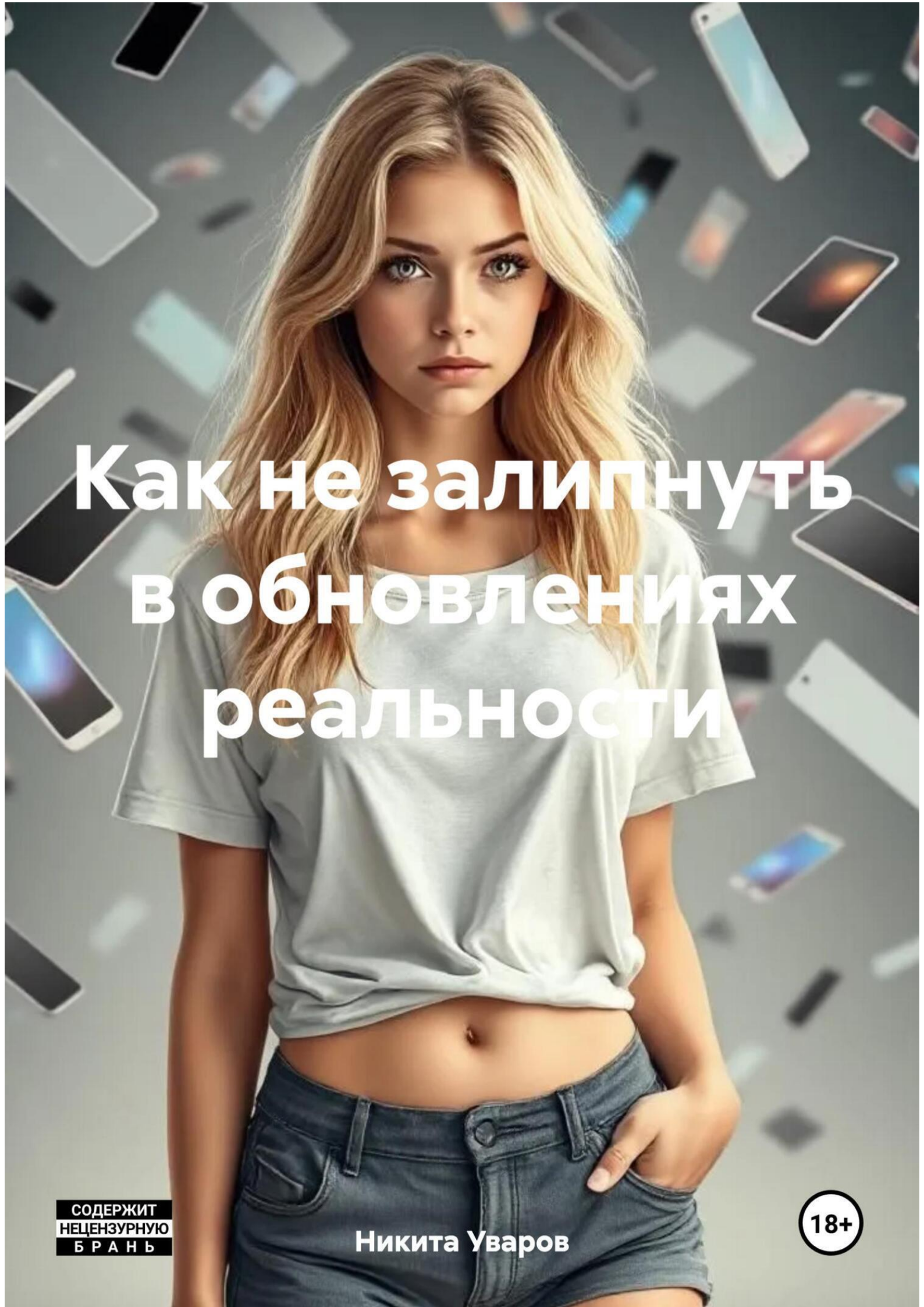




Как не залипнуть в обновлениях реальности

СОДЕРЖИТ
НЕЦЕНЗУРНУЮ
БРАНЬ

Никита Уваров

18+

Никита Уваров

**Как не залипнуть в
обновлениях реальности**

«Автор»

2024

Уваров Н.

Как не залипнуть в обновлениях реальности / Н. Уваров —
«Автор», 2024

«Как не залипнуть в обновлениях реальности» — это сатирический гид по выживанию в мире, который с каждым днём становится всё абсурднее. Эта книга для тех, кто устал от бесконечных апдейтов жизни, где вместо радости и успеха тебя встречают глюки, баги и странные моды, а счастье всегда кажется в следующей версии. Здесь ты не найдёшь классических советов из учебников по саморазвитию. Вместо этого — меткие шутки, сарказм и откровенные пинки, которые помогут перестать залипать в вечные сравнения с другими, борьбу за чужие лайки и бессмысленные цели. Мы вместе разберёмся: Почему в реальности нет кнопки «откатить назад» и это хорошо. — Как перестать ждать апдейтов и взять управление своей жизнью в свои руки. Эта книга напомнит тебе, что жизнь — не демо-версия, где можно попробовать и удалить. И главное: чтобы перестать ждать лучших времён, достаточно просто что-то делать. Ну и иногда уметь смеяться над собой — ведь это и есть самый главный апдейт в твоей жизни.

