт, художественное изобразительное искусство, физические процессы, нарратив, научные постулаты и всё, что является источником информации.

Карта мира – это система описания реальности.

Плюрализм – способность вместить как можно больше карт мира, в том числе противоположных, не считая их противоречащими.

Представьте любого человека. Он родился в какой-то семье, живёт в какой-то стране, общается с какими-то людьми, мыслит о чём-то, читает какие-то газеты, подписан на какие-то страницы в интернете. Каждое соприкосновение с другими людьми или предметами – это коммуникация. Только представьте, каким количеством источников информации он пользуется: телесные ощущения, погода за окном, новости, семейный опыт, образование – можно бесконечно перечислять, поскольку каждую секунду мы одновременно пользуемся сотней каналов. Однако это не означает, что у человека много карт мира и он плюралист. Он может читать десять газет, в которых освещается одна и та же позиция. Теперь представьте другого человека. Он из другой семьи, с другим образованием, в другой стране. Его источники познания отличаются. Взгляд на мир иной. Если первому и второму дать прочесть одну и ту же книгу, они поймут её по-разному. Более того, даже близнецы поймут её по-разному. А вот поймут ли они друг друга – это вопрос ёмкости их мышления. Чем больше у человека точек зрения, тем проще ему понять другого, и чем меньше – тем сложнее. Один будет читать десять газет с кардинально разными взглядами на одну и ту же проблему, сможет понять все идеи, критически их оценить, интегрировать в свою картину мира, сформировав своё мнение, в то время как другой может прочесть десять мнений, но довериться только одному, а другие девять – обесценить, отвергнуть. Чем больше у человека вместимость точек зрения, тем более гибкое у него мышление, и это называется плюрализмом. И только плюралисты смогут понять процесс Движения Души.

Здесь сразу же напрашивается интересный вопрос. То есть если я включаю в себя наибольшее количество точек зрения и карт мира, значит, меня автоматически бесит меньшее количество событий и людей? Ведь если я соглашаюсь, вмещаю в себя разные карты, значит, у меня более подвижное мышление и есть согласие с тем, что это существует. Значит, я могу фантазировать больше, чем остальные. То есть разные странные события могут казаться мне даже реалистичными. И если меня кто-то раздражает, я понимаю, что это часть меня и мне следует её тоже принять. Да, так и есть. Можете ли вы однажды прийти к полному безоценочному восприятию, мы поговорим позже.

² Нейро-лингвистическое программирование – психологический подход, основанный на модели обучения навыкам коммуникации. Его называют ненаучным, но в психологии почти все академические подходы не являются научными.

***Чтобы познать Душу, нужно познать
как можно больше карт мира.***

Если мы хотим изучить, что такое Движение Души, нам придётся верить чуть больше обычного и позволять себе убирать сомнения, гордыню, всезнайство, скепсис и даже страх. Честно, не обещаю, что это произойдёт быстро: я всю жизнь работаю над своими картами, и я обязательно дам вам технику безопасности, чтобы вы не отлетали в космос от идеи, что ваша жизнь – песчинка по сравнению с Движением Души. Но есть хорошая новость (или она плохая?), что пока вы не будете психологически к этому готовы, вы вообще не поймёте, о чём я вам рассказываю.

