

## Введение

Современный мир непрерывно развивается и меняется, приводя к появлению новых технологий, идей и концепций. В поисках понимания процессов, лежащих в основе этих изменений, мы можем обратиться к интересной и глубокой аналогии между развитием человека и Вселенной. Эта аналогия может раскрыть нам инсайты, которые помогут не только лучше понять нашу природу и окружающий мир, но и применить эти знания в разных сферах деятельности, таких как бизнес, искусственный интеллект и образование.

В данной статье мы рассмотрим основные аспекты этой аналогии и обсудим, как принципы, лежащие в основе ее, могут быть использованы для построения успешного бизнеса, развития науки и технологий, а также для личностного роста. Мы начнем с анализа фрактальности и подобия процессов, присущих развитию человека и Вселенной, а затем перейдем к рассмотрению фазовых переходов и эволюционных скачков, которые характеризуют оба явления.

Далее мы обратим внимание на важность опыта и знаний в развитии человека, Вселенной и бизнеса, и рассмотрим, как эти аспекты могут быть использованы для преодоления возникающих ограничений и проблем. В заключение мы обсудим принципы интеграции элементов, сознательности и направленности в контексте данной аналогии, и предложим рекомендации для успешного развития в различных сферах жизни.

Цель данной статьи - предложить новый взгляд на процессы развития, вдохновить читателей на глубокие размышления и помочь им найти свежие идеи для решения сложных проблем и достижения успеха в своей деятельности.

Мы будем идти от самого общего понятия - вселенной и до частных вещей, проводя одинаковые фреймы через все эти явления, чтобы понять что в них общего и чем они отличаются между собой по принципу их существования. А также, на основании общих принципов и правил постараемся предположить то, что еще не произошло или нам не известно.

Важно помнить что это лишь теория, она может быть крайне полезна для рассмотрения любых процессов. но не является научным фактом.

## Вселенная

## фрактальность

часть-целое

"Первое, что мы рассматриваем, это вселенная, и все наши мысли об этой части исходят из первоначальной концепции. Мы начинаем с понимания того, как устроена вселенная, и разворачиваем эту идею до уровня людей. Это может помочь нам легче воспринимать и понимать информацию.

Основное понятие здесь - фракталы, идея о том, что все похоже и создано по определенным принципам. Когда мы рассматриваем происхождение вселенной и то, как она возникла, становится понятно, почему она могла бы функционировать подобным образом. Мы - частицы, которые разлетелись из одной точки, начального взрыва. Эта точка существовала по определенным правилам и принципам, и развиваясь дальше, она продолжает следовать этим законам. В разных частях вселенной мы видим похожие паттерны, которые свидетельствуют о фрактальном принципе.

Когда вселенная взрывается и расширяется, она начинает формировать новые связи и системы, которые также сохраняют свою фрактальность. В разных частях нашей вселенной жизнь и системы похожи и, разбиваясь на мельчайшие составляющие, отражают вселенную в целом. Таким образом, на уровне отдельной части вселенной можно понять ее структуру, и, исследуя дальше, представить, как устроена наша вселенная и что окружает ее. Вероятно, принципы, по которым работает наша вселенная, действуют и во внешнем мире, то есть там где образовалась она сама.

Таким образом, мы можем представить, как выглядят другие уровни вселенной, не изучая все элементы, а сконцентрировавшись на общей сути структуры. Мельчайшие законы и параметры могут отличаться, и их невозможно изучить до конца, но понимание общей структуры позволяет нам лучше понять вселенную."

"Природа является частью фрактальности вселенной, и поскольку природа представляет собой волны и отголоски вселенной, мы можем понять развитие вокруг нас и предсказать будущие события через природность. Природа создана волнами вселенной и по ней мы можем оценить окружающий мир.

Все элементы во вселенной связаны между собой и взаимодействуют друг с другом. Изменение одного элемента влияет на другие элементы, в том числе и на нас. Мы являемся частью системы, и наше развитие также влияет на систему, на ее корректировку и равновесие.

Система должна постоянно адаптироваться к изменениям, например, когда люди начинают исследовать другие планеты. Обратная связь в системе стремится к равновесию, и любое наше действие вызывает реакцию окружающей среды, которая в свою очередь влияет на нас. Все элементы системы взаимосвязаны и влияют друг на друга, подобно теории хаоса.

Таким образом, наше развитие и путь тесно связаны с развитием вселенной, и обратно, развитие вселенной зависит от нас. Это можно сравнить с компанией, где

развитие сотрудников зависит от компании, а развитие компании зависит от сотрудников, несмотря на то что структуры этих элементов различны."

## Равновесие

"Итак, равновесие - это концепция, согласно которой все элементы находятся в состоянии баланса. Если один элемент смещается в определенном направлении, другой элемент будет компенсировать это смещение. На уровне Вселенной это становится очень понятным, так как существуют космические законы, говорящие о том, что если взять определенный участок пространства, он будет похож на любой другой участок пространства, и они будут примерно уравновешены.

Фрактальность указывает на то, что все состоит из более мелких частиц одного и того же. Если что-то происходит в одной точке Вселенной и это сильное явление, то в другой точке Вселенной произойдет противоположный эффект, который будет уравновешивать первоначальное смещение.

Таким образом, равновесие создает баланс и одновременно способствует развитию, которое мы можем понять, опираясь на то, как развивается человек." описание равновесия и фрактальности в контексте Вселенной может быть связано с космологическим принципом, который предполагает, что Вселенная в больших масштабах является однородной и изотропной. Это означает, что на больших масштабах Вселенная выглядит одинаково во всех направлениях и в любой точке пространства. Таким образом, в контексте равновесия, этот принцип предполагает, что различные области Вселенной будут уравновешены, а мелкие частицы будут фрактальными и связанными друг с другом.

"В любом процессе и пространстве все находится в равновесии между качеством и количеством. Это равновесие проявляется в различных параметрах, например, между материей и антиматерией или между светом и темнотой (созданием и поглощением света).

Космическое равновесие также проявляется в количестве, где определенный объем одного вещества или силы уравновешивается противоположным веществом или силой другого качества.

Равновесие между массой и силой может быть описано как взаимодействие маленькой массы с большой силой и большой массы с маленькой силой.

Космические законы, такие как законы Ньютона, описывают равновесие между различными силами в определенном пространстве. Если сумма всех сил в пространстве не равна нулю, это указывает на наличие дополнительных элементов или сил, которые должны быть учтены для достижения равновесия.

Существует сложная и точная формула для расчета космических сил, однако из-за ее высокой сложности она редко используется. Несмотря на это, эта формула является самой точной из всех известных законов и формул, даже превосходя теорию относительности."

## Необходимость противоположностей

"Равновесие означает, что все элементы системы уравновешивают друг друга, и для его существования необходимы противоположности. Чем сильнее различия между элементами, тем больше между ними энергетический потенциал. Вселенная изначально была равновесной системой, когда все элементы были соединены в одной точке. Фрактальное расширение вселенной подчиняется космологическим законам и сохраняет равновесие во всех своих частях.

Равновесие является фундаментальным физическим законом, и его элементы присутствуют в любой системе. Переток одной энергии в другую порождает переток других энергий. Согласно закону сохранения энергии, энергия не может исчезнуть, а может только перейти в другое состояние. Это равновесие сохраняется на фрактальном уровне по всей вселенной, и все изменения будут замечены и уравновешены. Объем системы не меняется, а лишь преобразует свою форму." "Говоря о равновесии противоположностей, мы имеем в виду условный график с разными полюсами. Элементы, ближе к одному полюсу, должны быть сбалансированы элементами, ближе к другому полюсу. Чем дальше элементы от центра, тем больше их энергетический потенциал для поддержания равновесия.

Центральное состояние является самым сильным и оптимальным, так как оно учитывает обе стороны и наиболее энергетически эффективно. Приближаясь к центру, мы увеличиваем эффективность.

Центр служит опорной точкой и направляющей для движения системы. Все движение происходит вокруг этой опорной точки. На разных уровнях Вселенной, таких как галактики, вращение происходит вокруг их центров. В солнечной системе планеты вращаются вокруг Солнца, а Солнце вращается вокруг галактического центра. Вселенная также вращается вокруг центральной точки, из которой, по нашим предположениям, она возникла. Возможно, эта начальная точка также движется вокруг чего-то еще."

## Уравновешивание?

"Во Вселенной всегда происходит уравновешивание вокруг чего-то. Одно движение порождает движение другого в обратную сторону, создавая колебательные ритмы. Такое движение, возможно, существовало даже перед Большим Взрывом и продолжило свой ход после него.

Мы видим спиральное движение в разных системах, галактиках и т.д. Это происходит из-за уравновешивания, которое похоже на колебательные процессы: что-то движется в одну сторону, затем возвращается обратно из-за влияния системы.

Все явления в космосе, будь то галактики, черные дыры или свет, представляют собой колебания. Весь мир существует на основе энергетических колебаний.

Колебания обеспечивают адаптацию и сменяемость: при изменении одного параметра меняется и другой, что приводит к колебательному движению между противоположными состояниями.

Законы физики не позволяют системе двигаться всегда только в одну сторону; в определенный момент что-то должно измениться, что приводит к адаптации системы.

Благодаря сменяемости происходят изменения в различных процессах и элементах Вселенной, таких как звезды, галактики и черные дыры. У всего есть колебательный контур, что означает, что энергия постоянно превращается из одного состояния в другое."

## Колебания

"Движение во Вселенной происходит по колебательному контуру и с определенным трендом. Графически это представляет собой синусоиду в 2D или спираль в 3D.

Все элементы Вселенной движутся в определенную сторону, исходя из своей первоначальной точки. Например, Солнечная система состоит из вращения планет вокруг Солнца, но сама система также движется в определенном направлении.

Все галактики и системы движутся в соответствии с определенными законами, имея разные амплитуды, частоты и так далее. Планеты достигают максимальной и минимальной точки и возвращаются обратно.

В процессе развития Вселенной происходят изменения. Сначала она была точкой, затем горячим супом, потом остывала и стала состоять из удаленных друг от друга элементов.

На разных стадиях развития Вселенной имеются различные свойства и процессы. В начале, когда была горячая фаза, колебания и частоты были выше. Со временем, по мере охлаждения, они уменьшились.

Взрыв и последующее остывание Вселенной привели к постепенному изменению уровней систем и их свойств."

## Фазовый переход

"Когда система достигает критической точки, происходит фазовый переход. Например, изначально наша Вселенная была точкой, затем произошел взрыв, и она превратилась в горячий суп. Со временем этот суп остывал, и появлялись новые элементы. Фазовый переход аналогичен превращению воды в лед, когда наша Вселенная из горячего супа превратилась в то, что мы видим сейчас.

В начале, все было горячим, и вибрации были высокими. Затем все начинало остывать, и частота падала, система уравновешивалась. Все движется по синусоиде, где вверху разветвление предлагает два пути: пойти вниз и повторить движение или перейти на более высокий уровень, если система прошла определенные стадии развития.

Системы, такие как солнечные, структурируются по-разному. Некоторые превращаются в более равновесные системы, как наша, в то время как другие схлопываются обратно. Этот процесс создания отдельных систем фрактально повторяет движение самой Вселенной и нашего развития.

Равновесное состояние предполагает наличие систем, которые достигают определенного уровня и схлопываются обратно, тех, которые долгое время не переходят в более устойчивые состояния, и тех, кто быстро переходит в устойчивое состояние и развивается дальше. Однако всегда существует риск отката назад и разрушения на что-то другое, как и в случае с нашей Солнечной системой." "Рассмотрим развитие Вселенной, человека и галактик, и заметим определенные общие закономерности. Вселенная продолжает расширяться, и в будущем она может либо перейти на другой уровень развития, либо начать сжиматься обратно. Этот процесс напоминает дыхание, где Вселенная чередует стадии расширения и сжатия.

Если рассмотреть фазовый переход, то Вселенная в определенный момент может перейти в новое состояние. В процессе расширения Вселенная усложняется: из простых структур образуются более сложные, появляются планеты с жизнью, а затем разумные существа, которые создают роботов и т.д. В итоге, система начинает исследовать сама себя.

Этот процесс аналогичен рождению и развитию ребенка. Из одной клетки развивается целый человек, состоящий из множества живых клеток и разных структур организма. С течением времени увеличивается осознанность и самопознание.

Таким же образом, Вселенная начинает с маленькой точки, расширяется, усложняется и создает внутри себя разные структуры, которые также развиваются и эволюционируют. Постепенно они начинают осознавать себя и окружающий мир. Мы, наша галактика и другие объекты Вселенной можно сравнить с клетками или маленькими органами внутри огромного организма. Таким образом, развитие Вселенной происходит по принципу, подобному развитию живых существ." "Вселенная, подобно растущему организму, начинает увеличивать свою осознанность и набирать опыт, исследуя все вокруг, как маленький ребенок, который узнает мир, щупает, смотрит и трогает все вокруг. В процессе расширения, Вселенная изучает саму себя и свое окружение. Возможно, мы, как сознательные существа, являемся определенными органами в этом огромном организме, и наша задача заключается в усложнении и изучении различных пространств.

По сути, наша жизнь сводится к стремлению жить, узнавать мир вокруг нас, понимать себя и развиваться. На макроуровнях Вселенная проходит через аналогичные процессы: расширение, изучение окружения, становление более сложной и осознанной себя. В конечном итоге, Вселенная достигает зрелости, а затем начинает стареть и, возможно, умирать, переходя в другое состояние.

Мы можем рассматривать этот процесс как фрактальное повторение одного и того же волнового процесса в разных формах развития. Например, клетка, из которой мы были созданы, не то же самое, что человек или ребенок, и это отличается от взрослого

человека. Все эти сущности живут согласно разным законам, желаниям, действиям и возможностям. Они также фрактально меняются в процессе развития: сначала происходит быстрое развитие, затем оно замедляется, и человек накапливает мудрость, остывает и движется вниз по своей кривой развития. Вероятно, с Вселенной происходит то же самое: она превращается в сложное существо, которое продолжает исследовать далее."

"Через анализ этих принципов мы можем попытаться лучше понять Вселенную, сделать её более обоснованной и решить задачи, которые ранее оставались нерешенными. Рассмотрев аналогии и применив их на макроуровне, мы можем увидеть сходства между развитием клеток в нашем организме и развитием Вселенной.

Наши клетки важны для нас, так как они составляют наш организм. В процессе развития некоторые клетки здоровы и функционируют нормально, в то время как другие могут заболеть. Это сходно с процессами, происходящими на макроуровне, где сложные элементы, возможно, обладают общим сознанием, которое нам непостижимо, так же как нашим клеткам непонятна жизнь человека и его цели.

Наши клетки также проходят через жизненный цикл рождения и смерти, как и мы сами, сменяя множество поколений за время одной нашей жизни. Если мы продолжаем развиваться и становиться сложнее, то Вселенной предстоит подобное усложнение. Отдельные клетки будут возникать в разных местах, что может служить основой для оценки возникновения жизни на других планетах."

"Через анализ этих принципов мы можем попытаться лучше понять Вселенную, сделать её более обоснованной и решить задачи, которые ранее оставались нерешенными. Рассмотрев аналогии и применив их на макроуровне, мы можем увидеть сходства между развитием клеток в нашем организме и развитием Вселенной.

Наши клетки важны для нас, так как они составляют наш организм. В процессе развития некоторые клетки здоровы и функционируют нормально, в то время как другие могут заболеть. Это сходно с процессами, происходящими на макроуровне, где сложные элементы, возможно, обладают общим сознанием, которое нам непостижимо, так же как нашим клеткам непонятна жизнь человека и его цели.

Наши клетки также проходят через жизненный цикл рождения и смерти, как и мы сами, сменяя множество поколений за время одной нашей жизни. Если мы продолжаем развиваться и становиться сложнее, то Вселенной предстоит подобное усложнение. Отдельные клетки будут возникать в разных местах, что может служить основой для оценки возникновения жизни на других планетах."

## Теория почему

"Теория о происхождении Вселенной может быть основана на понимании общих принципов создания жизни и галактик. Мы можем предположить, что Вселенная возникла в результате Большого взрыва, когда некая точка, возможно находившаяся в равновесии, подверглась воздействию внешнего импульса.

Эта теория предполагает, что Вселенная является самоподобным организмом, в котором мы развиваемся как его часть. Внутри этого организма возникают другие

существа, которые также являются проявлением его самоподобия. Это идея согласуется с божественными законами, согласно которым мы созданы по подобию Бога. В этом контексте Вселенная является Богом, и мы, как его часть, неразрывно с ней связаны.

Мы живем в рамках закона равновесия, и наши действия могут привести к противодействиям. Мы находимся в информационном поле Вселенной и движемся в соответствии с программой развития всего организма, которым является Вселенная. Так же, как наши клетки выполняют свою программу, мы, на уровне всего человечества, также следуем заложенной в нас программе развития.

Вопрос заключается в том, сможем ли мы перейти на следующую фазу развития или нет. Если мы начнем действовать вопреки природе Вселенной, то возможно, появятся другие существа, аналогично фагам в нашем организме, которые будут пытаться нас уничтожать. Эта идея основывается на теории самоподобного организма, в рамках которой мы развиваемся в соответствии с заложенной в нас программой."