© Уваров Н., 2024

© Автор, 2024

Содержание

Неужели ты думаешь, что контролируешь свою жизнь?	8
Дружище, ты даже не замечаешь, как умираешь на этом диване	9
Вся эта хрень – это просто поток информации	10
Где твой выбор?	11
Так ты контролируешь или нет?	12
Глава 2. Как мы обновляем свою личность – баги и фиксы	13
От хардкорного обновления до легкого багфикса: как мы обновляем свою личность	13
«Убираю эту версию себя»: поиск новой версии себя в поисках смысла	14
Слишком много фильтров – потеряли ли мы способность воспринимать «необработанные» моменты?	15
Самопроблемы – важность их наличия в своей жизни	16
И вот в чем загвоздка	17
Глава 3. Свобода выбора: миф или манипуляция?	18
Кто нами управляет: Бог, эволюция или Матрица?	18
Мы – это наша семья, окружение и социальный статус?	19
Мы – это наши гены? Или генетика – это всего лишь один из множества багов?	20
Влияем ли мы на что-либо в бескрайности космоса?	21
Заключение. Или не заключение?	22
Мы выбираем... или нас выбирают?	23
"Я выбираю быть собой!"	23
Генетика или детские травмы?	24
Социальный статус: обруч или ворота?	25
Эксперимент Матрицы: выбрать или быть выбранным?	26
Космос: нам есть место?	27
За пределами выбора: что мы на самом деле контролируем?	28
Могу ли я вообще выбрать что-то, если всё "выбирает" кто-то другой?	28
Эволюция или Божественная рука?	29
Мысли или манипуляции?	30
Иллюзия свободы: магия выбора?	31
Мистическая сила «свободы»	31
Глобальная сеть влияния	32
Параллельные миры и выборы, которых не было	33
Конец ознакомительного фрагмента.	34

Никита Уваров

Как не залипнуть в обновлениях реальности

Пролог: Отключи автопилот

Всем когда-нибудь приходило в голову, что реальность – это такая себе операционка, которую кто-то давно забыл обновить. Патчи криво встают, баги множатся, а горячие клавиши на счастье и успех почему-то не работают. Мы сидим, пялимся в экраны своих жизней, где реклама бесконечного улучшения прокручивается на фоне чужих достижений, будто это трейлер к фильму, в котором нас забыли снять.

Но есть нюанс: кажется, мы сами выбираем оставаться в этой цифровой коме. Лайк, свайп, скролл, покупка – всё запрограммировано на повтор. Эдакий симулятор жизни, где миссия всегда одна: залипнуть в обновлениях реальности так, чтобы забыть про главную задачу – выйти из режима «зритель».

Чувствуешь, как пахнет сгоревшим процессором? Это твоя голова, которая уже не успевает обрабатывать входящие уведомления. Ну что, готов вырубить автопилот и переписать свою систему координат? Тогда держись крепче: нас ждёт диалог, где мы будем хакать обыденность, высмеивать код реальности и искать способ нажать *Ctrl+Alt+Del* на собственных страхах.

Погнали?

Введение: Не верь интерфейсу

Когда ты включаешь телефон и видишь кучу уведомлений, кажется, что жизнь бьёт ключом. Но только не твоим. Это как открыть холодильник в надежде найти что-то вкусное, а там – только свет и тоскливый взгляд. Ты смотришь в экран и веришь, что реальность где-то рядом, чуть за гранью этого блестящего интерфейса. Но, давай честно, не так ли?

Мы все носим с собой эти чёртовы куски стекла и пластика, будто это карты к кладу. А клад-то не существует. Есть только бесконечный серпантин хайпа, где каждый новый поворот – это всего лишь старый круг, только с другой обёрткой. Мы учимся радоваться чужим победам, чтобы не думать о собственных поражениях. Мы лайкаем мемы про выгорание, чтобы забыть, как горим изнутри.

Но самое смешное – мы знаем, что с нами происходит. Правда? Каждый раз, когда ты ловишь себя на очередном бессмысленном скролле, в голове звучит маленький, но наглый голос: «Хватит, хватит, хватит». И тут же другой: «Ну ладно, ещё чуть-чуть».

В этом вся суть: реальность больше не обновляется, потому что ей некогда – она обновляет нас. Загружает апдейты, которые мы даже не запрашивали, и отключает функции, которые казались основными.

Так что если ты читаешь это, поздравляю: у тебя есть выбор. Остаться на этой дорожке бесконечного обновления или попытаться выйти из игры. Да, это будет сложно. Да, это может показаться бессмысленным. Но поверь, тут важен не результат, а сам процесс: перестать быть залипшим зрителем и начать играть свою собственную роль.

Часть 1: Вопросы

Глава 1: Погружение в Экран

Если ты когда-нибудь ловил себя на том, что проверяешь телефон ещё до того, как дотронешься до кофе, то ты уже не просто залип. Ты в самом центре системы, её ячейке, которой кажется, что она сама тебя создала. Реальность? Где-то там, в другом месте, и это точно не в том, где ты сидишь с телефоном в руках, залипая в очередной раз.

Ты, наверное, думаешь, что «ну я ж не такой, мне просто нужно проверить одно сообщение», но что происходит через пять минут? Ты уже смотришь видео котиков и думаешь, почему на этом свете так много адского контента, а ты как дурак всё смотришь, не понимая, где начало, а где конец. Реально, ты когда-нибудь задумывался, как человек в 21 веке может быть так быстро поглощён пустотой?

Знаешь, что самое странное? Мы все будто подписались на этот договор с реальностью. Кто-то по уму, кто-то случайно, а кто-то и вовсе не понял, что это за игра, в которой его жизнь – это не его жизнь, а только иллюзия. Как бы мы ни спорили об этом, нас фактически «обновляют». Каждый клик, каждая загрузка, каждый лайк – это обновление нашего восприятия. Мы даём себе новые квесты, только они вечно не заканчиваются, а наш экран всё горит и горит.