Спиральная динамика

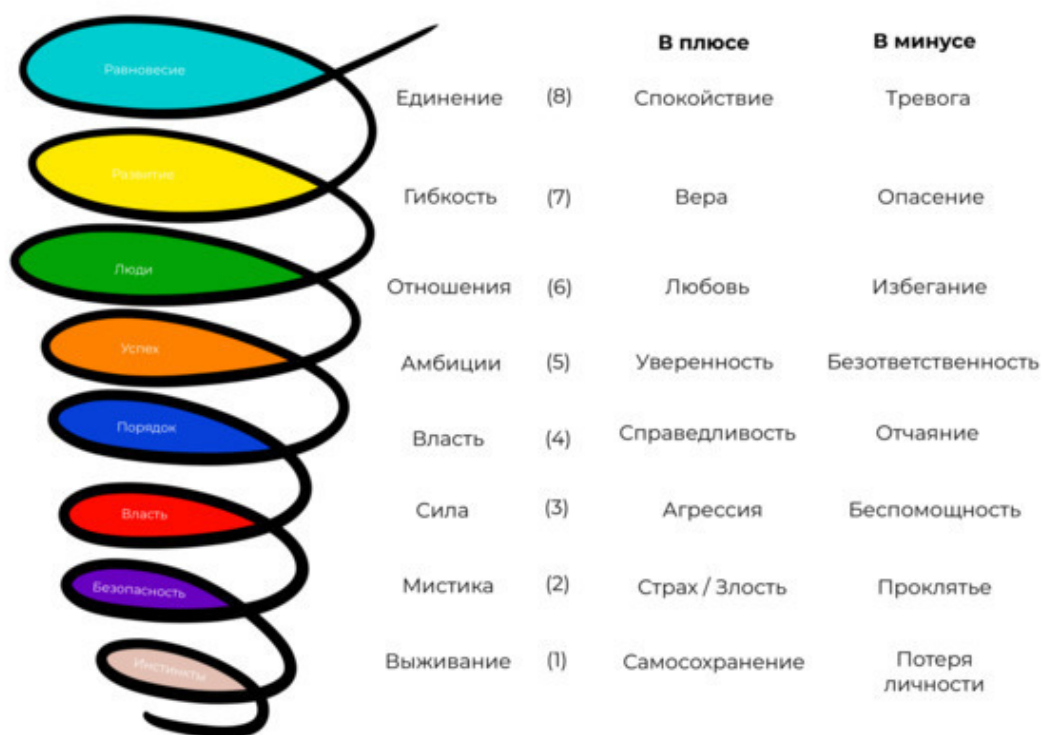
Как собрать множество карт мира

И мы начнём изучать Движение Души со спиральной динамики. Это модель эволюционного развития людей (психики), основанная на их ценностях и потребностях. Она описывает, каким образом выстроена, функционирует, определяет поведение и изменяется картина мира человека. Идею изначально изложил Клэр Грейвз (Clare Graves), назвав это «теорией эмерджентных циклических уровней существования» (The Emergent Cyclical Levels of Existence Theory, 1952—1966). Он преподавал психологию в университете и постоянно получал вопрос от студентов: какой подход является истинным. В итоге Грейвз провёл своё собственное исследование, в результате которого выяснилось, что психика развивается через уровни существования, которые определяют ценности и убеждения человека, и все подходы хороши на своём уровне. Популярной теорию сделали Дон Бек и Крис Кован (Don Beck, Christopher Cowan, 1975), привнеся в неё некоторые изменения и адаптировав для менеджмента. В это же время Кен Уилбер (Kenneth Wilber) проанализировал десятки культурологических, социальных и психологических теорий и объединил их в единую таблицу, найдя общие закономерности и назвав это уровнями развития человека/человечества/общества. Были и другие последователи, публиковавшие теорию спиральной динамики на свой лад, и, вероятно, я тоже внесу какие-то адаптации³.

Спиральная динамика может использоваться как универсальная модель восприятия мира человеком, которая показывает нам, как развивается наша психика и на каком этапе психического развития она находится. В метафорическом смысле организованные человеком системы тоже могут характеризоваться подобной динамикой, хоть и в более общем смысле: находящиеся внутри люди определяют динамику группы, компании, семьи, общества, государства (условно говоря, от характера/типа личности матери будет зависеть уровень функционирования детей).

Спиральная динамика визуально представлена, очевидно, как спираль. Она начинает двигаться снизу вверх и проходит всё выше и выше. Интересно, что эта спираль внизу сужается, а наверху расширяется. И здесь возникает вопрос: а что расширяется и что сужается? Потому что если говорить про людей, то внизу находится все человечество, а наверху – единицы. Но если говорить про плюрализм, то внизу у человека количество карт мира практически ограничено органами чувств, а наверху карт так много, что даже в теле появляется сверхчувствительность. Предлагаю через то, какие карты мира существуют, посмотреть, как выглядит спиральная динамика в деле.