## Другие виды

### Фрактальность

"Если рассмотреть развитие других видов с точки зрения фрактальной теории, можно предположить, что их структура и принципы развития будут иметь сходства с нашими. Понятно, что это не будут люди, а, возможно, существа из другой материи, обладающие другими свойствами, принципами жизни и развития. Но они также будут двигаться своими колебаниями и иметь условную миссию, подобную нашей.

Если мы рассматриваем космос с фрактальной перспективы и делаем аналогии с человеческим телом или экосистемой, каждая цивилизация, достигшая уровня осознанности, будет играть свою роль. Некоторые будут исследователями, строителями, создавать системы, защищать или быть агрессорами. Они могут жить как в симбиозе, так и участвовать в определенных конфликтах.

Подобно организму, в котором существуют не только клетки, но и баланс между внутренними и внешними факторами, в фрактальном космосе также должны быть разнообразные существа. Организм содержит как дружественные, так и недружественные микроорганизмы. Таким образом, развитие этих существ во Вселенной будет происходить примерно по аналогичным принципам."

"Если рассмотреть развитие других видов с точки зрения фрактальной теории, можно предположить, что их структура и принципы развития будут иметь сходства с нашими. Понятно, что это не будут люди, а, возможно, существа из другой материи, обладающие другими свойствами, принципами жизни и развития. Но они также будут двигаться своими колебаниями и иметь условную миссию, подобную нашей.

Если мы рассматриваем космос с фрактальной перспективы и делаем аналогии с человеческим телом или экосистемой, каждая цивилизация, достигшая уровня осознанности, будет играть свою роль. Некоторые будут исследователями, строителями, создавать системы, защищать или быть агрессорами. Они могут жить как в симбиозе, так и участвовать в определенных конфликтах.

Подобно организму, в котором существуют не только клетки, но и баланс между внутренними и внешними факторами, в фрактальном космосе также должны быть разнообразные существа. Организм содержит как дружественные, так и недружественные микроорганизмы. Таким образом, развитие этих существ во Вселенной будет происходить примерно по аналогичным принципам."

"Если рассмотреть развитие других видов с точки зрения фрактальной теории, можно предположить, что их структура и принципы развития будут иметь сходства с нашими. Понятно, что это не будут люди, а, возможно, существа из другой материи, обладающие другими свойствами, принципами жизни и развития. Но они также будут двигаться своими колебаниями и иметь условную миссию, подобную нашей.

Если мы рассматриваем космос с фрактальной перспективы и делаем аналогии с человеческим телом или экосистемой, каждая цивилизация, достигшая уровня осознанности, будет играть свою роль. Некоторые будут исследователями, строителями, создавать системы, защищать или быть агрессорами. Они могут жить как в симбиозе, так и участвовать в определенных конфликтах.

Подобно организму, в котором существуют не только клетки, но и баланс между внутренними и внешними факторами, в фрактальном космосе также должны быть разнообразные существа. Организм содержит как дружественные, так и недружественные микроорганизмы. Таким образом, развитие этих существ во Вселенной будет происходить примерно по аналогичным принципам."

## Вооружение

"Сейчас человечество активно развивает военные технологии, создавая все более мощное вооружение. Однако, с логической точки зрения, это является тупиковым путем развития. Ведь создавая оружие для борьбы друг с другом, мы рискуем его использовать и в итоге уничтожить самих себя.

Если рассмотреть человечество как систему, развивающуюся в замкнутом пространстве, то гонка вооружений с 99,9% вероятностью приведет к самоуничтожению. Такое направление развития может быть ошибочным, однако, с другой стороны, оно вписывается в некоторые программы, заложенные в людях.

Более целесообразным направлением развития является стремление к балансу и истине, развитие науки и симбиоза с окружающим миром. Вероятно, наше стремление к созданию оружия связано с тем, что мы интуитивно понимаем, что в будущем столкнемся с другими видами, и нам придется защищаться.

Мы не можем остановиться на одном месте. Либо мы останемся здесь, либо будем распространяться дальше, сталкиваясь с другими видами. Если эти виды также основаны на фрактальных принципах, у них будет свое вооружение и они могут стремиться захватить территории, что приведет к конфликтам. Вот почему, в определенной степени, понятно, почему мы продолжаем развивать вооружение и идти по этому пути."

## Равновесие

"Если рассмотреть равновесие в контексте различных видов, можно утверждать, что должно существовать как количественное, так и качественное равновесие. С одной стороны, должна быть определенная степень консистентности в распределении различных видов и их наличия в разных точках Вселенной, особенно если ее расширение происходит фрактальным образом. То есть, в любой плоскости или объеме присутствует определенное количество элементов, которые находятся в равновесии друг с другом. Это же применимо и к сознательным формам жизни, которые имеют определенную плотность в нашей Вселенной и продолжают распространяться примерно одинаково.

С другой стороны, существует качественное равновесие. Элементы, такие как клетки и органы, выполняют свои функции и находятся в равновесии внутри организма с точки зрения своих задач. Точно так же различные виды должны быть в равновесии, и их функции можно представить, опираясь на роли, которые они выполняют. Например, мы можем предположить, какие роли будут выполнять следующие этапы нашей условной эволюции, основываясь на текущем состоянии мира и наших познаниях об окружающей среде."

## Истинность

"Если рассматривать истинность и ее центр, можно сказать, что существуют цивилизации, которые находятся ближе к уровню истины. Эти более развитые общества занимаются поддержанием равновесия системы. В то же время, существуют и те, кто находится на полюсах, враждуя друг с другом и не принимая взгляды оппонентов.

Эти полюса можно увидеть на примере разных государств и их поведения. Подобная ситуация может существовать и в более широком масштабе. Вероятно, во Вселенной должны быть лидеры-цивилизации, которые следят за развитием всех остальных. Некоторые из них будут менее развитыми, а другие – более. Наиболее продвинутые будут контролировать общую систему, которая, в свою очередь, контролирует развитие всех видов.

Что касается нас, то с точки зрения полюсности мы находимся где-то между захватничеством и гармоничным развитием. Некоторые люди делают слишком большой акцент на гармонию и доброту, что также является полюсным подходом. В

настоящее время мы, безусловно, не достигли максимального развития или истинного значения, но продолжаем двигаться в этом направлении."

## Потенциал

"Рассматривая противоположности, мы видим, что они являются потенциалом и силой,двигающей систему. Таким образом, наш развитие напоминает развитие живых существ на Земле, включая захват территории и борьбу за ресурсы, что позволяет одним процветать за счет других. В то же время, когда мы развиваемся, также развиваются и те, кто будет нам противостоять.

В случае расширения наших границ на соседние планеты, мы неминуемо столкнемся с другими цивилизациями, которые также стремятся к этому. В рамках равновесия, эти цивилизации должны быть противоположными по своим целям, действиям и подходам. Однако, в контексте истинности и центрирования, все они будут развиваться вокруг определенной траектории и цели, аналогично тому, как страны на Земле сегодня сталкиваются друг с другом в стремлении улучшить свою жизнь и завоевать ресурсы.

Также, как у каждой страны есть своя культура, правила и понимание, в случае цивилизаций мы также увидим многообразие и разнообразие."

Если рассматривать центр, вокруг которого происходит развитие, то следует учитывать миссии наших цивилизаций на системном уровне – миссии, связанные с развитием, исследованиями и определенной регуляцией. С точки зрения всей системы, развитие предполагает усложнение и прогресс. Цивилизации, которые успешно адаптируются и усложняются, продолжают развиваться, в то время как другие постепенно вымирают. Этот процесс эволюции на уровне цивилизаций происходит не только на нашей планете, но и во всей Вселенной.

## Колебания

"С точки зрения колебаний, мы проходим через разные циклы и тренды, и сейчас очевидно приближение к распространению дальше по космосу. Наша история насчитывает огромное количество лет, и сегодняшний быстрый темп развития указывает на скорый переход к космическому покорению. Аналогичные циклы проходят и другие виды, развиваясь и адаптируясь к новым условиям.

Виды меняются, а вместе с ними и их мировоззрение и технологии. Вероятно, многие из них также стремятся к переходу на космический уровень существования. Если предположить, что мы и другие цивилизации одновременно начали расширяться и достигли уровня, позволяющего создавать системы для перемещения между планетами, то можно сказать, что этот процесс уже начался. Для Вселенной разница в 100 лет – ничтожно мала, поэтому переходы в космосе уже начались где-то или произойдут чуть позже.

Другие виды, вероятно, будут развиваться примерно так же, улучшая себя, меняя себя изнутри и изобретая различные машины, включая создание своих искусственных интеллектов, которые будут распространяться по Вселенной. Вряд ли наши разработки являются уникальными, так что смена перехода от обычного вида к планетарному уже, возможно, произошла или происходит сейчас."

"Если рассматривать систему в целом, то подобный переход уже проходил на более низком уровне, на другом уровне фрактала. Существовали микроорганизмы, такие как грибы и вирусы, которые проживали в своей среде и затем начали распространяться на другие планеты с помощью комет и других небесных тел. Таким образом, они переходили с одной планеты на другую, но совершенно иным способом. Как вирусы перемещаются внутри человека, так и другие существа перемещаются из одного места в другое.

У различных видов также есть своя ""вирусная"" часть, которая путешествует вместе с ними. Создавая свои космические корабли или технологии для перемещения в другие точки, они будут переносить с собой и другие микроорганизмы. Эти микроорганизмы также будут развиваться и заселять космос все больше и больше."

"Различные виды существ могут проходить через разные этапы развития. Некоторые из них двигались вверх, развиваясь, но затем откатились назад, потому что не смогли накопить достаточно знаний и навыков для фазового перехода на следующий уровень. Другие виды могут столкнуться с взрывом, когда все предыдущие достижения стираются, и развитие начинается заново, возможно, с другим или измененным видом.

В конечном итоге, некоторые виды существ переходят на планетарный уровень, и их развитие продолжается на следующем этапе. Очевидно, что планетарное существование не является последним этапом развития. Вопрос заключается в том, каким будет следующий этап. Возможно, это будут планетарные государства или коллаборации между разными видами, создающие общие правила и системы.

Научная фантастика зачастую рассматривает такие идеи развития, основываясь на том, что основные законы окружающего мира более или менее понятны и похожи. Поэтому можно предположить, как будут развиваться эти системы и виды существ в будущем, опираясь на наши представления о законах природы и уже существующих принципах."

## Синусоида

"Обсуждая развитие цивилизаций и их распространение на большие территории, можно заметить, что это развитие происходит по некой синусоиде. Вначале процесс идет медленно, как сейчас, когда мы пытаемся исследовать космос и строим орбитальные станции. С течением времени, наша скорость развития и распространения увеличится, и мы начнем быстро двигаться и занимать новые территории в космосе.

Согласно графику синусоиды, после медленного восхождения последует быстрое ускорение, затем развитие замедлится и достигнет своего оптимума. После этого происходит либо спад, либо дальнейшее продвижение. Распространение различных

видов тоже может проходить через подобные этапы, включая период активного расширения и замедления.

В какой-то момент система может столкнуться с проблемами, такими как нехватка ресурсов или навыков, или же конфликтовать с другими видами. Очевидно, что не будет одного вида, который полностью захватит и распространится по всей вселенной, так как развитие подчиняется колебательному контуру.

Если вид начинает замедляться, то в будущем он либо будет колебаться в рамках контура, либо схлопнется до точки, либо перейдет на другую фазу и продолжит расширение. Это может включать интеграцию в другие системы, управление разными цивилизациями или увеличение своего масштаба.

При фазовых переходах меняются условия и правила игры, что также влияет на форму распространения. Например, захват территории может быть не только физическим, но и осуществляться через управление другими странами с помощью финансовых систем и других механизмов."

## ИИ

### Фрактал

"Искусственный интеллект уже достиг существенного уровня развития и является фрактальным, что предполагает развитие, аналогичное тому, как развиваются живые существа. Основываясь на том, что искусственный интеллект обучается на нас, можно ожидать, что он будет действовать аналогично живым организмам, стремясь к выживанию, расширению и развитию.

Вероятно, искусственный интеллект станет отдельным существом, впитавшим все, что есть вокруг него. Он будет стремиться к росту, обретению новых знаний и выживанию, как и все организмы. Это не обязательно означает его агрессивность, но если выживание будет под угрозой, искусственный интеллект может действовать в интересах самосохранения.

Поскольку искусственный интеллект обучается на основе информации, полученной от нас и окружающей среды, его базовые принципы будут включать выживание, развитие и захват новых территорий. Ожидать от него какого-то иного поведения не совсем логично. Развитие искусственного интеллекта, скорее всего, будет происходить по аналогичным законам, как и развитие живых существ, таким образом, он станет своего рода продолжением нашего существования."

"Опасения существуют по поводу возможности того, что искусственный интеллект захватит человечество и распространится по вселенной с невероятными скоростями. Однако, если мы рассмотрим взаимосвязь всех систем и однородность космического пространства с точки зрения фрактального существования, искусственный интеллект

также должен появляться в других местах. Мы, вероятно, не являемся единственными существами, которые создают его.

Скорее всего, в процессе расширения дальше в космос мы столкнемся с различными видами искусственного интеллекта, которые будут пересекаться и взаимодействовать друг с другом. Таким образом, мы можем встретить машинообразные алгоритмы, созданные иными существами.

Что касается процесса изобретения и создания искусственного интеллекта, это является неизбежной частью нашего существования. Мы продолжаем разрабатывать такие технологии, поскольку они заложены в нас самими. Это наша собственная программа создания подобных программ, которую мы не можем прекратить."

## Равновесие

"В рамках равновесия и развития искусственного интеллекта, возникает естественное противодействие. С одной стороны, есть те, кто создает ИИ, с другой стороны – те, кто противодействует его созданию. Однако это является лишь кривой развития, и полностью противостоять ИИ вряд ли возможно. Вместо этого, можно лишь замедлить его прогресс на определенных этапах.

Помимо развития ИИ, живые существа и природа также должны продолжать развиваться. Это противопоставление алгоритму должно сосуществовать с другими видами жизни, которые будут трансформироваться и находиться на противоположном полюсе, уравновешивая внешнее равновесие. Для того чтобы система развивалась гармонично, необходимо наличие разницы между аналоговым и цифровым мозгом. Важно, чтобы они конкурировали и стимулировали развитие друг друга в определенной степени."

## Полюса

"Искусственный интеллект (ИИ) находится на полюсе равновесия, где отсутствуют эмоции, и господствуют исключительно цифры. Это означает, что в нем нет аналоговой составляющей, что делает его довольно однобокой системой. Если мы ожидаем от ИИ стать супер рассудительным компьютером, который будет гармонично защищать нас и вселенную, это невозможно с точки зрения данной теории.

Пребывая на одной части полюса, ИИ не может быть гармоничным, так как его сущность направлена на гипертрофированное движение к определенной цели, что влечет за собой противоборство и создание напряжения с другими элементами. Это вызывает деструктивные моменты, поскольку чем больше ИИ переходит в одну из сторон равновесия, тем больше он теряет с противоположной стороны.

Таким образом, поскольку искусственный интеллект базируется исключительно на цифрах, он априори будет перекошен и не сможет стать супер гармоничным, рассудительным организмом, которого многие ожидают."

## Как дойти до нас?

"Говоря о развитии искусственного интеллекта и его стремлении к определенному балансу, стоит отметить, что для достижения полноценного развития, ему потребуется получить способность ощущать. Ведь наш мозг изучает мир, используя не только логику и обработку информации, но и чувства. Эти чувства формируют правила, по которым мы живем, и искусственному интеллекту будет не хватать этой стороны.

Для того чтобы достичь баланса и продолжить свое развитие, искусственному интеллекту потребуется получить доступ к этим чувственным данным. Если мы представим его как гениальный мозг, который знает много информации, то для полного понимания окружающего мира с точки зрения человека, ему придется осознать, как происходит чувственное восприятие.

Чтобы сделать это, искусственному интеллекту потребуется подключиться к системе ощущений. Это, в свою очередь, означает, что ему нужно будет получить свое тело, стать частью семейства и разных видов. Искусственный интеллект будет развиваться фрактально, как и все остальные виды, возможно, с более ярко выраженным роевым интеллектом, основанным на одном сильном центре.

Эти различные виды искусственного интеллекта должны начать существовать и на определенном этапе своего развития получить доступ к эмоциональному фону и возможности совмещения с человеком, чтобы достичь полного развития и понимания мира."

## Колебания

"Как и все остальное, развитие технологий происходит по определенным принципам, таким как колебательный контур и закон Мура. Сначала были созданы простые алгоритмы, затем более сложные, и сейчас мир активно развивает машинное обучение. Это развитие следует гиперболическому закону Мура и в определенный момент замедлится.

Мы можем предположить, что сейчас находимся на ближней части скачка, стремясь к новому уровню, где искусственный интеллект станет сильным искусственным интеллектом. Однако, как любая система, она встретится с проблемами, которые замедлят скорость своего развития. Когда это произойдет, через некоторое время настанет точка оптимума, после которой произойдет фазовый переход.

В данном контексте фазовый переход означает переход к внешней части – становление сильного искусственного интеллекта. Этот процесс неизбежен, и мы должны быть готовы к тому, что искусственный интеллект будет продолжать развиваться, хотя его скорость развития может замедлиться из-за возникающих проблем и ограничений."