Когда ты учил английский в школе, тебе объясняли, что внимание – это ключевое слово. Но никто не сказал, что внимание – это то, за что битва идёт в 21 веке. Не просто за твои деньги, нет. Тут всё более тонко – за твоё внимание, за твою душу, за твоё время. И вот тут начинается самое интересное: ты начинаешь думать, что сам выбираешь, на что смотреть. Но на самом деле ты выбираешь лишь из того, что тебе подали. Смотрю туда, куда мне показывают, и «вот что мне интересно».

Так давай признаемся, что мир из этих самых картинок и видео – это не твой мир. Это тот мир, который тебе подстроили под твой мозг, обрабатывая каждый его импульс и реакцию. Ты ещё не понял, но уже ловишься на его крючки. Ведь проще всего стать частью процесса, чем выйти из него. Почему? Потому что выход – это усилие. Это работа. Это осознание того, что ты должен вообще начать думать о том, что происходит в твоей жизни. А когда ты думаешь о чём-то, что не даёт тебе Facebook или Instagram, ты начинаешь чётко осознавать, что твоё внимание – это не просто валюта, это ресурс, который жгут, сжигают и просто сливают, не давая даже взглянуть на то, что происходит за пределами этого красивого экрана.

Ты мог бы сказать, что вот, мол, всё это – очередной банальный разговор о том, как нас манипулируют в интернете, но дело не в этом. Всё гораздо круче: с каждым днём ты становишься не просто залипшим зрителем, ты становишься частью этой игры. Игры, в которой не важно, насколько ты успешен или какой лайк на твоём фото собрал, важно одно: сколько ты вложишь себя в эту иллюзию и сколько из тебя она вытянет.

Вот такие вот мы, весь этот цифровой народ, с телефоном в руках, в поисках смысла и реальности, которую на самом деле давно потеряли. Но ничего, скоро всё обновится – как и мы с тобой.

Так вот, ты сидишь на своём телефоне, глаза в этот мир, как, не знаю, динозавр, которого засунули в стеклянную клетку и заставили смотреть на всё, что происходит вокруг. И вот – ты листаешь, листаешь, а мир вокруг становится всё более расплывчатым и... ну, не твоим. Вроде ты ещё как-то в жизни, но всё это настолько «прикрученное» – будто по телевизору включили твоё собственное шоу, но ты не продюсер, а просто зритель. Тот самый человек, который, по идее, должен создавать контент, а не воспринимать его, как ещё один ебанный мем о том, как котик смотрит на вас с надеждой на доброе слово.

Но в этом вся суть. Мы все как эти прокачанные чуваки из мобильных игр, только вместо оружия в руках у нас – лайки и просмотры. Кому это вообще надо, скажешь ты? Кому, блядь, нужно твоё внимание? Да всем, нахрен, потому что твоя голова – это та самая обрабатывающая машина, которая делает всё. Эти приложения подгоняют твой мозг под свои цели: будто ты сам, но на самом деле – ты всего лишь в их конвейере.

Тут и начинается самое веселое: ты такой «так, я буду умным, я буду держать свою концентрацию» – но, ёпта, пять минут назад ты увлёкся видео, где мужик заставляет кошку кататься на скейтборде. Как так получилось? А вот так! Ты просто смотришь, как видео скользит по ленте и думаешь: «Ладно, посмотрю ещё», и через пару минут ты такой «блин, как я вообще здесь оказался?».

Никакого осознания, никаких разрывов в матрице – всё просто плавно переходит в следующее видео, в следующую картинку, в следующий клик. И знаешь, что самое печальное? Ты сидишь и думаешь, что ты тут всё контролируешь. Типа ты крутой, потому что можешь выбирать, что смотреть. Но, блядь, посмотри на свою жизнь – ты выбираешь из того, что тебе подставляют, а не из того, что хочешь. Так что ты тут, в принципе, лишь наблюдатель, а не создатель.

И вот ты такой: «Я не такой, я могу выбрать, я могу сам». Ха-ха! Чего ты там сам можешь? Ты такой же, как все, кто когда-то думал, что он не потонет в этих информационных водах. А ты уже тонешь. Ты поглощён этой чепухой, и каждый твой клик – это просто способ уснуть ещё немного глубже. Сначала ты типа умный, а потом ты просто как эти блогеры с инстаграма: «Ууу, новые фишки!» Весь твой мозг – это теперь поисковая строка с автозаполнением. Ты пытаешься найти ответы на вопросы, а они тебе уже подкинуты. Залипни, и будешь точно «в тренде».

А теперь представь, ты стоишь в очереди, а в руках у тебя – не чашка с кофе, а этот чертов экран, который тебя кормит информацией. Тебе абсолютно по барабану, что происходит вокруг, потому что ты в свой маленький пузырь с медиа, где всё логично, всё понятно, и никто не спрашивает, что ты на самом деле ищешь. Главное – не выходить за рамки.

И вот тут, понимаешь, самое главное: мы все находимся в информационном концлагере. Да, да, слышишь? Ты не выбрал быть частью этого мира, ты оказался в нём просто потому, что тебе сказали, что это «нормально». И тут ты уже сам себе не хозяин. Ты следуешь за чем-то, о чём даже не задумывался. Ты думаешь, что сам выбираешь путь, но на самом деле тебя ведут за ручку в это огромное поле контента, где лежат все твои мечты, желания и лайки.

И по сути, ты просто реагируешь на те вещи, которые тебе подсовывают. Хочешь быть крутым – покажи, как ты пьёшь свой кофе. Хочешь быть важным – сфоткай свою еду и налей туда пару хештегов. Ты, наверное, не осознаёшь, что на самом деле ты ни в чём не оригинален. Ты всего лишь один из миллионов, кто в одно и то же время забивает свою жизнь и внимание пустыми вещами, потому что тебе кажется, что так ты «жизнь проживаешь».