³ Вдохновением для главы послужила большая статья Влада Саковича, <https://eroskosmos.org/spiral-dynamics-levels-description-part-1/>



Уровни (витки спирали) описаны по цветам, а не по номерам, но я буду себе позволять называть уровни по счёту, чтобы вы – пока не запомнили цвета – могли ориентироваться. Цвета в спирали не имеют семиотической подоплёки и никак не связаны ни с радугой, ни с чакрами. Каждый уровень обязателен и нужен человеку: без прохождения предыдущего уровня не попасть на следующий, более того, невозможно не проживать все доступные уровни одновременно, никакой уровень нельзя исключить.

Какие карты мира открываются на разных уровнях

Бежевый (1) – это уровень выживания. Он понятен и доступен всем людям с рождения, карты мира бежевых ценностей есть у каждого. При любой катастрофе человек моментально переходит на бежевый, забывая обо всех своих статусах и достижениях, это инстинкт самосохранения. Ребёнок рождается и познаёт мир через органы чувств: зрение, слух, вкус, обоняние и осязание. Постепенно проявляются рефлексы и инстинкты. Младенец чувствует холод, голод, боль, реагирует на свет, на голос, на прикосновение. Мы, взрослые, реагируем на страх быстрее, чем успеваем сообразить: кричать, бежать, замирать, нападать. Благодаря нашей нервной системе мы откликаемся на изменения внешней среды моментально: если сейчас вам внезапно залетит пылинка в глаз, глаз закроется автоматически. Вам не нужно об этом думать: вы не успеете – ваши рецепторы сделают всё за вас. Мы можем не осознавать процесс, но он происходит, и контролировать его невозможно. Иногда, наоборот, это не спасает, а создаёт конфликты, застаёт врасплох. Например, однажды на экзамене по вождению я не смогла завести машину, потому что у меня сильно тряслась нога и я не сумела поставить её на педаль. Или стыд на сцене может мешать спокойно выступать. Болезнь может внезапно подкосить. Заикание может омрачить карьеру. По мере взросления человек научается контролировать некоторые свои эмоции, владеть телом, понимать свои желания, управлять ими, регулировать напряжение и расслабление, но базовые потребности будут всегда владеть человеком.

Непройденный бежевый уровень – это психотические нарушения (обычно они формируются у младенцев ещё до 8 месяцев), а также отрицание своей телесности, стыд за своё тело и его потребности.

Второй уровень спиральной динамики, фиолетовый (2) – безопасность. Как только человек перестаёт спасаться от смерти и обретает убежище, он заботится о сохранности своей жизни и для этого ищет других. Создаются правила, призванные объединить людей и сделать их жизнь проще благодаря сплочённости. Эти правила инстинктивные, ещё никак не регламентированы, но передаются как традиции и ритуалы из поколения в поколение. Появляется разделение труда, которое необходимо, чтобы сохранить численность группы (впятером притащить добычу и развести огонь легче, чем в одиночку). Это общество, выживающее группами, верящее в мифы, легенды, сказки. Индивидуальность отсутствует, потому что одному не выжить. Весь смысл направлен на принадлежность к определённой субкультуре, утрата этой принадлежности равна смерти. До сих пор существует множество стран, живущих на втором уровне спиральной динамики. Они руководствуются религиозными убеждениями, древними традициями, браки в таких странах служат укреплением рода, нежелание подчиняться установленному порядку может жестоко караться.

Также на фиолетовом (2) уровне люди верят в приметы, потому что когда-то это был единственный способ предсказывать погоду или поведение людей. Несколько повторяющихся событий привели к идее о причинно-следственных связях, но эти связи архаичны. Когда к вам прикасается огонь, вы чувствуете, что вам больно, и это рациональное знание. Вы строите логическую цепочку, и, когда огонь касается кожи, вам не нужна наука, вы можете не знать химический процесс, но вы точно знаете, что это небезопасно и больно. Вы передаёте это знание детям, и, даже если они пока не верят, они быстро убеждаются на собственном опыте (бежевый (1) уровень). Однако если птица залетела в окно или свеча потухла, людям кажется, что это дурное предзнаменование, но никакого рационального объяснения этому нет (или оно устарело). «Так говорила бабушка», и в лояльность, в сохранение принадлежности к бабушке мы продолжаем верить в эту примету вопреки здравому смыслу. Более того, пророчество сбывается – так наша психика самопрограммирует нас, чтобы сохранить в нашей голове связь с предками (в разделе

про род вы ещё удивитесь, на что способен человек, чтобы не утратить связь со своей семьёй). Это магическое мышление.