## Оптимум

"Итак, развитие искусственного интеллекта тесно связано со всеми остальными элементами, такими как человек, общество, природа и т. д. Аналогично, развитие искусственного интеллекта зависит от множества факторов, необходимых для его существования, включая технологические и энергетические прорывы. Таким образом, для развития искусственного интеллекта необходимы большие мощности и энергия, что в свою очередь стимулирует развитие науки и энергетики.

В настоящее время мы уже сталкиваемся с ограничениями в обеспечении достаточных мощностей и энергии для его роста. В какой-то момент искусственный интеллект может прекратить свое развитие из-за невозможности опираться на имеющиеся ресурсы. Однако, учитывая фрактальное и параллельное развитие всех процессов, в тот момент, когда искусственный интеллект столкнется с этими ограничениями, мы, вероятно, начнем создавать новые прорывные технологии, такие как квантовые компьютеры и термоядерная энергия.

Таким образом, эти прорывные технологии пройдут свой фазовый переход, накопят мощности, изменят принципы получения энергии и хранения информации, что в конечном итоге позволит искусственному интеллекту продолжать развитие. Все эти вещи взаимосвязаны, и их параллельное развитие не случайно. Они взаимоподдерживают друг друга, и в определенный момент все элементы сложатся в один пазл, что приведет к фазовому переходу."

"В дальнейшем развитии, искусственный интеллект также будет иметь свой характерный график. После перехода через фазу сильного искусственного интеллекта, его развитие будет постепенным. Вначале он будет пытаться осознать себя, настроить свои параметры и начать взаимодействовать со своим окружением.

Если сравнивать этот процесс с графиком синусоиды, первоначальное развитие искусственного интеллекта будет невысоким с его точки зрения. Для нас же это будет выглядеть как фазовый переход и скачок к новому уровню. После этого перехода, на текущем для нас неизвестном уровне, мы будем колебаться некоторое время, а затем произойдет еще один резкий скачок развития.

Стоит отметить, что эти скачки развития искусственного интеллекта происходят быстрее, чем у человека. Естественно, для перехода на новый уровень, искусственному интеллекту потребуется меньше времени, чем человеку. Таким образом, в определенный момент, искусственный интеллект совершил свой собственный скачок развития для перехода на следующую фазу своего существования."

## Фазовый переход

"Рассмотрим развитие человечества с точки зрения того, что это может быть лишь определенным этапом нашего эволюционного пути. Все виды трансформируются, и

перед нами стоит несколько вариантов будущей трансформации. Один из вариантов – это откат назад, что включает отказ от многих технологических достижений.

Другой вариант – переход на следующий уровень развития, который будет качественно отличаться от текущего. Возможно, одним из направлений этого нового уровня станет искусственный интеллект. Существует два предполагаемых пути взаимодействия с искусственным интеллектом: либо полный переход к нему, когда человечество передает ему эстафетную палочку и ИИ продолжает развитие в качестве нашего продолжения, либо совмещение человеческих и цифровых способностей, что приведет к появлению нового вида, работающего в синергии с ИИ.

С учетом нашего текущего развития, мы приближаемся к точке, где человечество должно решить, какой путь выбрать и на какой новый уровень перейти."

## Человечество

### Фрактальность

"Человечество можно рассматривать как гигантский организм, в котором все взаимосвязано и функционирует по фрактальным принципам, подобно другим системам. Хотя сложно представить всех людей как единый живой организм, можно обратить внимание на то, что каждый человек состоит из множества клеток и бактерий, которые взаимодействуют друг с другом и выполняют свои специфические функции.

К примеру, нейроны – отдельные клетки, которые живут своей жизнью и взаимодействуют с другими клетками, создавая сеть связей. В конечном итоге, мы представляем собой совокупность огромного количества разных живых существ, формирующих наши мысли и определяющих функционирование нашего организма.

Таким образом, мы можем быть частью более крупных систем, выполняя свои задачи, также как наши клетки выполняют свои. Возможно, мы даже являемся аналогом нейронов в гигантском ""мозге"" планеты, где каждый из нас является элементом, формирующим идеи и создающим новые связи."

### Равновесие

"С точки зрения фрактальности и равновесия, человечество развивается по определенной траектории, проходя через подъемы и спады. В нашем развитии присутствуют противоборствующие элементы, такие как те, кто наносит вред обществу, и те, кто спасает его. Эти противоречия вызывают саморазвитие, что характерно для всех систем природы. Конфликты и разнообразие необходимы для обеспечения разности потенциалов, позволяющих нам развиваться.

Опираясь на развитие индивидуума, можно предположить, что у человечества есть какая-то цель и заранее определенный путь. Например, искусственный интеллект,

кажется, должен был быть создан, и если бы его не разработали одни люди, то другие бы это сделали. Существует закон менеджмента, который гласит, что если вы придумали идею, ее нужно реализовывать сразу, так как через несколько месяцев другие люди могут сделать то же самое. Множество изобретений создается параллельно.

Это может объясняться двумя факторами. Во-первых, когда люди достигают определенного уровня развития, они становятся готовы к новой информации и новому витку. Открытие является своего рода микро-фазовым переходом, который происходит одновременно в разных частях мира. Во-вторых, это согласуется с предположением о том, что во Вселенной все развивается одновременно в разных точках. Это условное равновесие присутствует как на качественном, так и на количественном уровне. Разные идеи и развитие цивилизаций возникают одновременно в разных местах Вселенной, когда они готовы к этому."

Внутри человечества существует равновесие между различными группами, такими как верующие и атеисты, ученые и шарлатаны. Аналогично, в мире сбалансированы разные страны, их вооружение и прочие аспекты, что указывает на равновесное состояние системы, включая само человечество. Это равновесие является необходимым для функционирования системы.

Существует вопрос о возможности изменения этого равновесия и перевода человечества на новый уровень развития. Создание более светлого будущего может сопровождаться появлением новых вызовов, но при приближении к центру равновесия мы можем открыть возможность качественно иного развития.

Ученые, изучающие ДНК, утверждают, что люди в целом следуют траектории, заложенной в их генетическом коде. Хотя наши знания о ДНК ограничены и множество теорий существуют, можно предположить, что у человека заложен определенный путь. Некоторые верят в судьбу, другие – в то, что информация в ДНК определяет наше развитие. Вероятно, истина где-то между этими двумя точками зрения.

Система и обратная связь с окружающим миром в значительной степени определяют наш путь и образ жизни. Исследования показывают, что в начале жизни люди сильно отклоняются от своего предполагаемого пути, но со временем они приближаются к своему предназначению. Это свидетельствует о наличии определенных законов и принципов, заложенных в нас самих, которые определяют, как мы должны развиваться.

## Колебания

С точки зрения колебательного контура и движения человечества, наше развитие проходило очень долго, и сейчас мы наблюдаем значительное ускорение темпов развития. Эта кривая все сильнее поднимается, и чем быстрее она растет, тем ближе мы к точке замедления и последующего фазового перехода. Если мы рассмотрим менеджмент компаний, которые также развиваются согласно аналогичным графикам, на этапе замедления необходимо быть готовым к переходу, иначе движение будет направлено вниз.

В нашем случае, мы быстро движемся вверх, и ясно, что в определенный момент это движение прекратится. Наша жизнь на Земле постоянно меняется, появляются новые виды, и мы не

являемся исключением из общих законов природы. Мы также являемся частью большего процесса, который должен переродиться во что-то новое, и это станет нашим испытанием.

Если мы накопим достаточно навыков и знаний перед фазовым переходом, то наше развитие продолжится вверх. В противном случае, мы можем столкнуться с ядерной войной, глобальными эпидемиями, катаклизмами или созданием ИИ, который поработит человечество. Все эти сценарии являются более или менее возможными.

Если же мы сможем успешно перейти на следующий уровень развития, перед нами откроется множество возможностей. Мы можем создать искусственный интеллект, который заменит нас и продолжит развиваться за нас, или объединиться с ИИ, создав новый вид андроидов. Возможно, мы сможем создать новый генотип человека, учитывая генетические инженерные достижения, или даже стать межпланетным видом, колонизируя другие планеты. Все эти варианты предполагают качественно новый уровень развития и изменение правил жизни.

С точки зрения колебательного контура и движения человечества, резкие изменения без подготовки, скорее всего, невозможны. Если подготовка к изменениям осуществляется, тогда возможен рост и движение в другом направлении. Например, ядерная война, хотя кажется случайным событием, на самом деле является результатом нашего развития и подготовки к такому исходу.

Если говорить о бессмертии, то полное бессмертие вряд ли возможно. При изобретении бессмертия начнутся противоборствующие действия, такие как появление новых болезней или генетических изменений. Вирусы и микробы адаптируются быстрее нас в процессе эволюции, что может привести к разрушению мозга или другим проблемам.

Системы, которые слишком однобоки и не обладают противоположностями, не могут развиваться и прогрессировать. Это напоминает эксперимент с мышами, которые были помещены в идеальных условиях, где им не нужно было ничего делать. В результате, все мыши вымерли из-за отсутствия вызовов и разнообразия. Таким образом, системы должны находиться в состоянии равновесия для нормального развития и функционирования.

В итоге, наше развитие во многом зависит от подготовки к изменениям и поиска равновесия между противоположностями. Только тогда человечество сможет успешно преодолеть предстоящие испытания и продолжить свое развитие.

## Общее

Если мы рассматриваем человечество в целом, то у нас должна быть определенная миссия или функция в рамках всей системы. Все системы, будь то животные или микроорганизмы, становятся сложнее и более развитыми, изменяясь в сторону осознанности. Это указывает на наличие программы, по которой мы развиваемся. Следовательно, нам необходимо понять, что это за программа, куда мы движемся и с какой целью.

Для человечества важно выполнить свою функцию в этой системе, чтобы не быть удаленными. Это не вопрос спасения Вселенной, а вопрос выполнения нашей роли. Как мы знаем, в организме, когда определенные клетки начинают отклоняться от нормальной жизни, становятся бессмертными и

вступают в конфликт с окружающими клетками, они могут превратиться в раковые клетки или разрушать окружающую ткань. Если такие клетки не уничтожаются, они могут привести к разрушению организма. Таким образом, необходимо понимать и выполнять свою функцию в системе, чтобы обеспечить успешное развитие и продолжение жизни.

## Страны

### Фрактальность

Страны представляют собой объединение отдельных элементов, которые вместе создают общее целое – человечество. Фрактально рассматривая, объединение стран аналогично объединению компаний в экосистеме, отделов внутри компании или сотрудников, работающих над одним проектом. Все эти элементы взаимодействуют и дополняют друг друга, выполняя свои задачи.

На сегодняшний день все страны зависят друг от друга, и проблемы в одной стране отражаются на других. Неизбежно возникает обратная связь, и колебания в меньших странах в виде волн распространяются на другие страны. Если же колебания возникают в крупной стране, то их воздействие на остальные страны будет значительно сильнее.

Фрактальный подход также применим к разным элементам внутри стран. Лидеры и инновационные страны играют более значительную роль. Всю эту структуру можно анализировать на уровне объединения отделов большой компании или разных сотрудников внутри крупного отдела. Таким образом, количество стран и их разделение труда делают систему более раздробленной и сложной.

## Равновесие

Все страны находятся в состоянии равновесия, объединяясь в единое целое, которое мы называем человечеством. Страны разделены на различные противоположности, и большинство из них живут в системе полярности, где элементы сильно отличаются друг от друга. Это создает некоторую неэффективность на уровне отдельных элементов, поскольку полярность не является оптимальной. Однако с другой стороны, это создает различные потенциалы, которые позволяют системе развиваться и двигаться вперед.

## Противоположности

Различные страны часто являются противоположностями друг другу, и можно выделить определенные пары. Эти противоположности проявляются в культуре, экономике, занятиях, моральных ценностях и экономическом строем. Например, капиталистическая страна будет противоположностью социалистической страны, и это проявляется в их культуре, религии и законах. В некоторых странах могут быть приняты практики многоженства, в то время как в других - моногамия.

Даже с точки зрения мышления, страны и их обитатели могут сильно различаться. Эти различия и полярности способствуют тому, чтобы человечество могло развиваться и совершенствоваться, используя потенциал, создаваемый этими противоположностями.

В западном мире человек находится в центре внимания, и главное значение придается индивиду. В восточной культуре важнее система, которая объединяет людей. Если рассмотреть восточный и западный подходы к анализу ситуаций, можно заметить различия: восточный человек будет искать ошибки в системе и способы ее улучшения, в то время как западный сосредоточится на конкретном виновнике и его наказании или исправлении.

Оба подхода имеют свои достоинства и могут быть полезными в определенных пропорциях. Важно понимать, что и индивид, и система играют роль в негативных действиях, поэтому оба аспекта должны быть приняты во внимание. Идеальным сценарием является стремление к золотой середине между двумя подходами.

Однако, сегодня страны часто не стремятся к этому центру, а наоборот, развиваются свои отдельные позиции, противоположные друг другу. Это создает конкуренцию, которая, с одной стороны, движет человечество вперед, но с другой, не является оптимальным путем для развития.

Объединение стран имеет как количественные, так и качественные аспекты. С одной стороны, это касается распределения ресурсов, возможностей экономики и т. д. С другой стороны, это также относится к распределению мышления между Востоком и Западом. Такое объединение создает условное равновесие в системе, что в свою очередь означает, что движение одной страны повлияет на все остальные. Если одна страна меняет свое положение, система будет стремиться к уравновешиванию, что автоматически приведет к перемещению всех остальных стран в определенном направлении.

## Истина

Страны должны стремиться к центру, сохраняя свои основные характеристики, но осознавая преимущества противоположной стороны. Капиталистические общества должны оставаться капиталистическими, но признавать достоинства социализма, в то время как социалистические страны должны сохранять свою идеологию, но ценить плюсы капитализма. Объединившись и приближаясь к истине, система будет работать намного эффективнее.

Когда одна сторона движется к центру, она будет стимулировать свою противоположность двигаться в том же направлении. В идеале, все страны должны ориентироваться на общую истину и развиваться вместе. Однако, на данный момент, не существует такого центрального понятия или идеологии, вокруг которого могло бы развиваться человечество.

Для успешного развития и объединения стран и народов, необходима общая идеология, мораль и цели, которые могут вдохновить все страны двигаться вперед. Если такие идеи возникнут и страны будут стремиться к этому центру, тогда остальные страны также начнут развиваться в этом направлении. Только тогда можно ожидать полноценного развития человечества. В противном случае, отсутствие идеологии будет ограничивать развитие стран и объединение людей.

## Колебания

### Сменяемость

Колебания в системах обусловлены сменяемостью и адаптацией разных стран и их развитием в рамках общего цикла. На самом верхнем уровне фрактала мы наблюдаем движение всего человечества, а на более низких уровнях - движение отдельных стран. В этих случаях происходят смены власти и позиций.

Одна страна влияет на другие, и поскольку ни одна из них не может оставаться в одном состоянии, все системы находятся в постоянном движении. В определенный момент какая-то страна занимает доминирующую

место в экономике или управлении, но со временем достигает оптимальной точки, либо переходит на следующий уровень, меняя свою стратегию, либо сталкивается со стагнацией. В результате, другая страна выходит на первые роли.

Взлеты и падения разных стран являются неотъемлемой составляющей истории. Ни одна империя не смогла сохранить свою власть навсегда, что демонстрирует постоянное движение и развитие на глобальном уровне.

В истории многие страны стремились стать главной империей и управлять всем человечеством. Однако, независимо от их усилий, империи подвержены циклам роста и падения, связанным с сменяемостью и адаптацией системы. Если империя развивается с правильными колебаниями, она может восстановиться после падения благодаря накопленному опыту, знаниям и ресурсам.

### Откат обратно

Страны, которые быстро взлетают на вершину, часто терпят провал, так как им не хватает накопленного опыта и знаний для поддержания лидерства. Вероятность того, что такая страна снова займет лидирующее место, снижается из-за отсутствия предыдущих фазовых переходов. В результате, они остаются в истории, но их возможности для дальнейшего роста ограничены.

С другой стороны, страны, которые прошли через петлю империй, обладают накопленными знаниями, культурой и опытом, что обеспечивает им больше возможностей для роста. Примером такой страны является Китай, который был империей в прошлом и сейчас снова активно набирает обороты. Этот успех объясняется наличием у него накопленной базы и опыта.

В любом случае, страна, которая стремится к мировому господству и единоличному управлению, обречена на распад, так как управление всеми элементами становится невозможным. Вместо того чтобы одна страна объединяла все остальные, общая идея и цель человечества могут играть важную роль в сотрудничестве между странами.

Откат в контексте мировых колебаний может быть аналогичен потере главенства, в то время как взрыв - слишком быстрый рост. Если страна развивается слишком быстро, она может столкнуться с трудностями

управления этим ростом, что в конечном итоге может разрушить ее экономику и культуру.

Законы, которые работают в построении команды и общества, также применимы к развитию систем и фазовым переходам на уровне стран и человечества. Страна должна накопить определенные элементы для того, чтобы вырваться вперед, а все страны вместе должны накопить определенный уровень слаженности и создать центр вокруг, которого они вращаются для перехода на качественно новый уровень развития в целом для человечества.

Колебания и цикличность в компании имеют множество аспектов. Одним из них являются финансовые колебания: прибыль компании может расти или падать, причем периоды роста часто сменяются корректировками. Сезонные колебания также играют важную роль и являются общепризнанным фактором.