Но ничего страшного, ты ведь знаешь, как в следующий раз попробовать что-то другое. Правда?

Неужели ты думаешь, что контролируешь свою жизнь?

Слушай, вот тут самое интересное – ты думаешь, что у тебя есть контроль, а на самом деле ты уже давно в капкане. Ты постоянно «выбираешь» между всеми этими милыми видосиками о собаках, мемами про котиков и жизненными советами от тётушек, которые, по твоему мнению, точно знают, как в жизни разобраться. Но, ёпта, когда ты последний раз делал что-то, что действительно имело значение для тебя, а не потому что тебе «порекомендовали» это глянуть?

Ты, наверное, думаешь: «Ну да, ну да, я сам решаю, что мне смотреть!» Ага, конечно. Ты в своей малой борьбе с алгоритмами как пушистая овечка, которая думает, что если она тупо выберет, какой еду ей есть, то она и будет выбирать. Но на самом деле её в любом случае поведёт в тот угол, где кормят. Всё это просто игра с мячиком, понимаешь? Чем больше ты думаешь, что ты контролируешь свою жизнь, тем сильнее ты попадаешь в её сетку.

Дружище, ты даже не замечаешь, как умираешь на этом диване

Честно, вспомни себя пару лет назад. Наверное, у тебя был план. Да, тот самый, когда ты «сделаю всё», «буду работать, как собака», «выполню все свои цели»... А что ты сейчас делаешь? Ты сидишь на диване, врубаешь очередное видео на YouTube и кидаешь в холодильник печенку. Ну, а если что-то важное, то оно тоже как-то «параллельно» происходит. Вроде и прокачиваешь навыки, и на тренинг записался – но как-то всё на автопилоте. Ты скорее ожидаешь, что тебе кто-то подскажет, что делать, чем сам что-то решишь.

Всё, что ты видел за последние пару часов – видео, где какой-то мужик рассказывает, как он «попал на крутую работу». Ты его слушаешь и, кажется, будто бы вот-вот, вот ты тоже запустишь свой проект, и жизнь изменится. Но на деле – ты просто сидишь и смотришь, как кто-то другой живёт твою жизнь. И это похоже на то, как ты в своей голове расставляешь приоритеты и ценности, но на деле... как котенок, который ждёт, что кто-то его вытащит из коробки. Реально, чувак, ты там, в коробке.

Вся эта хрень – это просто поток информации

Мы все с тобой – в одном огромном потоке данных. Смотри, ты, наверное, знаешь, что тебе нужно это, и тебе нужно то. Но тебе не надо это – тебе просто подсовывают. Алгоритмы, как какие-то добрые ниндзя, подкидывают тебе идею, и ты такой: «А ну-ка, посмотрю». И всё, ты поглощён. Эти данные, как река, которая течёт через тебя, и ты даже не понимаешь, как далеко она тебя унесла.

А теперь представь: если бы ты мог вынырнуть из этого потока, ты бы увидел, что всю эту информацию создают другие люди, которые тоже сидят в этом потоке. И все так или иначе поддались этому процессу. Кто-то читал книгу, кому-то подсказали, кто-то создал новое видео. Ты думаешь, что ты сам по себе, но ты как один из этих маленьких «шестерёночек», которые скрипят в этом огромном механизме, получая свою порцию информации, не задаваясь вопросом: «Кому это нужно?»

Да, всё это весело на короткое время – сиди, кайфуй, смотри ролики, как коты скакать на скейтборде. Но ты не замечаешь, как эти секунды жизни утекают. Вместо того чтобы делать что-то стоящее, ты как рыба в сети.

Где твой выбор?

Ты считаешь, что ты решаешь, что будет дальше, и на каком контенте ты зависнешь? Ха! Ты можешь выбирать, только не забывай – выбирать из предложенного. Ты можешь листать ленту, что угодно смотреть, но за этим всегда стоит кто-то, кто управляет этим всем. Ты всё-таки живёшь в мире, где большинство решений уже за тебя приняты. Да, ты можешь выбрать между видео с мемами и кино, но ты не выбираешь, что с тобой будет через год, если продолжишь сидеть в этом потоке.

Короче, всё твоё "я выбираю сам" – это просто иллюзия. Всё, что тебе нужно, – это открыть глаза и посмотреть, кто на самом деле управляет твоими выборами. И, по большому счёту, кто мешает тебе использовать эту силу для собственного блага? Но пока ты выбираешь, что будешь смотреть дальше, у кого-то другой мозг уже включён на полную катушку, и он смотрит, как ты топчешься на месте, как маленькая мышка в лабиринте.

И вот, что я тебе скажу: ты всё ещё думаешь, что ты живёшь в этом мире? Ну-ну...

Так ты контролируешь или нет?

Вот оно, в чём загвоздка. Ты думаешь, что всё это – твои решения, твоя свобода, твоя жизнь, но кто сказал, что ты контролируешь свой путь? Вроде и сам себе хозяин, но знаешь, если вдуматься, то и мысль, что ты свободен – это тоже чей-то хитрый план. Как бы ты ни вертелся, ты всё равно на крючке.

И пока ты выбираешь, что смотреть, думать, слушать, а может, даже о чём мечтать, кто-то другой тихо подкидывает тебе ещё одну порцию привычки, ещё одну деталь, которая тебе *нужна*. И вот ты сидишь, поджариваешь мозг на этих миллионных экранах, стараешься понять, почему всё так неясно, но... что с тобой на самом деле происходит? Ты ведь не первый день в этой системе, а она тебя как будто бы не заметила. Ты так и не понял, что ты сам давно стал частью этой гигантской игрушки, которая крутится без твоего участия. Смешно, да?