Если говорить о детях, это возраст от полутора до трёх лет: возникает речь и фантазийное мышление, появляются первые страхи, реальные и связанные с воображением, формируется осознанная потребность в значимых взрослых.

Непройденный уровень, с одной стороны, может проявляться в неспособности доверять людям и быть эмпатичным, а с другой стороны, выражается в аддикции к группе, невозможности отделиться и иметь своё мнение. Навыки психоэмоциональной саморегуляции отсутствуют. И то, и другое формирует пограничную структуру личности.

Следующий уровень спиральной динамики, красный (3), это уровень власти. У детей – возраст от трёх до семи лет, проявляющийся в стремлении к автономности и отделению себя от других; формируется эго⁴ (ядро психики). Появляется иерархия. На уровне государства происходит объединение общества вокруг какого-то лидера. Обычно самый сильный (или самый вооружённый) человек объявляет о своём преимуществе и требует полного подчинения под страхом расправы. То есть берет власть силой. На этом уровне ярче всего выражается агрессия, захватничество, насилие, желание владеть любой ценой. Антагонист же испытывает при таком терроре беспомощность, бессилие. Если на бежевом (1) уровне есть страх боли от кнута, то на красном ярче выступает страх безвыходности, отчаяние, человек теряет надежду и не может сопротивляться. Он понимает свои ограничения, его воля подавлена. На уровне психики возникают архетипы – то есть захват личности сценариями, которые как будто невозможно изменить. В Юнгианском подходе⁵ архетип не является чем-то позитивным, и целью терапии является выход из архетипа (из захвата сценарием) в самостоятельное реагирование, владение собой. И здесь интересно упомянуть, что исторически всем известное Таро (архетипическая система) было придумано не для гадания и магических ритуалов. Некоторые колоды были созданы для игрового обучения иерархии необразованных слоёв населения. Каждый играющий через карты понимал систему подчинения и власти: король ниже императора по статусу, рыцарь выше пажа, при дворе есть иерофант, маг, шут.

Застревание на красном (3) выражается в невозможности владеть собой, своими границами, защищать своё имущество, мнение; наличие стыда за себя (желание исчезнуть), другая грань – чрезмерное навязывание своих интересов силой, нежелание подчиняться законам, правилам, аффективность поведения (психопатия).

К счастью, когда появляется иерархия, рано или поздно – а конкретно **на синем (4) уровне спиральной динамики** – появляются и законы. Это общепринятая система регулирования отношений, при которой оказывается, что власть не является силой, а насилие наказуемо. Принуждение перестаёт быть нормой. Появляются санкции: ограничение свободы, штрафы, меры компенсации. Последствия за нарушение закона всегда предсказуемые, определяются судом. Здесь находится большинство государств. Безвыходность сменяется верой в справедливость. Законы описывают и психологические границы: так, людьми не только нельзя владеть, их нельзя бить, но и им принадлежит неотчуждаемое право на жизнь, на мнение, на сохранение чести и достоинства, запрет на оскорбление, клевету. Появляется этикет.

У детей – возраст шести-семи лет, они начинают создавать и осознавать роли и отношения в этих ролях: сын или дочь теперь имеют вариации поведения при общении с матерью или отцом, кроме этого есть и другие роли: внука, друга, ученика, зрителя театра, пешехода, участника секций. Появляется восприятие второго лица – кто-то другой меня видит, оценивает и более-менее предсказуемо реагирует на моё поведение. Появляются понятия «хорошо»

⁴ В психоаналитическом подходе это часть личности, которая осознаётся как «Я» и находится в контакте с окружающим миром через восприятие. Не путать с эгоизмом и эгоцентризмом.