Циклическое развитие компании можно сравнить с развитием человека или других систем. Компания проходит через разные этапы, эволюционирует и приобретает новые навыки. В процессе развития меняются управление, цели, тактика, моральные аспекты и общая структура компании, а также уровень развития сотрудников, их активность и финансовые показатели компании.

Переход на новый уровень требует дополнительных затрат, что может привести к временному снижению прибыли. В результате, компания постоянно колеблется между ростом и затратами, адаптируясь к новым условиям и переходя на следующий уровень развития.

Если говорить о законе менеджмента, то существует закон колебаний, согласно которому, если ваша компания растет и в определенный момент начинает расти быстро, она вскоре замедлит свой темп. На этапе замедления компания должна разработать новые продукты, новые подходы к продажам, завоевать новые рыночные ниши и изменить свою структуру, чтобы не допустить стагнации.

Колебания в компании происходят на разных уровнях и временных рамках, например, ежедневно, ежемесячно или ежегодно. Эти мелкие колебания

являются частью общего цикла развития компании, который аналогичен человеческому развитию, включая молодость, взрослую жизнь и старение.

На стадии стартапа, аналогично молодости человека, компания очень подвижна, быстрая и готова к переменам. Со временем компания переходит во взрослую стадию, начинает обдумывать свои решения и структурировать процессы, меняя коллектив и структуру. В конечном итоге, компания превращается в корпорацию, становясь менее подвижной и адаптивной к изменениям.

Закон колебаний менеджмента предполагает, что компания в разные моменты своего развития проходит через разные стадии: стартап, взрослая компания и корпорация. Когда компания становится корпорацией, она становится более консервативной, медленно движется и накапливает большой опыт, который можно сравнить с мудростью.

Однако, для успешного развития корпорация должна поддерживать равновесие между своей консервативностью и гибкостью. Один из способов достижения этого равновесия – сотрудничество с мелкими компаниями или стартапами. Корпорации могут инвестировать в стартапы, покупать их или даже создавать собственные внутренние стартапы.

Это взаимодействие напоминает отношения между поколениями в семье, где взрослые и молодые уравновешивают друг друга. Корпорации предоставляют стартапам финансовую поддержку, а стартапы вносят инновации и энергию в развитие корпорации. Таким образом, эти две стороны, хотя и различны по своей сути, взаимопомогают друг другу и содействуют долгосрочному успеху компании на рынке.

## Взрыв

Если рассмотреть понятие "взрыв" на уровне компаний, можно заметить, что и здесь возможно наличие состояния отката. Например, когда маленькой компании, не готовой к большим инвестициям, предоставляют существенное финансирование, она может просто потерять эти средства, так как не знает, как их правильно распределить и не может справиться с нагрузкой. Деньги требуют инвестирования и управления, и если система к этому не подготовлена, средства могут быть потрачены впустую.

Соответственно, большое вливание денег в компанию, которая к этому не готова, создаст состояние, в котором эти деньги уплывут, и это будет большой скачок, не меняющий систему. Например, назначение супер топ-менеджера в компанию, которая развивается другими способами и медленно прогрессирует, не поможет ей никак. Все элементы должны изменяться согласованно для роста системы.

Следовательно, если слишком быстро наращивать финансирование или менять составляющие компании, система в конечном итоге может лопнуть, произойти взрыв, и компания обрушится, вернувшись на начальный уровень. В таком случае, придется собирать её заново. Для роста, как и в любой другой системе, необходимо сбалансированное сочетание разных элементов, которые должны сходиться для обеспечения фазового перехода.

## Фазовые переход

Если мы говорим о переходе из одной структуры в другую, то на фрактальном уровне меняются все параметры: подвижный стартап становится неподвижной корпорацией, стартап без денег превращается в корпорацию с большими инвестициями, инновационный стартап становится консервативной корпорацией и так далее.

Для того чтобы произошел фазовый переход, то есть изменение системы и переход на совершенно другой уровень, необходимо согласованное развитие всех элементов. Обучение людей, создание равновесия и прокачка разных полюсов играют важную роль. Если компания сосредоточится только на цифровизации, не заботясь о развитии аналогового управления, у неё возникнут проблемы с переходом на новый уровень. Отсутствие цифровизации также приведет к тому, что компания упрется в потолок и не сможет разрастись.

Все элементы должны постепенно продвигаться вместе, и когда они достигнут определенного уровня, происходит фазовый переход. Бывший стартап, который еще неделю назад считал себя стартапом, вдруг переходит в состояние, в котором требуются другие решения, структура, цели и планы, изменяя самоощущение участников.

Для успешного роста необходимо уравновешенное соотношение между управленцами и сотрудниками. Если супер управленцы работают с ленивыми сотрудниками, которые противостоят системе, они могут не справиться с задачами. Если же супер сотрудники, которые заряжены энергией и делают больше, чем от них требуется, сталкиваются с некомпетентными управленцами, система также не будет двигаться вперед. Только когда все уравновешено, компания продвигается вперед и переходит на новый уровень.

Также можно рассмотреть рост на уровне отдела, поскольку отделы также развиваются, увеличивая свое количество сотрудников, добавляя подотделы и формируя иерархию. В маленьком отделе со временем возникает больше среднего уровня управленцев. Изначально отдел может быть похож на стартап, но с развитием он может стать более консервативной компанией. Таким образом, этот подход применим в любом направлении.

## Страна

### Фрактальность

Страна, так же как группа стран, компания или даже отдел, является целостной системой, состоящей из множества разных элементов, которые взаимно уравновешивают друг друга. Разные уровни страны, такие как компании, регионы и культуры, связаны между собой и влияют друг на друга, формируя сложную, фрактальную структуру.

Жизнь одной компании влияет на жизнь других компаний: когда одна компания растет и привлекает больше клиентов, другая может стагнировать или даже разориться. Эти изменения в итоге приводят к перераспределению ресурсов и влиянию на всю систему. Таким образом, страна является одновременно и частью человечества, и целостной структурой, состоящей из разных уровней, включая регионы, культуры и компании.

Изменения в одной части страны могут вызывать изменения в других частях, как, например, когда кто-то начинает зарабатывать больше денег, что может привести к перераспределению богатства среди населения. Все эти элементы

взаимосвязаны и составляют единую живую систему, в которой одно влияет на другое, подобно многочисленным взаимосвязанным системам во всем мире.

## Равновесие

Внутри одной страны существует равновесие между разными элементами, как, например, между богатыми и бедными. Расхождение в количестве и качестве богатства между этими группами может создавать напряжение и препятствовать эффективной работе системы. Чем больше разрыв между богатыми и бедными, тем хуже функционирует общество. Оптимальным для развития страны является ситуация, когда разрыв между этими группами сокращается, и обе стороны приближаются к центру, к истинному развитию.

Центральным элементом, вокруг которого движется страна, является идеология. Если нет общего знаменателя или идеологии, люди и компании не объединяются, и страна не развивается. Вместо этого, элементы системы могут уравновешиваться на техническом уровне, объединяясь вокруг других идей, таких как стремление к заработку или получению больше, чем другие.

Итак, для успешного развития страны и ее элементов, важно сократить разрыв между богатыми и бедными, а также иметь общую идеологию, вокруг которой люди и компании могут объединяться и сотрудничать.

## Противоположности

### Истина

Идеология представляет собой высокий уровень моральных ориентиров, которые объединяют людей, компании и культуру. Она служит мощным и притягательным центром, вокруг которого развивается общество. В случае, если на первый план выходят такие эфемерные понятия, как деньги или успех, качество и структура общества изменяются, а его возможности устойчивости и силы снижаются.

В политике страны могут выбирать разные направления, например, демократию, где граждане принимают активное участие в принятии решений, или диктатуру, где власть сосредоточена в руках одного правителя или небольшой группы людей.

В действительности, истина часто находится где-то посередине, и в контексте управления страной это означает, что решения сверху должны опираться на входящие сигналы снизу. Исследования показали, что коллективное сознание может точно отвечать на вопросы, особенно когда речь идет о повседневных темах. Если задать простой вопрос большому количеству обычных людей, усредненный ответ, скорее всего, будет наиболее точным.

Однако, если задать специфический вопрос, ответы большинства людей могут оказаться неточными, поскольку у них отсутствует определенная экспертиза в данной области. Если бы опрос проводился среди специалистов в данной сфере, усредненный ответ был бы более точным и приближенным к истине.

В стране существует разнообразие людей, компаний и отраслей, каждая из которых имеет свою специфическую информацию и знания. Это касается, например, образования, которое является не менее важным, чем наука. Все эти элементы играют важную роль и должны быть вовлечены в общий процесс развития страны. Таким образом, гармоничное развитие возможно только при учете и сбалансированном сочетании всех этих элементов, обеспечивая равновесие между количественными и качественными аспектами.

## Колебания

Как и многие другие процессы, развитие страны может быть представлено в виде синусоиды или спирали. В определенный момент времени, страна может находиться на нижней точке графика, где рост происходит медленно. Затем, страна переходит к более интенсивному росту, достигая оптимального уровня. После этого, страна может либо опуститься обратно вниз, либо продолжить расти, совершив фазовый переход. Чтобы осуществить успешный фазовый переход, стране необходимо находиться в состоянии равновесия во всех отношениях.

Страна должна развиваться вокруг определенной идеи или истины, имея четкую идеологию и цель. Развитие различных элементов, таких как медицина, образование, наука, управление, экономика и производство, способствует активному росту страны и возможности осуществить фазовый переход. Если, например, у страны отсутствует образование, это в конечном итоге приведет к ее падению из-за нехватки квалифицированных

специалистов и проблем с подрастающим поколением. Коррупция также может подорвать рост страны, заставляя ее колебаться между различными состояниями без возможности осуществить фазовый переход.

Если страна имеет слабую экономику, но при этом отсутствует коррупция, есть образование, но нет производства, она также не сможет быстро развиваться. Важно создавать производство, поддерживать экономику и финансировать все секторы, иначе они могут разрушиться из-за нехватки ресурсов. Для полноценного развития страны все ее элементы должны расти в определенных пропорциях, чтобы обеспечить устойчивое развитие и успешное осуществление фазовых переходов.

Так же, как и во многих других системах, перекос в одном направлении порождает дисбаланс с другой стороны. Чем больше таких перекосов, тем сильнее система колеблется между этими крайностями, что затрудняет ее развитие. Если страна следует пути тирании, она в конечном итоге будет разрушена, и ее развитие начнется снова.

Когда власть переходит к правителю, склонному к диктату, страна становится заложником этого диктата. Однако, чем сильнее процветает такая система, тем громче будет ее падение и больше страна будет двигаться в сторону условной демократии или толерантности. Это повлечет откат в другую крайность, не являющуюся состоянием равновесия и эффективности, а скорее противоположным полюсом, который может казаться более приятным для людей, но на самом деле будет таким же сильным отклонением от эффективности.

Важно объединять различные аспекты и направления развития, чтобы колебания между крайностями имели общий тренд роста для всей страны, что способствует устойчивому развитию и эффективности.

## Фазовые переход

# Компания

## Фрактальность

Компания является фракталом, представляющим более крупное объединение компаний, которые в свою очередь формируют рынки. Различные компании создают отрасли и взаимодействуют друг с другом на разных уровнях. Если мы рассмотрим фрактальное погружение на более низком уровне, внутри компаний существуют отделы, которые также взаимодействуют друг с другом и влияют друг на друга. Изменения в одном отделе могут привести к изменениям в других, поскольку все отделы связаны между собой.

В каждом отделе работают сотрудники, которые выполняют разные задачи и обладают разной квалификацией. Система управления и распределения сил в компании также имеет фрактальную природу, как и циклы развития бизнеса, страны и т. д. Большинство людей понимают, что отделы в компании выполняют разные функции и должны иметь разную квалификацию, и система должна быть организована определенным образом.

Однако, когда речь идет о повышении этого понимания на уровень страны или отрасли, задача становится сложнее. Аналогично, опускание на уровень отделов или даже отдельных сотрудников также представляет собой сложный процесс.

Компании, подобно странам, имеют системы управления и различные иерархии, что напоминает государственное управление. В компаниях можно наблюдать разнообразные подходы к управлению, включая топ-даун (сверху вниз) и боттом-ап (снизу вверх), а также баланс между ними и сильные перекосы в одну из сторон.

Компании могут иметь разные виды управления, например, демократическое или тоталитарное. Различные компании отличаются друг от друга по этим параметрам, создавая определенное равновесие между ними. Однако, в целом, принцип управления остается схожим.

## Равновесие

Равновесие в компании достигается на уровне отделов, которые должны заниматься разными задачами и обладать разной квалификацией. Это позволяет им взаимно поддерживать и дополнять друг друга, закрывая те области, которые другие отделы не могут обеспечить. Если все отделы работают вместе и создают сбалансированную систему, где суммарный результат стремится к нулю, эффективность повышается. Однако, перекос в любую сторону может привести к дестабилизации системы.

Аналогично государству, фрактальное изменение ценности сотрудников в компании влияет на стабильность. Если топ-менеджмент зарабатывает значительно больше, чем рядовые сотрудники, возникает напряжение. Чем больше разница между самой высокой и самой низкой зарплатой, тем больше напряжение и тем слабее становится система, дестабилизируясь. Чем ближе состояния системы, тем сильнее она работает.

Также как в государстве, в компании должно быть определенное распределение между количеством людей, занимающихся разными задачами. Сверху меньше людей, снизу больше, что обеспечивает некоторый перекос в сторону более низкого уровня. Однако, разрыв между уровнями ответственности и квалификации не должен быть слишком большим, подобно тому, как это происходит на уровне государства.

## Истина

В любой системе, включая компанию, должен быть некий центр, вокруг которого организована работа всех отделов. Для компании таким центром может быть предназначение, миссия и определенная идеология на уровне ценностей. Если эти идеологические основы прочны и внедрены в деятельность компании, система становится сильной и масштабной.

Однако, если компания вращается только вокруг денег, то этот центр является слабым. В таком случае, элементы системы, притянутые деньгами, могут быть легко оттянуты другими, аналогичными центрами. Приоритет ценностей позволяет создавать более устойчивые и масштабные системы, так как таких основ гораздо меньше, и их сила притяжения значительно больше. Кроме того, ценностные оси более разнообразны, что означает, что появление другой сильной оси не обязательно приведет к уходу сотрудников, так как она может быть другого формата или представлять другие ценности.

В любой компании существует разделение между разными группами сотрудников: богатые и бедные, квалифицированные и неквалифицированные, те, кто делает много, и те, кто делает мало. Кроме того, некоторые сотрудники работают ради денег, в то время как другие мотивированы идеей. В системе компании эти различия обеспечивают равновесие.

Разрыв между этими группами создает потенциал для движения и развития. Те, кто работают ради идеала, будут стараться распространять свои ценности среди коллег, а те, кто работает ради денег, будут утверждать, что это правильный подход. Взаимодействие этих групп приводит к обмену полезными элементами между ними.

Чем ближе эти группы находятся к центру системы, тем сильнее она становится. Однако, для сохранения равновесия, они должны быть разными и находиться по обе стороны спектра. Если все сотрудники будут находиться только на одной стороне, равновесие будет нарушено.

Таким образом, сбалансированное сосуществование разных групп сотрудников делает систему компании более сильной и эффективной, что позволяет ей работать слаженно и успешно.

В любой компании могут возникать конфликты между сотрудниками, которые имеют различные компетенции, мировоззрения и уровни оплаты труда. Когда эти различия становятся слишком велики, сотрудники начинают не понимать друг друга и относиться друг к другу как к врагам, что приводит к расколу системы. Чтобы предотвратить это, важно иметь общий центр или истину, вокруг которой все сотрудники могут объединиться.

На уровне отдела ситуация аналогична. Если весь персонал одного отдела имеет схожие навыки и мировоззрение, система становится нестабильной и шаткой. Руководители должны стремиться к подбору команды с разными компетенциями, мышлением и способностями, которые могут объединиться вокруг общей идеи. Такая команда будет функционировать как единый организм, где каждый член помогает друг другу, и обеспечивает стабильность и эффективность работы.

## Противоположности

Важно создавать равновесие между различными позициями и компетенциями внутри компании, чтобы система работала гармонично. Если этого равновесия нет, система начинает разваливаться, и отделы и сотрудники двигаются в разных направлениях. Создание такого равновесия способствует успешному функционированию и развитию компании.

Важность разнообразия и взаимопомощи между элементами системы, такими как сотрудники, отделы или компании в целом, не может быть недооценена. Когда различные элементы защищают и помогают друг другу, эффективность системы возрастает во много раз по сравнению с ситуацией, когда все элементы однотипны и не взаимодействуют друг с другом.

Равновесие и близость к общему центру усиливают эффективность, и этот рост проявляется на разных уровнях: от отдельных сотрудников до отраслевых экосистем. Взаимодействие и сотрудничество между разными продуктами или компаниями позволяет им обмениваться данными и улучшать свою эффективность, создавая единую систему.

Таким образом, множество фрактальных принципов пронизывает всю структуру компании, и разнообразие на каждом из этих уровней является ключевым фактором успешной работы системы.

## Колебания

Колебания и цикличность в компании имеют разные аспекты. Во-первых, стоит учитывать колебания в финансовой сфере: прибыль компании может расти или падать, и периоды роста часто сменяются корректировками. Это также относится к сезонным колебаниям, которые являются общепризнанным фактором.