Так вот, вопрос: ты вообще ещё знаешь, где заканчиваешься ты и начинается эта гниющая система, или ты уже слился с ней? Что дальше, если «информация» – это не просто какая-то вуаль, а реально то, что тебя формирует?

Короче, забей, а ты вообще уверен, что ты живёшь?

Глава 2. Как мы обновляем свою личность – баги и фиксы

От хардкорного обновления до легкого багфикса: как мы обновляем свою личность

Ну что, ребятки, готовы обновить свою личность? Погнали! Только не забудьте, что этот апдейт требует перезагрузки вашего ума. Я вот, честно, каждый раз переживаю, когда мне предлагают новую версию «меня». Честно говоря, кто вообще решил, что нужно стать лучшей версией себя? Это типа, если честно, тупо. Лучшая версия – это та, которая максимально совпадает с идеалом в твоей голове, а идеалы у нас у всех разные. Так что, в этом бесконечном апдейте мы тупо гоняемся за чем-то, чего никогда не достигнем. Потому что идеалы, как баги, никогда не фиксируются полностью.

Ты просыпаешься с утра, и что? Тебе нужно быть лучше, чем вчера, чтобы не отстать от своих сверстников, не пропустить новую фишку на Инстаграме и не забыть, как говорить «тренды» и «поток осознанности». Мы пытаемся «обновляться» с каждым днем, меняя свои привычки и установки. Но суть в том, что мы не понимаем: каждая версия нас – это просто еще один патч к той самой первичной ошибке, с которой мы родились. Мы не исправляем баги, мы просто делаем их более изощренными.

«Убираю эту версию себя»: поиск новой версии себя в поисках смысла

Все любят сбрасывать настройки. Это такая классная идея: «Я же могу все начать с чистого листа!» Ах, да! Потому что не существует никого более вдохновляющего, чем тот, кто отказывается от прошлого. Давайте все просто сбросим себя – нафиг, старые ошибки, старые убеждения, старые привычки. Просто вбиваем в поисковик «обновить личность», ставим галочку на «перезагрузка» и вот он, новый ты! Чистая система. Только вот что интересно: с каждым новым «обновлением» ты становишься все более пустым. Понимаешь? Когда ты пытаешься сбросить все старое, ты забываешь, что из этих старых багов ты и состоишь. Без них ты не ты.

Так что сброс настроек – это как выбросить старые джинсы, думая, что ты сразу станешь модным. Да, они тебе не подходят. Но это не значит, что без них ты станешь лучше. Ты просто станешь без джинсов. Логично, да?

Слишком много фильтров – потеряли ли мы способность воспринимать «необработанные» моменты?

А теперь давайте поговорим о фильтрах. И я не про фотки в Instagram, хотя, может быть, и про них тоже. Мы, наверное, все знаем, как легко спрятать реальность за слоем фильтров. Чуть-чуть подретушировать, сделать картинку чище, ярче, фальшивее. Это то, что мы делаем со своей жизнью. Мы фильтруем каждое наше переживание, каждую эмоцию. Лишь бы не показывать, что на самом деле с нами происходит. И чем больше фильтров, тем сложнее увидеть, что происходит на самом деле.

Сейчас, конечно, все говорят о том, как важно быть «настоящим» и «не скрывать ничего». Но это чаще всего звучит как откровенная шутка. Мы сидим, делаем вид, что стараемся быть настоящими, но в итоге все, что мы показываем – это версия себя, которую мы стараемся продать. Даже эмоции, даже переживания, даже моменты радости – всё это фильтры. Мы забыли, как переживать без этого слоя безопасности. Мы забыли, как это – быть идеальными.

Самопроблемы – важность их наличия в своей жизни

А теперь давайте обсудим, почему все эти проблемы, которые мы считаем «недоработками», на самом деле являются частью нас. Это наши баги, наши ошибочки. Да, это плохо, что ты не выспался или что не можешь принять решение. Но вот эти моменты и делают тебя человеком. Без всех этих багов ты был бы просто скриптом, который выполняет инструкции.

Почему мы так сильно пытаемся избавиться от своих слабых мест? Потому что с ними неудобно. Неудобно быть «неидеальным», неудобно признаваться, что ты не всегда прав. Но когда мы начинаем искать решения для всех этих проблем, мы пропускаем главное: эти проблемы – это не баги, это «функции» жизни, которые мы почему-то не хотим принимать. Жизнь не должна быть идеальной. Все эти баги – они наши спутники.

И вот в чем загвоздка

Пытаясь создать идеальное обновление, мы часто забываем, что нас и делают эти баги. Как, например, те вирусы в телефоне, которые ты не можешь удалить, но они тебе даже иногда помогают – если ты знаешь, как их правильно использовать. Да, я это сказал. Мы живем с багами, потому что это делает нас живыми. Но вместо того чтобы понять их и научиться работать с ними, мы просто пытаемся их выжечь на корню, сжигать все старые версии себя, забывая, что каждая новая версия – это не что иное, как очередная попытка сбежать от себя.

И вот вопрос: так ли нужно обновляться? Или, может быть, самое главное – это понять, что мы не нуждаемся в «обновлениях»? Что если лучше быть просто несовершенными, чем искать очередное обновление, которое решит все наши проблемы? Да, скорее всего, никакое обновление не сделает нас счастливее. Мы все-таки не роботы. Но может, это именно в этих багах, косяках и несостыковках и скрывается вся суть человеческого существования?

Глава 3. Свобода выбора: миф или манипуляция?

Кто нами управляет: Бог, эволюция или Матрица?