⁵ Речь идёт об аналитической психологии, автором направления является Карл Густав Юнг – швейцарский психолог и культуролог. Бессознательное поведение человека анализируется через сновидения, мифологию, фольклор – то есть через архетип.

или «плохо», к страху, управляющему предыдущими уровнями, прибавляются совесть и чувство вины.

Проблемы на синем (4) уровне выражаются в зависимой самооценке, сформированной вследствие негативного группового опыта (публичная неудача, неспособность адаптироваться к новому коллективу), а также в фиксации на личности авторитета, которая не позволяет проявлять вариативность в мышлении и поведении. Травмы на этом уровне и в этом возрасте имеют обычно невротический характер.

Следующий уровень спиральной динамики – оранжевый (5) – это уровень успеха, амбиций, лидерства. Если на третьем уровне спиральной динамики лидер захватил власть силой, то на пятом, оранжевом лидер берет харизмой, за ним люди идут сами, с удовольствием. Здесь внимание привлекается идеей, талантом, креативом, репутацией, благочестием, творчеством, уникальностью. Уже соблюдаются моральные принципы и законы (все предыдущие уровни включены, а не исключаются). В отношениях преобладает уважение – признание отдельности каждого человека, появляется восприятие мира из третьей позиции: я вижу людей со стороны. Если на синем (4) люди в основном работают в найме, в частности, в государственных учреждениях, то на оранжевом (5) появляются свободные профессии, предприниматели, рыночная экономика. Возникают бренды, которые стремятся к прибыли через привнесение чего-то нового в мир: комфорт, сфера услуг, красота, роскошь. На этом этапе образуется экспериментальная наука, исследования. Прежде усвоенные догмы встречаются с критическим мышлением, появляется свобода и смелость самовыражения, трансляция индивидуальных мыслей и идей, осознается система эффективных и неэффективных убеждений («Это плохо» – что именно плохо, кто так решил, почему?), которые можно трансформировать. Люди способны мыслить перспективой в пятнадцать-двадцать лет.

У детей – это возраст полового созревания, когда авторитеты меняются, появляются сомнения в их правоте и экспертности, обретаются новые значимые взрослые (учителя, кумиры, тренеры), происходит осознанная сепарация.

Непройденный оранжевый (5) – это (я так называю) «истерика самооценки», две крайности: грандиозность и ничтожество. Объективности мешает фантазия всезнайства, либо – обесценивание своих реальных навыков. Кризис оранжевого уровня очень болезненный, так как одновременно он и осознается, и не признается. Важные качества характера уходят в «тень», вытесняются и порицаются у других людей (уверенность в себе, проявленность, самореализация, креативность, уникальность).

И вот мы пришли на **шестой уровень спиральной динамики, это зелёный (6)** – уровень гуманизма, люди являются ценностью сами по себе, главное – тёплые отношения. Идея рабства на этом этапе кажется невообразимой, во всём действует равноправие. Человек не просто использует природу, он заботится об окружающей среде. Гонка за достижениями утихает, человек становится значимым просто как существующий субъект, без результатов, успеха, регалий. Знаете, на день рождения в Турции говорят: «Хорошо, что ты родился», – на зелёном (6) уровне этого достаточно. Уже есть безопасность, комфорт, блага, закон оберегает. Появляются новые системы знаний, объединяющие людей и природу. Человек задумывается о смысле своего существования, его последствиях и пользе. Миром начинают править идеи выше закона, и они имеют силу, даже если не имеют санкций. Например, в некоторых странах люди сортируют мусор по собственному желанию, более щедро распоряжаются своими средствами: в Германии есть такое понятие *Kulanz* – когда вам могут, предположим, вернуть деньги за товар из щедрости, в качестве исключения, хотя по закону и по договору они не обязаны. Духовные ценности ставятся выше закона и начинают руководить обществом. Люди зелёного (6) уровня способны безоценочно видеть других людей, воспринимать чужое поведение в контексте ситуации, а не в рамках «хорошо/плохо», «правильно» или «неправильно». Анализируя поступок, они прежде всего замечают предпосылки и позитивное намерение, фон, при

котором поступок стал лучшим решением из доступного. Принятие себя неидеальным становится возможным, тени выходят на свет и интегрируются.