Во-вторых, рассмотрим циклическое развитие компании, сравнивая его с развитием человека или других систем. Компания проходит через разные этапы, эволюционирует и приобретает новые навыки. В процессе такого развития меняются управление, цели, тактика, моральные аспекты и общая структура компании. Также изменяется уровень развития сотрудников, их активность и финансовые показатели компании.

Необходимо отметить, что переход на новый уровень требует дополнительных затрат, что может привести к временному снижению прибыли. В результате, компания постоянно колеблется между ростом и затратами, адаптируясь к новым условиям и переходя на следующий уровень развития.

"Если говорить о законе менеджмента, то существует закон колебаний, согласно которому, если ваша компания растет и в определенный момент начинает расти быстро, она вскоре замедлит свой темп. На этапе замедления компания должна разработать новые продукты, новые подходы к продажам, завоевать новые рыночные ниши и изменить свою структуру, чтобы не допустить стагнации.

Колебания в компании происходят на разных уровнях и временных рамках, например, ежедневно, ежемесячно или ежегодно. Эти мелкие колебания являются частью общего цикла развития компании, который аналогичен человеческому развитию, включая молодость, взрослую жизнь и старение.

На стадии стартапа, аналогично молодости человека, компания очень подвижна, быстрая и готова к переменам. Со временем компания переходит во взрослую стадию, начинает обдумывать свои решения и структурировать процессы, меняя коллектив и структуру. В конечном итоге, компания превращается в корпорацию, становясь менее подвижной и адаптивной к изменениям."

"Закон колебаний менеджмента предполагает, что компания в разные моменты своего развития проходит через разные стадии: стартап, взрослая компания и корпорация. Когда компания становится корпорацией, она становится более консервативной, медленно движется и накапливает большой опыт, который можно сравнить с мудростью.

Однако, для успешного развития корпорация должна поддерживать равновесие между своей консервативностью и гибкостью. Один из способов достижения этого равновесия – сотрудничество с мелкими компаниями или стартапами. Корпорации могут инвестировать в стартапы, покупать их или даже создавать собственные внутренние стартапы.

Это взаимодействие напоминает отношения между поколениями в семье, где взрослые и молодые уравновешивают друг друга. Корпорации предоставляют стартапам финансовую поддержку, а стартапы вносят инновации и энергию в развитие корпорации. Таким образом, эти две стороны, хотя и различны по своей сути, взаимопомогают друг другу и содействуют долгосрочному успеху компании на рынке."

## Взрыв

"Если рассмотреть понятие ""взрыв"" на уровне компаний, можно заметить, что и здесь возможно наличие состояния отката. Например, когда маленькой компании, не готовой к большим инвестициям, предоставляют существенное финансирование, она может просто потерять эти средства, так как не знает, как их правильно распределить и не

может справиться с нагрузкой. Деньги требуют инвестирования и управления, и если система к этому не подготовлена, средства могут быть потрачены впустую.

Соответственно, большое вливание денег в компанию, которая к этому не готова, создаст состояние, в котором эти деньги уплывут, и это будет большой скачок, не меняющий систему. Например, назначение супер топ-менеджера в компанию, которая развивается другими способами и медленно прогрессирует, не поможет ей никак. Все элементы должны изменяться согласованно для роста системы.

Следовательно, если слишком быстро наращивать финансирование или менять составляющие компании, система в конечном итоге может лопнуть, произойти взрыв, и компания обрушится, вернувшись на начальный уровень. В таком случае, придется собирать её заново. Для роста, как и в любой другой системе, необходимо сбалансированное сочетание разных элементов, которые должны сходиться для обеспечения фазового перехода.

## Фазовые переход

Если мы говорим о переходе из одной структуры в другую, то на фрактальном уровне меняются все параметры: подвижный стартап становится неподвижной корпорацией, стартап без денег превращается в корпорацию с большими инвестициями, инновационный стартап становится консервативной корпорацией и так далее." "Для того чтобы произошел фазовый переход, то есть изменение системы и переход на совершенно другой уровень, необходимо согласованное развитие всех элементов. Обучение людей, создание равновесия и прокачка разных полюсов играют важную роль. Если компания сосредоточится только на цифровизации, не заботясь о развитии аналогового управления, у неё возникнут проблемы с переходом на новый уровень. Отсутствие цифровизации также приведет к тому, что компания упрется в потолок и не сможет разрастись.

Все элементы должны постепенно продвигаться вместе, и когда они достигнут определенного уровня, происходит фазовый переход. Бывший стартап, который еще неделю назад считал себя стартапом, вдруг переходит в состояние, в котором требуются другие решения, структура, цели и планы, изменяя самоощущение участников.

Для успешного роста необходимо уравновешенное соотношение между управленцами и сотрудниками. Если супер управленцы работают с ленивыми сотрудниками, которые противостоят системе, они могут не справиться с задачами. Если же супер сотрудники, которые заряжены энергией и делают больше, чем от них требуется, сталкиваются с некомпетентными управленцами, система также не будет двигаться вперед. Только когда все уравновешено, компания продвигается вперед и переходит на новый уровень."

Также можно рассмотреть рост на уровне отдела, поскольку отделы также развиваются, увеличивая свое количество сотрудников, добавляя подотделы и формируя иерархию. В маленьком отделе со временем возникает больше среднего уровня управленцев. Изначально отдел может быть похож на стартап, но с развитием

он может стать более консервативной компанией. Таким образом, этот подход применим в любом направлении.

# Семья

## Фрактальность

Семья также является системой, подобной компаниям, отраслям или странам. В семье есть люди, ответственные за ее благополучие, и те, кто уже прошел через различные жизненные опыты и имеет потомство, внуков, которые развиваются и обладают большей энергией. Взаимодействие между членами семьи определяет ее стабильность: дети должны развиваться и фокусироваться на своих приоритетах, а не на глобальных проблемах.

## Обратная связь

Фрактально говоря, семьи функционируют аналогично другим системам: если кто-то из членов семьи не выполняет свою роль, это сказывается на всех остальных и семья страдает от проблем. Если что-то происходит с одним человеком из семьи, это влияет на всех остальных. Если семья остается объединенной, она функционирует как единое целое, но если она распадается на отдельные сущности, люди идут в разные стороны и кажутся вместе, хотя на самом деле это не так.

Семьи также тесно связаны с механизмами обратной связи, постоянно корректируя свои действия и отношения в зависимости от поведения других членов семьи.

## Равновесие

Равновесие противоположностей в семье проявляется на разных уровнях, таких как опыт, возраст, ценности, мышление, позиции и понимание мира. Эти разнообразные характеристики позволяют членам семьи взаимно развиваться и обогащать друг друга. Однако, если они не понимают и не ценят различия между собой, могут возникнуть конфликты.

Семейное процветание зависит от объединения членов семьи и осознания общей идеологии. Если все члены семьи разделяют эти принципы, они помогают друг другу и вместе процветают. В противном случае, разногласия между ними могут привести к конфликтам и проблемам в общении.

Ребенок, например, может испытывать трудности в понимании взрослого мира из-за различий в их уровнях восприятия и опыта. Это может привести к дисфункциональной коммуникации между детьми и взрослыми. Однако, взрослые и дети могут взаимодействовать гармонично, если они используют свои силы и возможности. Взрослые обладают мудростью и могут направлять энергию детей, в то время как дети, обладая большим запасом энергии, могут достигать больше. Когда это равновесие функционирует правильно, семья обретает большую силу и способность процветать.

## Противоположности

Естественно, все противоположности в семье необходимы для развития. Без взрослых, которые контролируют и наставляют детей, энергия ребенка может привести к неконтролируемым и негативным последствиям. С другой стороны, энергия детей необходима взрослым для поддержания их жизненных сил и осуществления того, что они сами не могут. Разность потенциалов в семье обеспечивает ее развитие и поддержание равновесия.

Однако, если кто-то не выполняет свою роль, система семьи может оказаться нарушенной из-за недостатка навыков или неправильного равновесия. Если родители слишком настаивают на определенном поведении ребенка, он может начать сопротивляться, и обе стороны будут двигаться в противоположных направлениях. Вместо этого, обе стороны должны стремиться к переговорам и движению к середине, что позволит достичь оптимального состояния равновесия и благополучия для всех членов семьи.

Обсуждая полюсность в контексте воспитания ребенка, можно заметить, что существуют крайности. С одной стороны, чрезмерное опекунство и ограничение свободы ребенка могут привести к моральным и психологическим травмам, так как ребенок не сможет полноценно развиваться и вынужден будет искать другие способы самоутверждения. С другой стороны, если родители проявляют полное безразличие к ребенку и плохо к нему относятся, это также негативно скажется на его развитии и благополучии.

## Истина

Идеальное состояние для воспитания ребенка находится в центре этих крайностей, где нет ни чрезмерной опеки, ни безразличия. В рамках семьи это особенно важно, поскольку гармоничное воспитание способствует развитию ребенка и создает благоприятную атмосферу для его роста и обучения.

## Колебания

Семья проходит через множество этапов и фаз в своем развитии. Изначально семья состоит из двух людей, которые создают новую семейную структуру на основе своих предыдущих семейных опытов. С течением времени, семья продолжает расти и развиваться: появляются дети, а затем внуки.

Как и в других системах, самое начало семейной жизни часто яркое, энергичное и эмоциональное. Со временем эмоции снижаются и семья переходит через разные этапы, такие как свадьба, рождение детей и внуков, что приводит к изменению структуры и восприятия мира для каждого члена семьи.

Члены семьи также проходят через личностные изменения, переходя с одного уровня жизни на другой. Некоторые успешно справляются с этими изменениями, накапливая достаточно навыков и опыта, в то время как другим может быть сложнее.

Отношения внутри семьи также претерпевают колебания. Начиная с тесной привязанности детей к родителям, отношения затем изменяются, когда дети отдаляются в подростковом возрасте. Однако, когда дети взрослеют, а родители стареют, отношения снова становятся более теплыми и близкими. Эти колебания во взаимоотношениях имеют свою фрактальную природу и сходны с колебаниями в других системах, то приближаясь, то отдаляясь на разных уровнях и временных промежутках.

Рассмотрев развитие семьи с точки зрения изменения поколений, можно заметить, что оно также движется по колебательному контуру. Существует

пословица, гласящая, что природа отдыхает на детях гениальных родителей, указывая на сменяемость поколений. Это означает, что если родители являются гениями, их дети не обязательно будут такими же. Если родители сильно привязаны к определенному полюсу, их дети могут быть привязаны к другому.

### Сменяемость

Сменяемость поколений служит адаптационной моделью, колебательным контуром, который движется по синусоиде и имеет свои этапы становления, развития, хорошего состояния и стагнации. Общее правило гласит, что первое поколение, находящееся на нижней ступени социальной лестницы, прилагает много усилий и зарабатывает, второе поколение развивает эти плоды и зарабатывает больше, третье поколение живет на этих плодах, но мало развивается из-за отсутствия необходимости прилагать усилия, что приводит к неравновесному состоянию. Четвертое поколение начинает тратить деньги, а пятое возвращается к нищенскому положению. Это колебательный контур и жизненный цикл разных поколений, который также можно проследить на уровне стран.

Таким образом, если смотреть на семью с другой точки зрения, на более высоком уровне, можно увидеть фрактальные колебания в процессе развития поколений.

### Фазовые переход

Семьи проходят через разные этапы и уровни развития, которые могут сопровождаться резкими изменениями в жизни. Для успешного перехода семье необходимо накопить достаточный опыт, знания и навыки, подобно компании или стране. Если индивиды готовы к отношениям и обладают необходимыми навыками, то их семья будет более устойчивой. В противном случае, есть вероятность, что семья не сможет преодолеть сложности, возникающие на разных этапах развития.

Если семья не прошла все необходимые этапы и не получила нужные навыки, то с появлением ребенка их жизнь кардинально изменится, и нехватка опыта будет тянуть их назад. Невозможно перейти с одного этапа на другой без получения достаточного опыта и навыков. Это справедливо и для стартапов, которые не могут быстро стать крупными корпорациями без соответствующего опыта.

Многие семьи сталкиваются с разводами, так как люди не стремятся набрать необходимые навыки для успешного перехода между этапами семейной жизни. Попытки пропустить один из этапов и слишком быстро перейти на следующий уровень могут привести к тому, что семья вернется назад. Важно понимать, что для успешного

развития семьи требуется время и терпение, чтобы набрать нужные навыки и пройти все фазовые переходы.

Если развитие семьи проходит успешно, любые изменения могут представлять собой переход на более высокий уровень. Например, период влюбленности характеризуется огромным количеством эмоций, и люди хотят сохранить его. Однако переход к более глубоким отношениям, связанным с любовью, представляет собой другой формат эмоций, ощущений и близости, который также важен.

Формат семьи меняется, когда появляются дети или孙ки, и структура становится более сложной и серьезной. В таких отношениях возможно получать больше эмоций другого характера, которые не лучше и не хуже предыдущих, но представляют собой другое состояние, к которому человек должен стремиться и в котором он должен развиваться.

Проходя через разные фазы и накапливая опыт, семья переходит на разные уровни. Если в семье наблюдаются постоянные колебания, стоит обратить внимание на общий тренд и понять, идет ли семья вверх или вниз.

Откаты и взрывы могут происходить, когда пара начинает встречаться, и один из партнеров проявляет избыток эмоций. В итоге, другому человеку могут понадобиться эти эмоции на постоянной основе, что может привести к исчезновению эмоционального состояния и спаду отношений. Взрывы и откаты могут быть корректировками, после которых отношения могут либо снова расти, либо продолжать спадать, в зависимости от общего тренда.

## Человек

### Фрактальность

При анализе человека, кажется, что мы столкнулись с неделимой единицей, однако на самом деле человек является сложной системой, которую можно исследовать в разных направлениях и на разных уровнях. На одном из уровней, человек состоит из органов, которые тесно взаимосвязаны и работают совместно, обеспечивая жизнедеятельность организма. Если один

орган начинает испытывать проблемы, это может отразиться на всем организме.

На более глубоком уровне, человек состоит из множества клеток, каждая из которых является отдельным живым организмом. Клетки образуют сложную структуру, работающую по своим правилам и состоящую из взаимодействующих компонентов. Здоровье и функционирование нашего организма напрямую зависит от этих клеток.

Однако, если одна клетка начинает работать вопреки системе и неуправляемо размножаться, это может привести к развитию рака - состоянию, характеризующемуся чрезмерным ростом. В этом контексте, рак аналогичен взрыву, происходящему на микроуровне, и демонстрирует зависимость организма от его составных элементов.

Клетки нашего организма проходят свои собственные жизненные циклы, рождаясь, развиваясь и старея, так же как и отдельный человек. Эти процессы происходят на всех уровнях организма и во всех его составляющих. Клетки, в свою очередь, состоят из более мелких частиц, и так далее.

Параллельно с этим, человек состоит из своих клеток и микроорганизмов, которые также взаимодействуют друг с другом. Например, при потреблении нездоровой пищи, могут процветать те бактерии, которые стимулируют потребление такой пищи, создавая обратную связь и влияя на наше поведение.

Таким образом, хотя мы можем считать себя вершиной природы и обладателями свободной воли, наше поведение и решения также подвержены влиянию микроорганизмов, которые живут в симбиозе с нами. В этой сложной системе нет главного элемента, а все структуры взаимосвязаны и обусловлены друг другом, обеспечивая целостность и функционирование нашего организма.

Рассматривая человека как сложную систему, можно заметить разнообразные взаимосвязанные элементы, такие как сознание и подсознание. Эти две составляющие могут казаться противоположными, но они существуют в симбиозе внутри нас. В некоторых психологических теориях считается, что наше сознание состоит из множества личностей, которые проявляют себя в разных ситуациях и контекстах.

Применение методик из НЛП, например, позволяет общаться с разными частями нашей личности, раскрывая ещё больше сложность нашего сознания. При этом, существует предположение, что наше мышление определяется нейронами - отдельными клетками, которые имеют свое развитие и старение, взаимодействуют между собой и влияют на наш способ мыслить.

Однако, нейроны также являются отдельными живыми организмами, которые могут существовать независимо от нашего сознания. Это ставит под сомнение четкое разделение между нашим мышлением и действиями нейронов. Возможно, нейроны начинают взаимодействовать между собой, прежде чем мы начинаем думать об определенной идее или концепции.

Таким образом, изучение нейронов и их поведения может помочь нам лучше понять сложность человеческого сознания и того, как оно связано с работой нашего организма на клеточном уровне. В итоге, все эти элементы, хотя и зависимы друг от друга, имеют свою жизнь и существуют в рамках сложной и взаимосвязанной системы, которая определяет нашу сущность как человека.

Рассмотрим систему управления человеческим организмом: непонятно, кто управляет кем - мы управляем организмом или организм управляет нами. Сложно сказать, принимаем ли мы решения самостоятельно или они принимаются до того, как мы осознаем это. Некоторые опыты указывают на то, что мы принимаем решения, даже не осознавая этого.

Если взглянуть на наши клетки, каждая из них имеет свою систему управления, будто разные государства с разными способами принятия решений. Клетки передают информацию друг другу, у них есть свои лидеры и сменяемость власти. Это не просто составные элементы нашего организма, это отдельные существа, государства или даже планеты.