Окей, давайте разбираться. Ты когда-нибудь задумывался, что, возможно, у нас нет выбора? И что даже если кажется, что мы что-то выбираем, на самом деле за нами уже кто-то решает? Если бы ты был эволюционным алгоритмом, который на пути к самосовершенствованию решает, что лучше – гнеститься в теплой пещере или лезть в космос, ты бы тоже думал, что всё зависит только от тебя, правда? Но вот забавная штука: эволюция-то делает свой выбор за тебя. Ты не выбираешь, какой тебе будет опыт в этой жизни. Ты выбираешь только из того, что тебе предложат: скучный офис или пожар в 3 часа ночи. Смешно, правда?

А теперь представь, что у тебя есть «создатели Матрицы», которые, возможно, и контролируют твои выборы. Не исключено, что ты не живешь в том мире, который думаешь. Может, ты – всего лишь экспериментальный симулятор для некой расы существ, которые проверяют, как ты справишься с очередным багом. Приятно, правда? Так что возможно, вся эта жизнь – просто очередной апдейт программы. Ты вроде бы выбираешь, но в итоге только следуешь заранее заданным маршрутам. Главное, чтобы ты не заметил, как всё происходит. А то вдруг расстроишься, что ты не более чем NPC в чьей-то игре.

Мы – это наша семья, окружение и социальный статус?

А теперь серьезно. Вот скажи, сколько раз ты слышал «ты сам создаешь свою судьбу», «ты определяешь свою жизнь»? Да, звучит красиво. Но давай подумаем: насколько твоя семья, твои друзья и окружение влияют на твой выбор? Понимаешь, что ты родился в одном месте, с одними родителями и в определенных условиях, а не в благополучной семье миллиардеров, которые могут тебе предоставить все возможности для реализации твоих идей? Ты родился там, где тебе повезло. И в этой случайности как раз и скрывается вся суть.

Конечно, можно рассуждать о внутренней силе духа и силе воли, но сколько людей, на самом деле, влияли на свою судьбу, получив поддержку и возможности? Внешние факторы, социальный статус, возможность образования – все это играет не меньшую роль, чем твое внутреннее стремление.

И вот вопрос: может ли человек выйти за рамки этого окружения? Можешь ли ты, будучи «продуктом» своих родителей и воспитания, действительно стать кем-то абсолютно новым? Проблема в том, что твоя личность формируется не только твоими выборами. Твоя личность – это смесь случайных факторов, в том числе того, как ты видел мир и кто был рядом с тобой.

Мы – это наши гены? Или генетика – это всего лишь один из множества багов?

Теперь давай про гены. Научные данные показывают, что гены действительно влияют на наше поведение, нашу склонность к определённым заболеваниям и тому подобное. Но насколько это важно? В одном мы точно можем быть уверены – если бы не гены, мы бы, возможно, вообще не существовали. Так что да, ты можешь говорить «я не виноват», когда дело касается твоих генетических предрасположенностей. Но вот что интересно: с каждым поколением люди, оказывается, всё больше начинают быть похожими на тех, с кем они общаются. Это генетика или окружение? А может, это и то, и другое в одной упаковке?

Вот ты – продукт своих генов и воспитания. И что? Ты действительно можешь изменить своё будущее? Или ты просто идешь по рельсам, которые заложены ещё до твоего рождения? Вопросов миллион, ответов – ноль.

Влияем ли мы на что-либо в бескрайности космоса?

А теперь давайте обсудим космос. Ты когда-нибудь задумывался, насколько мелкими мы являемся на фоне этого бескрайного космоса? Вся эта Земля – это просто маленькая пылинка, вращающаяся вокруг звезд, которые в свою очередь вращаются вокруг гигантских черных дыр. И что ты думаешь, имея возможность влиять на что-то в этой огромной картине? Это как если бы ты пытался размахивать палкой, стоя на носу гигантского слона, и думал, что ты решаешь что-то важное в этом мире.

Когда мы говорим о влиянии на что-то в масштабах Вселенной, это кажется немного... ну, смешным, если честно. Мы стараемся быть «важными» и «незаменимыми», но вселенная продолжает крутиться. А твой след в ней – это так, маленькая пыльца, которую заметит разве что другой кусок пыли. И неужели в этом есть смысл? Мы пытаемся найти свой смысл в мире, который, по всей видимости, не нуждается в нашем мнении.

Заключение. Или не заключение?

И вот ты стоишь на грани, пытаясь решить: есть ли свобода выбора, или всё уже предопределено? С одной стороны, нам всё время говорят, что мы можем выбирать. С другой – мы живем в мире, где наши выборы часто контролируются теми же законами, что и наши гены, наша семья и наше окружение. Да, мы можем попытаться выйти за рамки, но возможно ли это в мире, где всё так или иначе связано?

И вот в чем загвоздка: если свобода выбора и существует, то она выглядит как мираж. Ты пытаешься что-то изменить, но на самом деле, каждый твой выбор – это просто еще одна иллюзия. Или, может быть, именно это и есть свобода: осознать, что ты ничего не решаешь, но всё равно действовать так, как если бы мог?

Мы выбираем... или нас выбирают?

"Я выбираю быть собой!"

Вот, например, этот крик в пустоту, когда кто-то говорит: «Я выбираю быть собой!» И все такие: «О, как круто, он выбрал быть собой!» – и начинают аплодировать, как будто это какая-то магия. Seriously? Ты точно уверен, что твоя личность – это твой выбор? Или ты просто сложился так, как сложился? Понимаешь, есть такой феномен, как *психологическая предсказуемость*. И если рассматривать поведение людей через призму статистики, то оно оказывается гораздо более предсказуемым, чем нам хотелось бы. Мы, мол, *свободные и неподвластные* обстоятельствам, но в реальности ты похож на фигуру на шахматной доске, которую, может, даже не ты сам двигаешь, а тот же самый «экспериментатор».