С точки зрения психики – это состояние устойчивого взрослого, способного контейнировать и свои чувства, и чувства других, дающего максимальную поддержку, не проваливающегося в собственные аффекты и травмы. Это интегрированная личность, для которой существует не только я, ты, они, мы, но и позиция наблюдателя. Телесная осознанность выходит на принципиально новый уровень, где реакция тела – это отклик не только на физические внешние стимулы (удар, пыльца, огонь), но и на эмоциональные (психосоматика, релаксация, техника телесного расслабления, контакт с телом).

Застревание или невозможность пройти этот уровень выглядит как манифестация свода жизненных правил и навязывание своего мышления, универсальной карты мира. Пропаганда определённого образа жизни без проживания такового на собственном опыте. Стремление сохранить своё лицо и нежелание самораскрытия (страх уязвимости). И также одержимость идеальным миром, который должен существовать только по законам зелёного (6) уровня – то есть отказ от преемственности и интеграции предыдущих уровней. Ещё одной проблемой прохождения зелёного является слишком высокая пластичность и мутабельность: когда в силу вступает плюрализм (все теории истинные), человек не способен придерживаться своего ядра (которое должно было сформироваться на синем (4)) и мимикрирует под каждую истину, не имея собственной сути. Фрустрация доводит до потери смысла жизни и бессилия, так как всё одинаково верно, зачем тогда вообще жить (если умереть тоже верно), и всё одинаково бесполезно.

Седьмой уровень спиральной динамики, жёлтый (7) – это большая редкость. Данных о нём немного в силу двух причин: людей на нём крайне мало, людей, способных описать этот уровень, потому что они сами им обладают, – единицы. Это уровень дзена, просветлённости, безошибочности, безоценочности, безусловности. Здесь уже не имеет значения образование, статус, принадлежность к семье и стране, притом что всё это освоено на высшем уровне. Главное, что ты просто существуешь. Более того, появляется мысль о том, что ты существуешь не только в этом теле, что мы все – одно, ты являешься мною, мы – единое целое. Нет шаблонов, оценочного восприятия, есть полное согласие всего со всем. Распространяются гипотезы: что такое жизнь, как устроено бытие, как функционируют люди, психика, что это такое – быть человеком в экзистенциальном смысле. Философские категории вступают в диалог сами с собой, и появляются концепции всеединства, целостности, развития и гибкости, когда для нас важно, чтобы всем было хорошо. И если на шестом уровне мы можем представить коммунизм, то на седьмом – это безграничное изобилие, в основе которого лежит достаточность и аскетизм. Силой является состояние «иметь», а не «брать». Это безусловная вера, безусловное ощущение себя как часть мира и как целое этого мира. При этом концепции предыдущих уровней не отрицаются и не порицаются: жёлтый признает и насилие, и бесчеловечность, и войны, и несправедливость, и материальные ценности как часть плотно-проявленного мира, как условие существования человечества. Бог на этом уровне беспомощный: он создал всё, что мы имеем, но то, как мы распоряжаемся благами, решаем мы, потому что Бог даёт выбор⁶.

И последний, восьмой – бирюзовый (8) уровень, уровень равновесия, единения, холистики, где всё существует. Любая идея, промелькнувшая в голове, является реальностью, в частности, встречается идея реинкарнации, параллельных жизней, множественных воплощений. Как если бы я вошла в кафе, где сидят десятки человек, и все они являлись мной в один и тот же момент времени. И тогда мне абсолютно неважно, кто из нас выигрывает, кто из нас больше заработает, потому что я и ты – это единое целое. Концепции мира и восприятия довольно расплывчатые, супериррациональные, недоказанные, никакого научного знания

⁶ Подробнее эта мысль описана в главе «Что такое Движение Души».