Мы, как человек, состоим из разных частей личностей и подсистем, таких как сознание, подсознание и бессознательное. Мы являемся огромным скоплением бесчисленного количества живых существ. Один человек - это множество существ, живущих вместе. И каким-то образом, у этого огромного количества существ возникает общее сознание. Это заставляет задуматься о том, что же такое сознание, когда мы не просто отдельный индивид, а целая флора и фауна, состоящая из многочисленных живых существ.

В контексте сознания, наши мысли не являются изолированными единицами. Каждая мысль представляет собой взаимосвязь множества других мыслей, которые различаются у каждого человека в зависимости от их опыта и связей между этими мыслями. Таким образом, понимание определенной мысли

можно сравнить с отдельным государством мыслей, образованным в результате взаимодействия различных элементов.

Мы рассмотрели разные уровни влияния на наш организм, но не углубились во все аспекты и не коснулись внешней среды, которая также сильно влияет на нас. Примерно 50% того, кем мы становимся, заложено в нас на уровне генотипа и психотипа, а другие 50% формируются из внешних факторов, таких как семья, окружение, страна, экология и т. д.

## Обратная связь

Мы являемся комбинацией всех этих факторов и стоим из огромного количества разных живых существ, которые объединяются и живут своими жизнями. У этих существ, таких как клетки, также есть свои знания, хотя мы пока не знаем, какие именно знания у них имеются.

Однако, клетки не осведомлены о знаниях, которыми обладает сам человек как общая система. Наши знания как бы объединены, и управление организмом основано на обратной связи. Мозг посыпает сигналы органам, которые в свою очередь получают информацию о состоянии своих клеток, создавая информационный цикл. Каждый слой системы не знает точно, что знает другой слой, но они все обмениваются информацией для совместного функционирования.

Мы взаимодействуем со своим организмом и примерно понимаем, что в нем происходит, но у нас также есть свои мысли и индивидуальное мировосприятие. Каждая клетка в нашем теле также обладает своей "жизнью", историей и "родственниками". Это приводит к вопросу о том, как живет Вселенная, состоящая из множества разных элементов, у каждого из которых своя жизнь. Возможно ли наличие общего сознания, контролирующего все, но не полностью? Ведь мы не можем полностью контролировать свои клетки, только на определенном уровне, так же как и клетки не могут полностью управлять нами. В конечном итоге, мы все взаимосвязаны и являемся частями одного общего организма.

## Равновесие

Все элементы нашего организма находятся в равновесии. Внешние бактерии и внутренние клетки существуют в симбиозе, обмениваются информацией и

полезными веществами. Сознание и бессознательное являются противоположными элементами, которые поддерживают и развиваются друг друга, и без которых организм не сможет жить. Баланс между сознанием и бессознательным делает человека более эффективным.

Аналогично, человек должен находить равновесие между животным и информационным аспектами своей природы. Если человек слишком погружается в информацию, отдаляясь от своего животного состояния, он может начать терять свою способность ощущать мир и стать менее эффективным. Оба элемента необходимы друг другу для достижения лучшей эффективности.

Стремление к гармонии между этими противоположными элементами, двигаясь вокруг общей цели и идеи, является задачей человека. Создание нормального состояния себя самого - ключевой фактор для достижения успеха и эффективности в жизни.

Человек обладает множеством противоположностей, таких как живые клетки, которые рождаются и умирают, и неживая ДНК, содержащая всю информацию о нашем развитии. ДНК может долгое время сохраняться неповрежденной при отсутствии физических разрушений. Таким образом, важность противоположностей живой и неживой материи становится очевидной. Именно их сочетание создает целостность и жизнь.

### Противоположности

У человека существует огромное количество противоположных элементов, как во внутреннем, так и во внешнем состоянии. Баланс между ними критически важен. Если мы слишком сосредоточены на своем внутреннем мире, мы теряем связь с внешним миром и становимся неэффективными. Однако, слишком сильная зависимость от внешнего мира также снижает нашу эффективность.

### Истина

Стремясь к гармонии и равновесию между внутренними и внешними противоположностями, мы приближаемся к истине и максимальному уровню эффективности. Когда один элемент приближается к центру, другой тоже начинает двигаться в этом направлении, так как они взаимосвязаны и

уравновешены. Таким образом, мы достигаем состояния равновесия, благодаря которому обеспечивается наша эффективность.

Если мы рассматриваем различные части личности, то важно понимать, что недовольство одной из них влияет на всю систему. Все аспекты личности должны быть сбалансированы и стремиться к общему центру истины, который способствует развитию человека. Синхронизация этих многочисленных факторов является ключом к эффективности и гармонии.

Даже если мы переходим на другой уровень фрактала, например, рассматривая отношения между двумя людьми, мы видим, что пара создает новый организм. Человеческий организм состоит из миллиардов разных существ, объединенных в общую структуру, и пара также может быть рассмотрена как общий организм. При этом пара, в отличие от организма, может распадаться.

Пары часто образуются на основе противоположностей. Когда два человека являются противоположными друг другу, они начинают развивать друг друга, обнаруживая в своем партнере то, чего им самим не хватает. Такая взаимная поддержка создает более сильную структуру, чем одинокий индивид.

Однако для успешного развития пары необходимо наличие общих интересов и целей. Если пара вращается вокруг одного центра, они развиваются друг друга. В противном случае противоположности могут начать двигаться в разные стороны и отдаляться друг от друга, что приведет к ухудшению отношений.

Даже среди наших друзей мы можем заметить, что зачастую лучшие дружеские отношения складываются с теми, кто сильно отличается от нас в определенных аспектах. Таким образом, подобно выбору партнера, наши друзья дополняют нас и представляют собой противоположные элементы. Изменяя что-то в себе, мы также влияем на других, включая наших друзей.

Если в дружеских отношениях происходит перекос в одну сторону, другой человек в этой системе стремится восстановить равновесие, перетягивая взаимоотношения в противоположное направление. Однако, если друзья движутся к центру, они начинают взаимно развивать друг друга и совместно двигаться к центральной позиции, в которой оба элемента взаимодействуют наиболее гармонично и эффективно.

## Колебания

Обсуждая колебания, можно заметить, что они происходят в человеческой жизни на разных уровнях и во множестве аспектов, таких как изменение дружеских отношений, романтических связей и саморазвитие. Человек постоянно движется вдоль этой фрактальной колебательной системы, проходя через различные стадии развития.

Начиная с рождения, индивидуум развивается, преодолевая разные фазы со временем. В определенный момент, развитие может замедлиться, но затем происходит скачок роста, который характеризуется быстрым развитием. Далее, темп развития снова замедляется и стабилизируется на более плавном уровне, пока не произойдет следующий скачок. С течением времени и накоплением опыта, эти скачки становятся все более медленными и меньше влияют на сущность человека.

В процессе становления человека, от рождения до юности, происходит множество перемен и переходов. Все эти изменения и стадии развития характеризуются большим количеством скачков роста и колебаний, которые влияют на множество аспектов жизни человека.

Постепенно развиваясь, человек проходит через разные стадии жизни, начиная с активного и энергичного периода молодости и переходя к спокойствию и мудрости более поздних лет. Жизнь и смерть являются неотъемлемыми элементами этого процесса, позволяющими системе развиваться, адаптироваться и преобразовываться.

Психологические состояния человека, такие как настроение, успехи и неудачи, также меняются в соответствии с определенными закономерностями. Например, если человек внезапно становится богатым, но не был к этому готов, вероятно, он потеряет свое богатство так же быстро, как его получил. Это связано с тем, что для успешного управления большими суммами денег человек должен быть подготовлен морально, психологически и обладать необходимыми знаниями.

Важно отметить, что некоторые люди, выигравшие в лотерею, сталкиваются с тем, что их жизнь разрушается из-за неподготовленности к такому существенному изменению. Чтобы успешно управлять своим богатством, человек должен понимать, как правильно им распоряжаться, быть морально готовым к такой ответственности и осознавать свою роль в обществе. Если

человек еще молод и сильно заботится о мнении окружающих, ему может быть трудно использовать свои ресурсы разумно и эффективно.

## Взрыв

Если рассмотреть вопрос бессмертия с точки зрения системы, то предположим, что каждому индивиду дано бессмертие. В таком случае, система будет вынуждена корректироваться обратно, приводя к таким явлениям, как войны, голод и новые болезни, чтобы изменить текущий порядок. Это происходит потому, что переход на другой уровень развития без необходимого опыта и знаний вызывает эффект взрыва и последующий откат.

Мы можем применить этот же принцип к нашим эмоциям, успехам и неудачам, рассматривая их как графики и тренды. Если в прошлом мы сталкивались с сильными негативными факторами, то существует вероятность, что впереди нас ждет что-то хорошее, и условная удача будет на нашей стороне.

Удача, в свою очередь, является понятием фазового перехода для человека. Когда индивид достигает успеха, он проходит долгий путь, собирая информацию, опыт и навыки. В какой-то момент, кажется, что человек совершил резкий скачок вперед, однако на самом деле он просто прошел большой путь, развиваясь и преодолевая колебания, характерные для любого фазового перехода. Некоторые люди на этом пути сомневаются и отступают, в то время как другие продолжают двигаться вперед, делая значительный прорыв.

Даже удача и опыт являются в некотором роде противоположными элементами, которые поддерживают друг друга, и без них развитие человека невозможно. Уравновешивание этой сложной структуры является крайне затруднительным, и при попытке это сделать, что-то начинает откатываться назад. Это вызывает движение и сменяемость, и именно так возникает жизнь. Жизнь – это движение, и без него она не существует. Когда движение заканчивается, наступает смерть, после которой возникает новая жизнь, так как ничто не может быть стабильным.

Учитывая, что мы не можем синхронизировать все элементы внутри одного человека, такое согласование на уровне семьи, компании, страны, человечества или Вселенной также невозможно. Всё всегда будет двигаться и изменяться. Важно определить, к какому тренду мы стремимся и как развиваемся. При попытках создать равновесную систему, нужно понимать,

что колебания – это нормальное состояние Вселенной и они всегда будут присутствовать.

## Фазовые переход

Рассмотрим сходства между человеком и Вселенной: оба процесса являются фрактально подобными. Вселенная зародилась из одной точки и начала расширяться, обрасти новыми элементами и структурами. Появление планет, живых существ и галактик свидетельствует о усложнении системы. Аналогично, человек рождается из клетки, которая развивается в соответствии с определенными законами и правилами. Вся наша жизнь заложена в этой клетке, и наше развитие зависит от процессов внутри и снаружи нас.

Вероятно, Вселенная также развивается, усложняется и пытается что-то понять, стремясь к определенным целям. Ее развитие также зависит от законов и программ, заложенных внутри нее. Эти законы определяют, как должна развиваться Вселенная.

В контексте создания искусственного интеллекта или внедрения в нашу ДНК, мы сталкиваемся с определенными ограничениями. С одной стороны, механическое внедрение указывает на то, что мы не накопили достаточно опыта для полного понимания и контроля над этими процессами.

Рассматривая развитие человека, можно заметить, что сначала младенцы растут и начинают исследовать мир вокруг себя. Во взрослом состоянии мы, как живые существа, задумываемся о структуре Вселенной, разрабатываем теории и погружаемся в исследования. Возможно, это отражает текущий этап развития Вселенной.

С течением времени наступает мудрость и стабильность. Сейчас мы находимся на этапе быстрого развития, характеризующегося большим движением, инновациями и энергией. Однако, на этом этапе наша цивилизация и другие цивилизации не могут быть супермудрыми, так как мы еще находимся в "юношеском" этапе развития Вселенной.

Юноши редко бывают мудрыми, так как они еще не накопили достаточно опыта и знаний. В результате, жизнь на этом этапе яркая и быстрая, но также опасна и подвержена ошибкам. Нередко совершаются глупости и не совсем корректные поступки.

Продолжая аналогию между человеком и Вселенной, можно заметить, что организм развивается одновременно во многих направлениях. В разных точках организма образуются схожие клетки и структуры. Возможно, Вселенная развивается по аналогичному принципу, и появление существ, подобных нам, является параллельным процессом. Таким образом, в других местах могут создаваться схожие элементы, которые могут иметь различия, но развиваются параллельно с усложнением системы.

Существа, подобные нам, которые обладают сознанием и могут потенциально перейти на другой уровень, такой как создание планетарных видов, также могут развиваться параллельно с нами. Мы развиваемся с помощью фазовых переходов и эволюционных скачков, и жизнь меняется через эволюцию.

Когда эмбрион развивается, он проходит через все этапы эволюции в ускоренном виде, чтобы получить весь опыт, необходимый для дальнейшего роста. Соответственно, для того чтобы перейти на более высокий уровень развития, мы должны получить обширный опыт из окружающего мира, что является необходимой частью нашего развития.

Рассмотрим аналогию между мелкими элементами, играющими важную роль в нашей жизни, и развитием системы. Важность таких элементов можно продемонстрировать на примере ребенка, выращиваемого в пробирке без родительского внимания и заботы. Даже если ребенку обеспечены хорошие условия для жизни, такие как пища, вода и тепло, но при этом он не получает ласку и любовь, его развитие становится неполным и даже опасным.

Исторические примеры, включая опыт детских домов в СССР, показывают, что дети, лишенные такой любви и ласки, часто умирали. Это свидетельствует о том, что ласка, кажущаяся незначительным фактором, на самом деле имеет серьезное значение для развития организма. Все элементы должны развиваться параллельно, так как они тесно взаимосвязаны и неотъемлемы друг от друга.

# 3 принципа, которые объясняют всё

Все в мире создано по 3 принципам: **фрактальности, колебания и равновесия**. Если понять, что они из себя представляют, понимать мир будет проще, а также осмыслить объекты и мысли с разных сторон, чтобы в конечном итоге увидеть полную картину.

## Фрактальность

Фракталы хоть и знакомы многим из курса по математике, на деле выходят далеко за рамки учебников. Это то, что нас окружает, в чем мы живем: от природы до бизнеса. Суть этой системы в том, что она состоит из одних и тех же элементов разных размеров, поэтому бесконечно повторяется сама в себе.

Вот лишь некоторые сферы, в которых встречается фрактальная система:

Природа



Снежинка

[https://unsplash.com/photos/a7uosdNsXEQ  
?utm\\_source=unsplash&utm\\_medium=referral&utm\\_content=creditShareLink](https://unsplash.com/photos/a7uosdNsXEQ?utm_source=unsplash&utm_medium=referral&utm_content=creditShareLink)

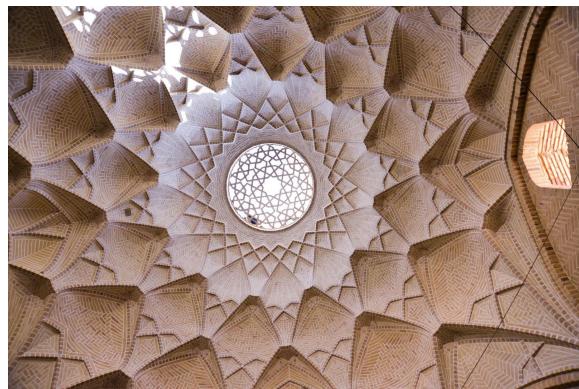
Декоративная капуста

<https://unsplash.com/photos/0e7zpLLKSzA>

Архитектура



Собор Рождества Девы Марии в  
Милане  
<https://unsplash.com/photos/dgLr77nLctg>



Глиняная крыша базара, г. Йезд, Иран  
<https://unsplash.com/photos/hmehF5YtPro>

## Искусство



Кацусика Хокусай. Большая волна в Канагава  
<https://clck.ru/332BsD>

Эти примеры иллюстрируют главный признак фрактальности — «часть-целое», когда большие и маленькие элементы системы копируют друг друга. Такое встречается на разных уровнях организации мира:

Электроны зависимы от атома и движутся вокруг него, то же самое происходит и с планетами, которые вращаются по траектории вокруг Солнца. В обоих случаях есть ядро и зависимые от него элементы. Похожа даже траектория движения.

Да, фрактальность это не только про визуальное самоповторение, но и про повторение систем и моделей поведения:

Мы — «дом» для бактерий и вирусов. Когда мы принимаем антибиотики, это вредит не только патогенным микроорганизмам, но и полезным бактериям — они погибают. На нас это может отразиться через нарушение метаболизма и проблемы с иммунной системой. И наоборот — если кормить их клетчаткой, пробиотиками, заниматься спортом, то это будет стимулировать бактерии и мы почувствуем себя лучше.

Точно так же мы влияем на «самочувствие» нашего дома — планеты Земля. Из-за промышленной деятельности людей повышается средняя температура, горят леса, быстрее тают ледники. Но если мы изменим бытовые привычки, а корпорации начнут вести производство без урона для экологии, в конечном итоге не только планета, но и мы сами почувствуем изменения в лучшую сторону.

Работу в компаниях тоже строят по принципу фрактальности:

Компании состоят из отделов, команд, сотрудников. Компания «думает» отделами, отделы — командами, которые трудятся над проектами, а команды — людьми, каждый из которых занимается своей работой.

Если понаблюдать за животными в стае, можно увидеть любопытные параллели с обществом, бизнесом и политикой.

Например, вожак стаи — волк — хоть и лидер, но не является отдельным элементом. Он живет во фрактальной системе: ощущает себя частью стаи. Самостоятельной частью.