Вот тебе пример: ты решаешь поехать в отпуск в Таиланд, и все радостно говорят, что это твой выбор. Но если бы ты не жил в обществе, где этот остров на другом конце мира рекламируют как райский уголок, ты вообще задумывался бы об этом? Может быть, если бы твоя жизнь в детстве была по-другому, ты бы вообще в Швеции уселся на лыжи, а не в какой-то тропический рай? Но ведь это тоже выбор! Или... нет?

Генетика или детские травмы?

Теперь давай про гены. Все мы знаем, что мы «выбираем» поведение. Мол, у каждого человека есть шанс стать кем-то великим, если приложит усилия. Но вот тот момент, когда мы начинаем говорить о генах, тут всё становится сложнее. Мы как бы всё время крутимся в своём собственном коконе. И вот тут вопрос: может ли наш выбор быть по-настоящему свободным, если всё зависит от того, кто наши родители, где мы выросли, что за генетические «подарки» мы получили? Ты, наверное, читал о «генах поведения», когда твой успех или неудача зависят от того, какие «сигналы» передаются тебе с самого рождения. Гены – это как нажатие на кнопку на старом игровом автомате: вроде бы ты сам выбираешь, но на самом деле ты всего лишь поддаешься случайному выпадению результата.

Давай возьмем простой пример: человек, выросший в неблагополучной семье с постоянным стрессом и проблемами, вероятно, вырастет с совершенно другим набором психологических реакций, чем тот, кто рос в любви и благополучии. Он будет более склонен к импульсивным решениям, или наоборот, к хроническому сомнению. Это что, выбор? Или продукт обстоятельств?

Социальный статус: обруч или ворота?

Вот тебе ещё штука. Ты родился в семье, где уже за тебя всё решено. Если ты сын олигарха, тебе, вероятно, не нужно раздумывать о выборе: твоя жизнь будет «заработана» на том, что ты родился с золотой ложкой в зубах. Ты, конечно, можешь «выбрать» стать певцом, актером или открыть стартап, но в любом случае ты будешь играть по чужим правилам. А если ты вырос в семье с определенным социальным статусом, который навязывает тебе рамки, у тебя будет гораздо меньше свободы, чем у того, кто растет с возможностью выйти за эти рамки.

Тут важный момент. Кто определяет, что такое статус? И если ты выходишь за его пределы, насколько это на самом деле твоё решение, а не как бы зацепка для системы, которая в любом случае будет тебя «считывать» и направлять в нужное русло? Подожди, ты ещё не понял: всё равно ты останешься частью чего-то больше, не зависимо от того, насколько ты бунтарь.

Эксперимент Матрицы: выбрать или быть выбранным?

А теперь самое вкусное – Матрица. Многим так нравится представлять, что мы живем в симуляции, и все наши «выборы» на самом деле заранее прописаны. Матрица – идеальный пример того, как мы не осознаём, что не мы делаем выбор, а тот, кто нас создал. Все наши решения, все наши желания, все эти малые «свободы» – мы не более чем набор данных для некоего кода. Но... если бы мы были в Матрице, как бы ты себя чувствовал, зная, что всё предопределено? Ну, скажем так, ты не можешь выйти за рамки, потому что те рамки – это, по сути, и есть ты сам.

И вот тут начинается самое интересное. Что если наши «выборы» – это не столько выборы, сколько игра с тем, что нам кажется «выбором», в пространстве, которое ограничено с самого начала? Ты, вероятно, слышал, как разные философы с древности пытались спорить с концепцией свободы воли, но мы всё равно продолжаем себя убеждать, что мы можем решить всё сами. Паранойя? Возможно. Но если бы ты знал, что ты в Матрице, как бы ты отреагировал? Вопрос: сможешь ли ты принять, что на самом деле всё решено?

Космос: нам есть место?

Вот тебе вообще шикарная мысль. Мы все стремимся что-то изменить в этом мире. Но может ли человек, который всего лишь малый микроскопический элемент в этом бескрайнем космосе, действительно изменить ход истории? Ты посмотри на Вселенную – звезды, планеты, миллиарды лет. И вот ты, с твоими маленькими идеями, пытаешься что-то «значительное» сделать? Мда, смешно. Ты, конечно, можешь бороться за какое-то малое влияние, но в масштабе Вселенной это всё как один вдох. Твои идеи, решения, выборы – всё это как музыкальная нота в оркестре, где дирижер давно поставил свою руку.

Вот ты и снова теряешься в этих размышлениях: можешь ли ты что-то изменить в масштабах Вселенной, если даже твой выбор ограничен тем, что ты не можешь выйти за рамки своего собственного восприятия и понимания?

За пределами выбора: что мы на самом деле контролируем?

Могу ли я вообще выбрать что-то, если всё "выбирает" кто-то другой?

Вот тут начинается настоящая игра. Что если, в самом деле, выбор – это мираж? Скажем, ты зашёл в магазин, стоишь перед полками с яблоками и думаешь: «Вот это красное, это я возьму!» Но задумайся, сколько всего влияет на этот «выбор». Как ты вообще пришёл к идее, что красные яблоки – лучшие? Это тебе независимо от твоих генов или воспитания подкинули в детстве. Приятные воспоминания? Или это просто потому, что твой мозг так устроен, что красный – это цвет "сигнализатора", что оно точно свежее?

И тут всплывает ещё один момент. Ты действительно *выбираешь* или просто реагируешь на те сигналы, которые тебе посылает мир? Как бы ты ни старался осознанно решить, на самом деле ты всё время стоишь на перекрёстке выборов, суженных тонкими нитями твоих ограничений. Психология, нейробиология, воспитание, миллионы мелких случайностей – ты никогда не знаешь, что стоит за твоим выбором, потому что часто ты и не осознаёшь, что уже был направлен в определённое русло.