здесь быть не может, потому что оно осталось на четвёртом, на пятом уровне, и ему уже не хватает линейки измерить и описать вселенную. Увы, научное знание довольно слабое для понимания реальности, и часто проблема ненаучного подхода или познания не в сомнительности познания, а в ограниченности науки.

Мы двигаемся снизу вверх, и те, кто оказался выше на уровень, всегда могут понять тех, кто находится ниже, потому что они этот уровень проходили. Но те, кто на нижнем уровне, не понимают тех, кто наверху. Непонимание часто выглядит как злость, осуждение, зависть, обесценивание, при этом они понятия не имеют, как устроена жизнь наверху. Хороший пример – реалити-шоу, когда звёзды (известные люди) играют против обычных людей из маленьких городов. Обычные люди чаще склочные, завистливые, грубые, ленивые, а звёзды чаще добрые, отзывчивые, трудолюбивые. Это легко объяснить: во-первых, выигрыш для звёзд неважен, они сами зарабатывают такие суммы, в то время как для простых людей эти деньги нереальные, они не имеют представления, что, кроме квартиры, можно на них купить и как, кроме лотереи, их можно получить. Во-вторых, звёзды стали не чудом так популярны и богаты: они много над этим трудились. Звёзды по уровню мышления обычно выше на спиральной динамике, но они с уважением относятся к другой команде, а простые люди едва дотягивают до синего (4) уровня и действуют своими подлыми методами. Конечно, я выношу за скобки, что это шоу, сценарий, и не все люди такие, но в реальной жизни это имеет корреляцию.

Или, допустим, есть ролик девушки в интернете, известного блогера, которая зарабатывает миллионы. Её муж зарабатывает меньше, но тоже миллионер, хоть уже не в евро, а, допустим, в рублях. Люди, не имеющие этих денег, в комментариях пишут: «ты думаешь, что у тебя есть семья, если у вас с мужем отдельные бюджеты и брачный контракт?!» И на каком-то уровне спиральной динамики, например, на синем (4), действительно будет важно, что у вас есть штамп в паспорте и что у вас общий бюджет. Но уже на зелёном (6), на жёлтом (7) совершенно не важно, есть ли у вас брак, какой у вас бюджет, отдельный или совместный, особенно когда речь идёт про миллионы евро. Конечно, если пара сводит концы с концами, общий бюджет помогает выжить. Но когда у вас по пять бизнесов на человека, брачный контракт – не более чем порядок в делах, как, скажем, отдельная ванная у каждого человека – это не отделение, это комфорт.

Аксиомы спиральной динамики:

1. Нет уровня менее/более важного. Все уровни равны.
2. Нельзя пройти на верхний уровень, минуя нижний. Это гордыня и самообман.
3. Люди на верхних уровнях понимают тех, кто на нижних. Но на нижних не понимают верхних.
4. Чем выше развитие по спиральной динамике, тем больше карт мира.
5. На нижних уровнях все от рождения. На верхних – единицы.

На нижних уровнях находятся все люди от рождения, на верхних уровнях находятся единицы. Большинство людей никогда не дойдут до пятого, до оранжевого уровня спиральной динамики – хорошо, если они хотя бы дойдут до синего (4), где уже есть безопасность. С чем это связано? Всё просто. Каждое государство тоже относится к определённому уровню спиральной динамики. И в зависимости от того, в каком государстве, в каком обществе живёт человек, мы можем предположить, на каком уровне спиральной динамики он находится. Да, бывает так, что у отдельного человека другой уровень, и он выше или ниже, чем уровень страны, однако

приписывая стране уровень, мы говорим про общую тенденцию народа в этой стране. Можно поразмышлять, что является определяющим: общество создаёт государство или государство создаёт общество.

Также когда делегаты знают, к какому уровню спиральной динамики относится конкретное государство, им проще вести переговоры, руководствуясь ведущими ценностями страны. Так, в своё время Дон Бек стремился предотвратить Гражданскую войну в ЮАР: это единственная в мире страна, которая до сих пор заключает в своей социальной системе все уровни ценностей – феноменальное расслоение населения.