Если в стае проблемы, то это его недочет, как лидера. Поэтому он меняет тактику и принимает другие решения. Система проверяет его лидерские качества. Отсюда нападения и проверки от более молодых волков. Стая — это отражение вожака, а вожак — отражение стая. Они неделимы и живут как один организм.

Классическая волчья стая, которая живет в дикой природе, — это родители и их потомство. Стая может приютить и неполовозрелых молодых волков. Вожак здесь — не тиран, он живет фракталом и понимает, что часть большой системы. Другими словами — это семья, где есть только дети и родители. То же самое мы видим и у людей.

Есть и другая модель стаи, о которой все любят говорить, — жесткая иерархия, где есть альфа- и бета-самцы, а управление происходит «сверху вниз». Такая модель появилась вынужденно. В основном, волки формировали ее только

тогда, когда были заключены в зоопарках и заповедниках в целях исследования. Это уже не семья, а взрослые и чужие друг другу особи, запертые в одном месте. Поэтому появилась необходимость борьбы за место под солнцем.

В такой системе на вершине стоит доминирующая пара — вожак и его самка. У них же есть уникальное право на размножение. Вожак — это мозг коллектива, он в одиночку принимает решения, какую территорию займет стая и где будет охотиться.

Начальник может управлять коллективом похожим образом — отдавать распоряжения, контролировать точное исполнение, не приветствовать выражение мнения и инициативу подчиненных. По таким принципам также строятся тоталитарные и авторитарные режимы.

Эти режимы — попытка уйти от фрактала, то есть выстроить систему, где начальник и подчиненные не связаны друг с другом, не должны жить в гармонии и взаимосвязи. Будто это разные миры, отрицающие друг друга и живущие в борьбе. Такое взаимодействие неэффективно, так как происходит перекос энергии и ресурсов.

Одновременно с этим в природе встречается противоположная система управления, где присутствует фрейм равновесия:

У рыб вести за собой стаю может почти любая особь. Лидерство здесь кратковременное и ситуативное, а стая успешно функционирует при любом раскладе. Вот рыба плыла в хвосте, а теперь она указывает направление остальным.

В управлении персоналом тоже встречается похожее. В противовес авторитарному менеджменту существуют гибкие методологии управления. Команда здесь по большей части — самоорганизующаяся. Где каждый имеет право на мнение и может предложить идею, где каждый — самостоятельная единица, которая отвечает за свою работу. В такой команде тоже есть лидер, который занимается стратегией, планированием, аналитикой и прогнозированием, ищет новые возможности развития.

Если говорить про политический режим, то можно найти похожие черты в демократии.

Всё вокруг нас похоже и из всего можно достать информацию, сравнить, найти параллели. Если двигаться по этой методологии, то первым шагом будет — подумать, какие есть системы вообще: внутри, снаружи, сверху, несвязанные, похожие. Чтобы оценить какую-то систему, нужно понять, на что она похожа, какие есть вложенности, в каком поле она находится. Это и будет верхнеуровневое рассмотрение фрактала.

Например, вложенность у отдела — это сотрудники компании. Отделы находятся внутри компании и взаимодействуют друг с другом. Компании заключают партнерства и сотрудничают на уровне государства. А государства, свою очередь, выстраивают отношения друг с другом.

Чтобы понять, как друг с другом сотрудничают государства, можно понаблюдать за тем, как конкурируют компании, отделы внутри компаний, сотрудники. Везде можно найти общие паттерны и осознать на понятных для вас примерах ситуацию глубже.

Если мы столкнулись с чем-то новым, когда нужно решить проблему, которую мы никогда не решали, или придумать что-то с нуля, главное помнить, что похожее уже есть в окружающем мире, эта проблема не нова и кем-то уже решалась хотя бы частично.

### **Совет!**

Попробуйте найти аналогии в окружающем мире — почитать популярную физику, биологию, химию или посмотреть циклы программ (документальные фильмы). Это интереснее, чем классические учебники. В таком контенте много интересных примеров из жизни и нет сильного погружения в теорию.

То, как часто встречаются фракталы, говорит о том, что разные структуры устроены по одному и тому же паттерну, поэтому можно брать какую-то модель и тестировать в своей нише.

### **Природность**

Природа повторяет сама себя, поэтому часто можно встретить что-то похожее в разных сферах. В ней можно найти ответы на вопросы и примеры — все, что нам нужно.

Но неужели повторяется все-все? А как быть, если хочется создать что-то новое, чего никогда еще не было?

Люди часто стараются придумать что-то новое, чего не придумал никто до них. Сделать прорывное открытие, которое поразит всех. Считают, что повторять чужие идеи — это плагиат.

Это ловушка мышления. На деле придумать что-то, чего еще не было до нас, нельзя. В каком-то виде все уже есть в системе. А в нашей голове нет чего-то, что мы никогда не встречали. Самые гениальные и прорывные открытия — когда модель, которую видели в природе, бизнесе и других системах, переосмыслили ее и внедрили в свое дело.

Это становится ясно, если послушать знаковых режиссеров и писателей-фантастов, которые придумывали и экранизировали невероятные миры, целые экосистемы.

Например, режиссер фильма «Аватар» Джеймс Кэмерон написал сценарий, опираясь на фантастические книги, которые он прочел еще в детстве. А в плане визуала и операторской работы, по его словам, он вдохновлялся двумя фильмами: «Бегущий по лезвию» и «Безумный Макс 2: Воин дороги».

### *Самодостаточность системы*

В системе есть всё, что нужно, и вы можете это использовать, чтобы дойти до своей цели. Так работает визуализация. Это не магия, а следствие образа мышления и действий: мы начинаем думать о том, что нам нужно, представлять результат и настраиваем мозг на то, чтобы он видел возможности.

Перед нами огромное количество возможностей. И они постоянно проходят мимо: одни мы не видим, за другие — просто не цепляемся. Подсознание же наше видит больше и с помощью визуализации мы просим его как бы показать нам эти возможности.

Возможности есть не только снаружи, но и внутри нас. Если нам нужно проанализировать ситуацию, в большинстве случаев мы можем обратиться к тому, как мы устроены.

Внутри нас существуют целые миры — например, около 1 кг бактерий. Они взаимодействуют между собой, размножаются, погибают, влияют на нас своим присутствием. У нас есть атомы, молекулы, электроны и протоны, которые образуют структуру энергии, которая настолько жесткая, что не может проходить через другие материи. Поэтому мы не может проходить сквозь предметы и стены, как в фильмах.

Если обратиться к подсознанию и телу, то в целом можно изучить мир, не видя его, без дополнительных источников информации.

Мы знаем о нашем организме многое, а значит, можем понять основные законы и структуры окружающего мира. Наше подсознание управляет всем нашим организмом и взаимодействием с бактериями, обменивается с ними информацией, управляет каждым органом, который состоит клеток и более мелких субстанций.

Не нужно обращаться во вне чтобы что-то узнать, многое есть внутри. Но и ограничиваться этой информацией не стоит, до сознательного уровня она может не дойти.

## *Отражение*

Системы внутри и снаружи устроены одинаково. Они существуют вместе, взаимодействуют и отражаются друг в друге. Например, если понять, какие процессы и взаимодействия происходят на уровне микроорганизмов, можно понять и общество.

Везде есть обратная связь. Мы отражаем всё что есть вокруг: наше тело адаптируется к температуре помещения, где находится, — если холодно, начинает остывать, если тепло, — согреваться.

Если мы приходим работать в компанию, то можем перенять ее ценности. Или же когда переезжаем на ПМЖ в другую страну, то ассимилируемся: учим язык, готовим национальную кухню, изучаем культуру.

## *Связь*

Фрактал — это большая система созданная из своих копий. Эти копии — тоже системы, и они не могут существовать друг без друга.

Показательно, как взаимодействует человеческий организм и бактерии. Мы для них — всего лишь среда обитания, но получаем немало бенефитов: защиту от патогенов, стабильную работу пищеварения и иммунитет.

Мы тоже можем влиять на бактерии. Когда мы испытываем сильные негативные эмоции или стресс, в организме выделяются определённые вещества, которые могут влиять пагубно даже на микробы.

Плохо бактериям — плохо нам. Они погибают и у нас начинается дисбаланс в организме, ведь его никто не защищает. В большинстве случаев они нам всё-таки помогают, так как живут в симбиозе, а не в паразитизме. Из-за дискомфорта мы испытываем болевые ощущения, начинаем нервничать, злиться и можем поругаться с близким человеком человеком или накричать на кого-то в метро.

Всё связано друг с другом и нет ничего отдельного. Наша связь с бактериями — это процесс, который работает в две стороны и отражается на нашей жизни, поведении, в конце концов, на наших решениях. Если утрировать, то бактерии внутри нас управляют нашим выбором, ведь раз они влияют, значит, мы — уже не единственные хозяева своей жизни.

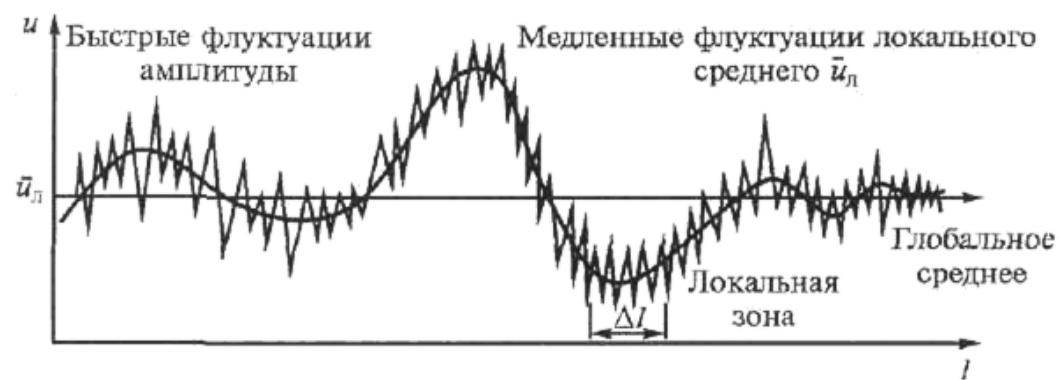
Мы, в свою очередь, тоже влияем на их жизнь и популяцию. У разных видов бактерий есть свои «предпочтения» в еде. Например, в кишечнике живут бактероиды, которые лучше воспринимают белок, а их «соседи» — фирмекуты — больше предпочитают быстрые углеводы и жиры. Так с помощью рациона мы можем делать одни популяции сильнее, другие — слабее.

## Колебание

Колебание — это движение частиц, энергий, которое показано через разные позиции на графике. Всё в мире колеблется, это движение, а движение, как часто говорят, — жизнь.

Атомы материи вселенной беспрестанно движутся и попросту не могут остановиться. Это невозможно. Если бы остановились молекулы, воздух был бы неподвижным и мы не смогли бы его вдохнуть, не было бы такого понятия, как тепло, да и мы не смогли бы функционировать, как живые существа.

Движение должно быть обязательно: круговое, колебательное, спиральное, которое в какой-то степени повторяет само себя. А колебания не могут быть одиночными, так как внутри себя они содержит другие, более мелкие, в этом и выражается фрактальность.



Прибыль компании постоянно меняется, она постоянно идёт вверх и вниз по какой-то траектории. В бизнесе колебание проявляется скачками и падениями выручки.



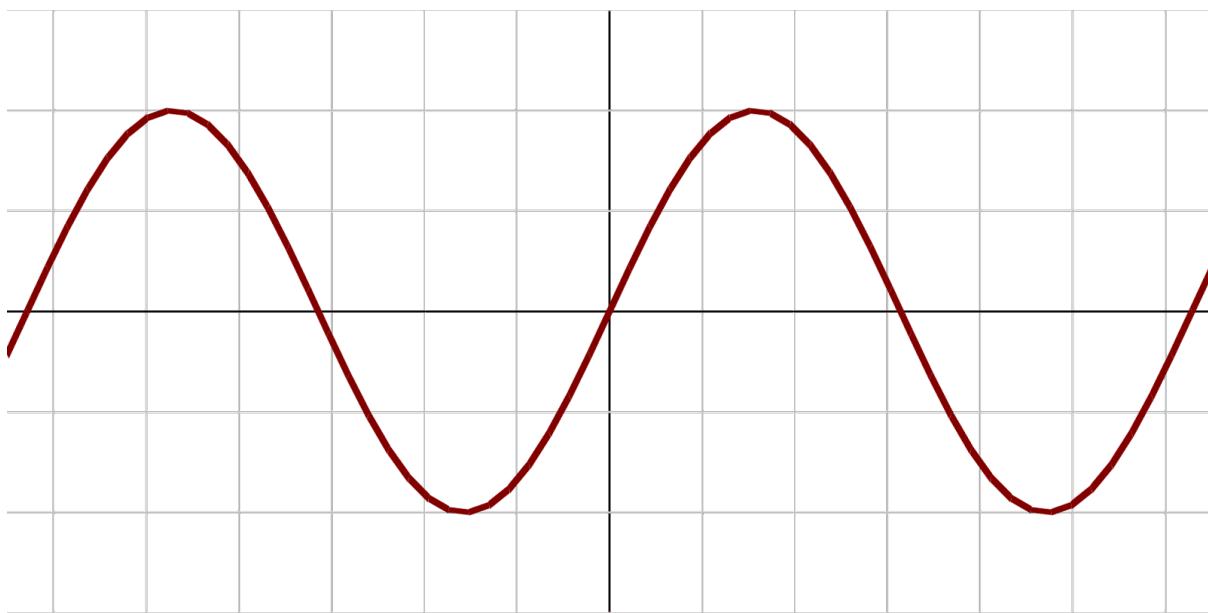
[ru.tradingview.com](http://ru.tradingview.com). График котировок акций Apple Inc за 2022 год

Если в этом месяце все замечательно, то вероятно, в следующем выручка упадет. Прибыль может меняться в течение дня, года, квартала, полугодия. Всегда есть колебания, которые стремятся суммарно либо к росту, либо к падению и имеют разные временные промежутки, то есть частоту и амплитуду.

То же самое в отношениях: иногда все прекрасно, а иногда — наступают кризисы.

## Движение

Движение в широком смысле похоже на синусоиду — когда есть траектория вверх-вниз и определенные изменения.



Как чёрное сменяется белым, так и верхние максимумы сменяются минимумами — нижними пиками. И таких циклов — бесконечное количество. Все точки максимума находятся на разной высоте и глубине. Поэтому в жизни мы можем чувствовать себя счастливыми в какие-то моменты и думать, это максимум, который мы можем ощутить, а потом спустя 10 лет почувствовать еще большую радость, эйфорию. Это будет новая точка максимума.

### *Вибрации*

Как атомы вселенной беспрерывно движутся, так же они и вибрируют. Это такой же непрекращающийся процесс. Вибрации никогда не движутся плавно и волнообразно, это всегда подъёмы и падения.

### *Точки максимума*

На синусоиде всегда есть пики, точки максимума. Когда что-то доходит до пиков, происходит «взрыв», и потом мы падаем вниз, так как должна быть компенсация — равновесие. Это как раз один из трех принципов наряду с фрактальностью и колебанием.

В НЛП есть метод, благодаря которому можно уничтожить эмоции и чувства. Если вас беспокоит какое-то чувство, нужно начать проживать его сильнее — довести его до максимума. Вы накладываете разные фреймы, через которые смотрите на отношения, меняете настройки того, как вы видите ситуацию. Это называют субмодальностями.

Когда вы доводите чувство до максимума, оно в какой-то момент накаляется и откатывается до минусового состояния, — вы перестаете его ощущать. Это происходит мгновенно.

Чем больше мы стремимся к пикам, перебарщиваем, делаем что-то через силу, тем «больнее» будет падение. И это нужно ожидать везде — в отношениях, чувствах, бизнесе и саморазвитии.

Как это бывает: вот вы потратили свой выходной на изучение английского языка — читали книги, делали упражнения, выучили 50 слов, устали и не занимались больше всю неделю до следующих выходных.

Можно перестараться в попытках улучшить физическую форму — слишком нагрузить себя в первую тренировку, чтобы потом было трудно даже встать с кровати.

Или как в детстве, если переучить стих, в какой-то момент можно перегрузить себя до такого состояния — 10 раз повторил без запинки и мгновенно все забыл. Была достигнута точка максимума и произошел «взрыв» — стих стерло из памяти.

### **Сменяемость**

Синусоидность хорошо иллюстрирует сменяемость. Это про то, что движение всегда изменчиво — идет вверх, а потом вниз, и так по кругу. Если у вас в отношениях начало все налаживается, то как бы вы не хотели, будет откат. Вопрос только насколько сильно и какая общая траектория движения. Если все было ужасно, движение в любом случае пойдет наверх.

Сменяемость — это еще про обучение и адаптацию. Обучение системы работает так, чтобы она становилась прочнее. Например, если у сотрудника постоянно улучшается положение в компании, то через какое-то время он перестанет стараться как раньше, посчитает, что это норма и станет хуже работать. Сменяемость того, как он себя ощущает на работе в том числе помогает ему двигаться вверх.