Может быть, ты решил заняться программированием, потому что однажды в детстве тебе кто-то сказал, что это круто. И ты пошёл в эту сторону, не задумываясь, что на самом деле это не совсем твоё. Тебе ведь не рассказывали, что ещё есть куча других профессий, и каждая из них может принести не меньшее удовлетворение.

Эволюция или Божественная рука?

Теперь вуаля, подходим к самому интересному – к вопросу о том, что нас направляет. Эволюция или Божественная рука? Сначала представь себе эту ситуацию: ты стоишь на краю обрыва и решаешь прыгнуть. Лишь за мгновение до этого ты понимаешь, что это может быть глупым решением, но твой мозг уже делает первый шаг. Секунды достаточно, чтобы ты почувствовал, как всю твою жизнь, со всеми её выборами, будто бы сплели в одну большую паутину.

Твое поведение на самом деле могло быть решено где-то в глубинах твоего мозга – в тех самых зонах, о которых ты и не подозреваешь. Тут ты можешь сказать: «Эволюция сделала меня таким!» Но кто-то другой может возразить: «Да не, это не эволюция, это было предначертано Богом, или даже кем-то, кто поставил тебя в эту Matrix!» Печально, но факт: тебя всегда могут заставить сомневаться, насколько твой «выбор» на самом деле твой.

И вот мы приходим к проблеме. На какие именно решения ты способен? Эволюция позволяет человеку быть гибким, адаптироваться, выживать в самых разных ситуациях. Но она же и лишает его свободы. Всё, что ты выбираешь, на самом деле является результатом этой самой эволюции, которая дала тебе умение принимать решения, но с определёнными ограничениями. Смотря с какой стороны на это посмотреть – ты либо принял на себя бремя эволюции и её программ, либо стал беспомощным заложником её законов.

Мысли или манипуляции?

Но если ты всё-таки думаешь, что ты контролируешь свои решения, то вот тебе задачка. Как ты понимаешь, кто на самом деле решает, что будет с твоими мыслями? Например, реклама. Ты уверен, что сам решил купить новую модель телефона или это просто банальная манипуляция, вплетённая в твою подсознательную жизнь? Или вот, как часто ты сам решаешь, что тебе нужно отдохнуть, а не «решает» за тебя чувство усталости, которое ты даже не заметил до того, как оно стукнуло по голове?

Тогда выходит, что всё это – манипуляции? Твои мысли – это результат внешнего воздействия, которое ты сам не осознаёшь. Может быть, твоё «я» вообще не таково, как тебе кажется. Может быть, ты просто набор тех самых алгоритмов, которые с каждым годом становятся всё более незаметными, и ты продолжаешь крутиться, думая, что это твой выбор.

Иллюзия свободы: магия выбора?

Мистическая сила «свободы»

Слушай, давай не будем делать вид, что все эти разговоры о свободе выбора – это не что-то из рода философского болтания. Ты когда-нибудь думал, что возможно, тебе на самом деле не нужно делать выбор? Ты не переживаешь, когда тебе нужно решить, что поесть на ужин, но как только тебе нужно принять какое-то более значимое решение, твои мозги начинают кипеть. А почему? Да потому что на самом деле ты подсознательно знаешь, что всё это в пределах давно обозначенных рамок. Как только ты выбираешь «пойти налево», ты не видишь того, что «вправо» тебе давно указано кто-то другой. Ты можешь быть уверен, что ты просто "всегда ходишь по улице" в определённом направлении, даже если тебе кажется, что ты сам это выбрал.

А эта странная фраза: «следуй за своим внутренним голосом». Ты когда-нибудь задумывался, что этот «голос» может быть не твоим, а каким-то уже встроенным шепотом, который тебе поставили в момент твоего появления? Может, в нем уже содержатся все программные сигналы, которые на самом деле тебе только кажутся выбором?

Глобальная сеть влияния

Может быть, нам не так страшно в нашем маленьком пузыре, потому что мы приучены думать, что он – это реальность. Как только тебе приносят информацию – ты сразу начинаешь воспринимать её как факт. Кто формирует эти факты для нас? По сути, это вся социальная сеть: реклама, СМИ, социальные группы, и даже наши ближайшие друзья и семья. Мы все находимся в своём пузыре, в котором существует определённая реальность. И что тогда можно назвать выбором? Разве не факт, что, когда ты идёшь на выбор в супермаркет, твои предпочтения в еде уже давно предсказаны маркетологами? Ты не можешь выбрать по-настоящему свободно, потому что всё, что ты выбираешь, уже кто-то продумал за тебя.

Так кто в этом случае влияет на твой выбор? Ты или те, кто видит в тебе потребителя? Кто же ты: тот, кто выбрал быть «собой», или тот, кто стал тем, кого сделали маркетинговые стратегии и алгоритмы? Если ты думаешь, что твои предпочтения абсолютно твои, подумай снова. Ты – продукт рекламы и социума. Простой факт.

Параллельные миры и выборы, которых не было

Но давай представим другую реальность. В реальности, где ты действительно мог бы быть свободным. Пусть это будет как параллельный мир, в котором ты решаешь быть кем-то другим. Где ты вдруг выбираешь по-настоящему свой путь, ломая привычные рамки. Но... что тогда происходит с этим выбором? Тот ли он, что ты бы принял, если бы твоя жизнь была чуть иной? Возможно, ты становишься жертвой «игры» с самим собой. Ведь для твоей личности, сознания, те рамки, которые ты ломал, были бы для тебя естественны. Ты не можешь выйти за пределы своих собственных восприятий, потому что вся жизнь – это набор восприятий, привязанных к тому, что ты уже пережил.

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.