Обратите внимание на основные закономерности

Первое правило: психика любого человека развивается в одной последовательности, не минуя никакие уровни. Для перехода на новый уровень нужно освоить навыки на предыдущем и сформировать потребности следующего уровня. Это процесс одновременно биологический, психологический и социальный. Спускаться на вершущку Эвереста с вертолётa без подготовки опасно, можно потерять сознание от нехватки кислорода, резкой дезадаптации и даже умереть. Подъём в гору медленный, последовательный и сопряжённый с длительной тренировкой и трудом. Это правило везде будет ключевым – удача приходит после труда, когда вы выложились на максимум своих возможностей. И это значит, что если вы наверху, то вы точно прошли нижние уровни, но и наоборот, если вам кажется, что вы на верхнем уровне, но не проходили нижние этажи, это самообман (гордыня). Нам может казаться, что мы на верхних духовных уровнях, но у нас не проработаны низы. Допустим, у человека беспорядочный образ жизни, плохое здоровье, сложные отношения с другими людьми, нет денег. Но он воображает, что он на верхнем уровне спиральной динамики и ему якобы не нужны документы, социальный статус и надёжные отношения.

Второе правило: преемственность уровней сохраняется, прошлый опыт накапливается, а не исчезает. Если незащищённому человеку первично выжить, то при переходе на новый уровень, когда безопасность уже обеспечена, ему по-прежнему будет важно самосохранение, но появятся и новые потребности.

Третье правило: вариативность выбора в репертуаре поведения увеличивается с каждым уровнем. Сначала ребёнок может просто плакать в надежде получить что-то, затем он начинает показывать на желаемое, однажды он сможет попросить словами, а потом самостоятельно взять.

Четвёртое правило: не все одинаково доходят до верхних уровней. Каждому требуется разное время, у каждого свой прогресс: есть люди, которые никогда не дойдут выше синего (4), иногда и красного (3). При этом развитие открыто – процесс никогда не заканчивается.

Пятое правило: нет плохих и хороших уровней, никакие не лучше других. На каждом уровне свои вызовы и преимущества.

Как мы уже определили, те, кто находятся на более высоких уровнях, включают в себя нижние уровни и способны понять тех, кто на нижних уровнях. И теперь я расскажу про магию: почему некоторые люди не способны её понимать, почему так много хейта вокруг неё в течение многих веков.

Есть такая шутка, что для тех, кто плохо изучает физику и химию, всё является магией. Поэтому я захожу в тему Души с точки зрения спиральной динамики – с самой приземлённой модели бытия. И давайте посмотрим, как ведёт себя магия на разных уровнях и как её с этих уровней воспринимают.

Бежевый (1) уровень спиральной динамики описывает базовые инстинкты. Магией становится абсолютно всё, что невозможно познать органами чувств. Представьте младенца. Что

для него магия? Погодные явления, посторонние звуки, механизмы игрушек – всё, что пока не понятно и чем невозможно управлять самому. Для инфантильного взрослого магией будет зарабатывать самостоятельно, иметь хорошие отношения, достигать успеха – для него это чудо.

Если на бежевом магия – всё, что пока мне необъяснимо и чем я не могу управлять, то на фиолетовом (2) я использую магию, чтобы управлять необъяснимым. Через ритуалы, предзнаменования и приметы создаётся иллюзия контроля над тем, что пока невозможно познать. Некоторые виды шаманизма, гадания, «зарядка кошелька», желания в бокале на Новый год, колокольчики у дверей, стаканы с водой на подоконнике в новолуние, постучать по дереву и перебросить соль через левое плечо – это всё магия фиолетового уровня. Ещё это называют магическим мышлением, которым часто обладают дети, когда решают не наступать на стыки плит на земле, чтобы родители помирились. На этом же уровне существуют сглазы, порчи, жертвоприношения, о которых люди лишь догадываются. Проклятья в сердцах, когда от бессилия и в целях единственной самозащиты можно пожелать человеку чего-то недоброго. Здесь мы расположим коллективное бессознательное, неосознанные родовые программы, некоторые ментальные коды и архетипы, которые по умолчанию закладываются в человека при рождении.

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.