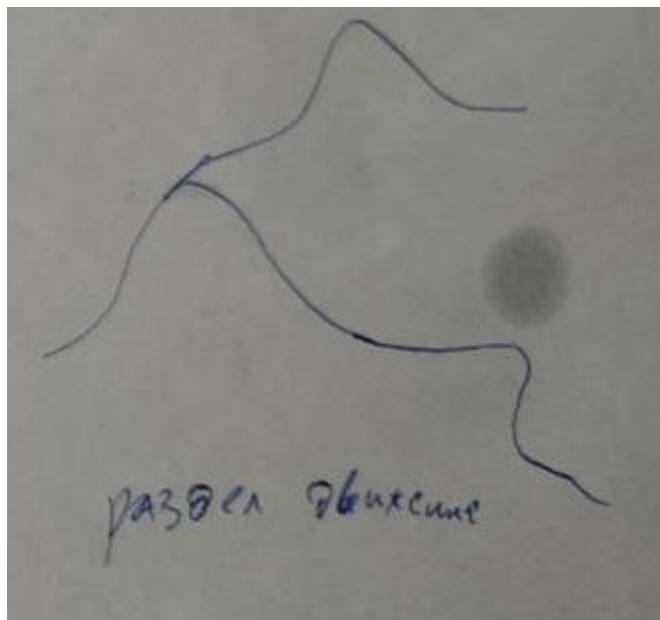
Существует феномен — мозгу нужен стресс в небольших дозах, чтобы работал эффективнее.

### **Фазовый переход**

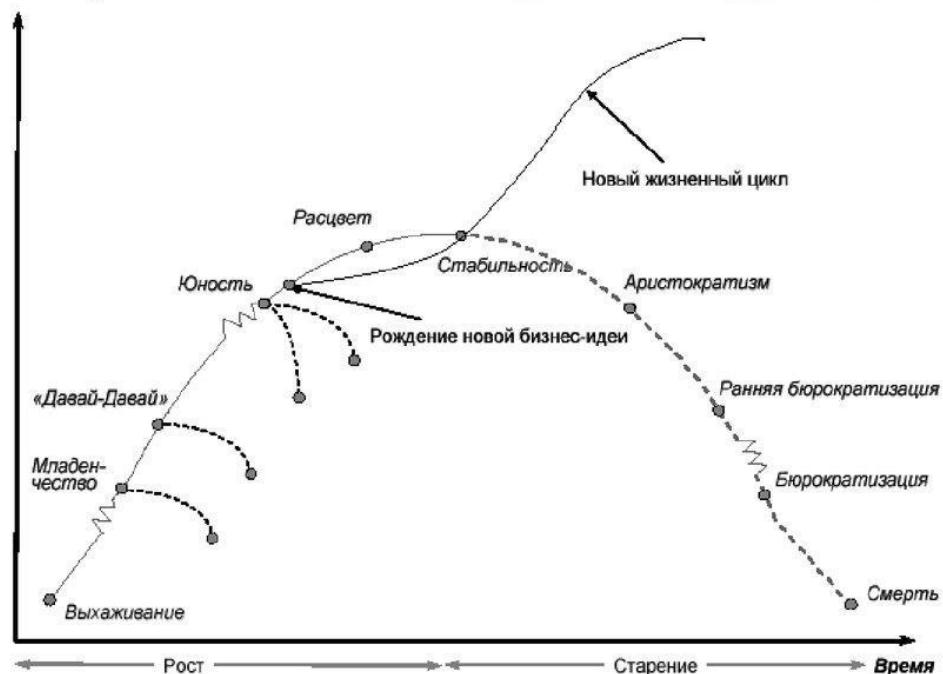
Движение идет по спирали. Оно похоже на круг, потому что колебания идут вверх и вниз, только по кругу. Если спираль перевести на график, то получится синусоида, где в какой-то момент она переходит на новый виток повыше. Вот вы движетесь и в какой-то момент получаете достаточное количество энергии,

опыта, какую-то критическую массу и переходите на другой уровень, продолжаете движение там.

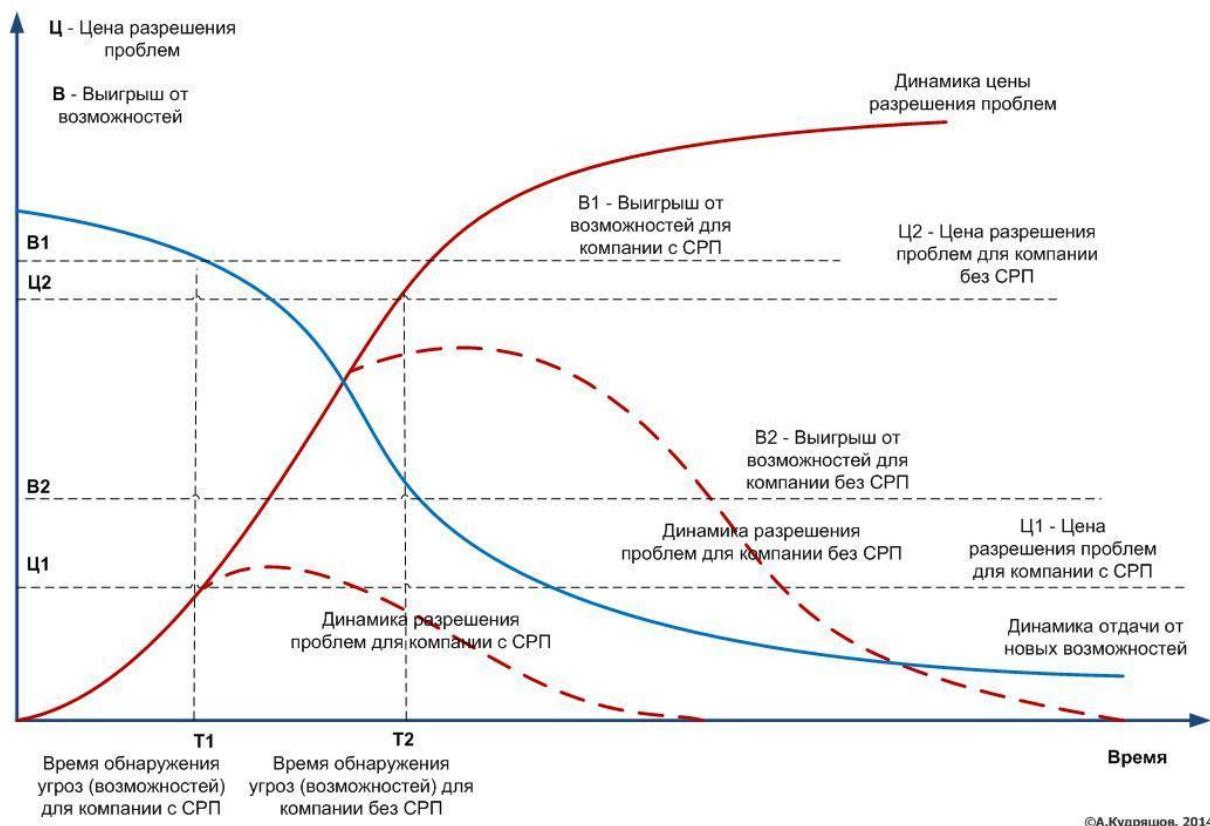
И у вас всегда есть выбор: либо спуск, либо следующий виток. Если вы набрали опыт, то переходите дальше, а если нет, то спускаетесь.



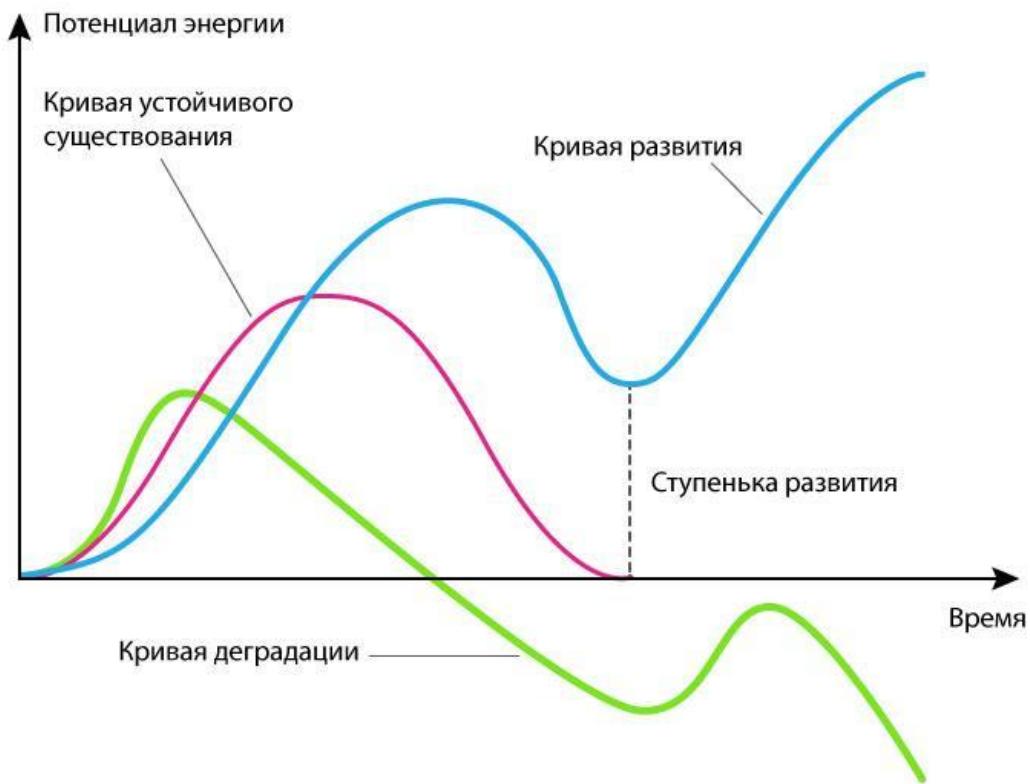
# Модель жизненного цикла организации Ицхака Адизеса



Разрешение проблем и использование возможностей в компаниях с системами раннего предупреждения (СРП) и без них



# Образ алгоритма процесса



Переход на новый уровень меняет саму систему: например, вы думали, что у всех людей добрые побуждения, потом осознали это. Эта мысль встроилась в вашу «прошивку», и это изменило всю систему, вы сейчас совершенно по-другому относитесь к миру, обратной дороги нет. Вы будете продолжать движение, только колебания будут на уровне вашего убеждения и понимания.

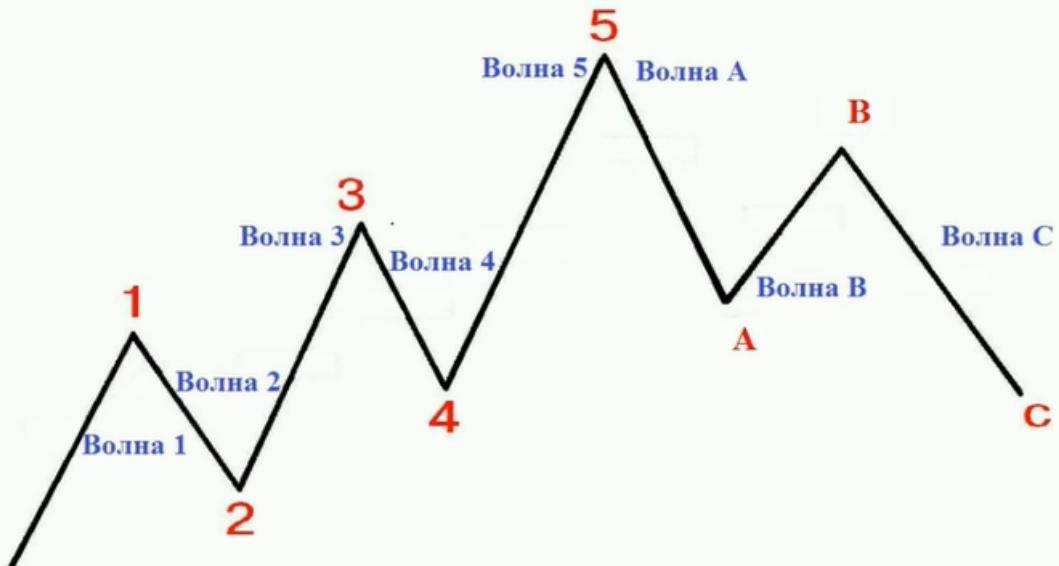
Переход на другой уровень — это когда вода стала льдом и все ее функции изменились. Компания из стартапа стала большой компанией. Отношения в первые несколько месяцев и брак — это абсолютно разные вещи. Все меняется, переходит на другой уровень.

Переход происходит постепенно, без прыжков. Если вы перепрыгиваете этапы, а система не готова — она откатится назад, никакого равновесия и никакого колебания около центра не будет.

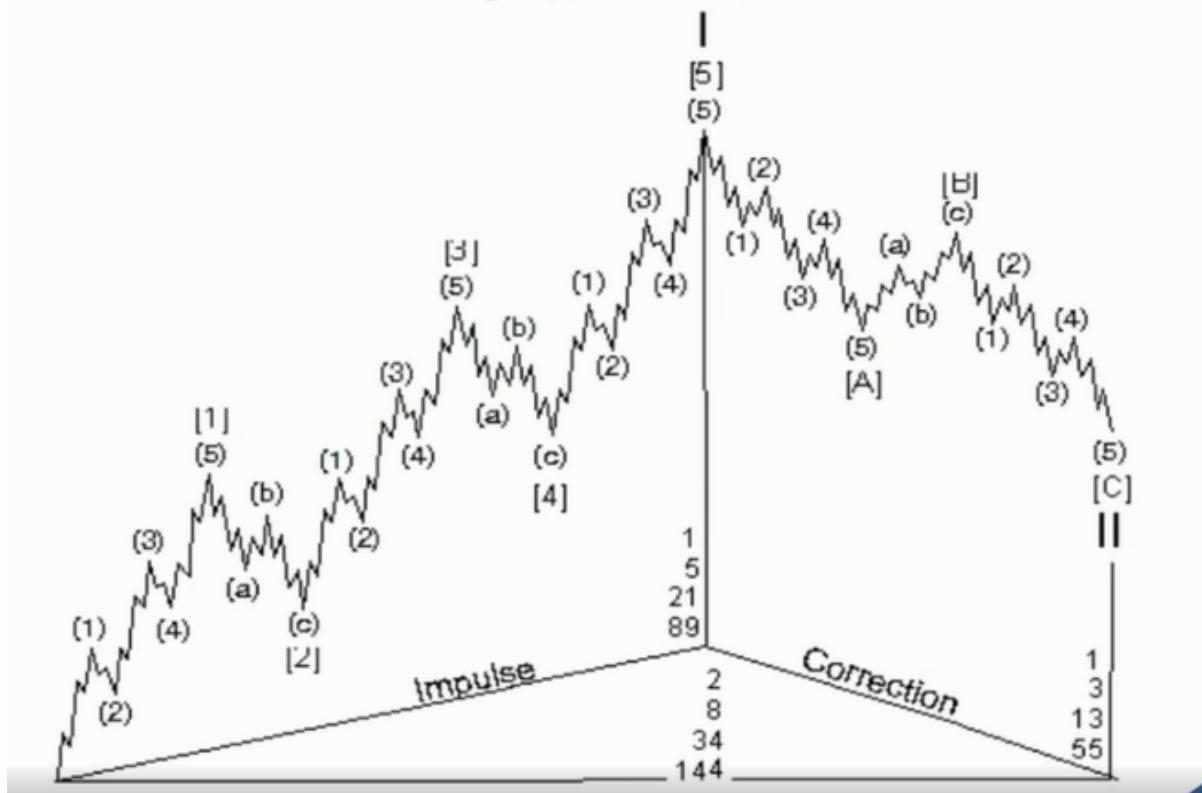
Равновесие — это когда вы перешли на этот уровень благодаря определенным убеждениям.

В трейдинге используют волновую модель Эллиота, которая нужна, чтобы спрогнозировать движение рынка — тренды — и вовремя совершать покупки и продажи.

## Структура волновой модели



## Волны внутри волн



Это фрактальная система, где видно что прямая на самом деле это колебания, а колебания находятся внутри колебания. И то же самое происходит у нас. Такой график можно построить относительно большинства процессов, они всегда фрактальны и движутся то вверх, то вниз с общим трендом.

Часто когда мы проходим пики и откатываемся до равновесной точки, происходит переход, изменение мышления. Поэтому равновесие — это еще одна важная, третья часть всей концепции.

## Равновесие

Равновесие — это позиция количественная с одной стороны, когда речь конкретных вещей, и качественная — с другой, когда говорим про ментальные вещи.

### *Количественное равновесие*

Чтобы природа существовала в равновесии, должно быть определенное количество охотников, хищников, травоядных. Если хищников будет слишком много, начнутся драки за кормовые территории, еды будет не хватать и популяции начнут вымирать.

В этом случае система уйдет с равновесной позиции и станет разрушаться. Это естественно. Но потом она поменяется, переформатируется в похожую систему, где будет все уравновешено по-новому.

У людей происходит все то же самое. У всех нас разнонаправленное мышление: кто-то рожден лидером, у других получается генерировать идеи и концепции, у третьих — их воплощать в жизнь. Если будет много лидеров, никто не будет работать. И наоборот — если будут одни рабочие, никто не сможет ими управлять, брать ответственность, принимать решения и тогда система тоже разрушится.

На самом деле не всем людям нужно быть лидерами, хоть эту идею активно нам навязывают. Мозг человека может быть заточен совсем под другое и он не раскроет свой потенциал, примеряя роль лидера.

Важно, что количественное равновесие уравновешивается с учетом сил или энергий каждого элемента. Например, 1 лидер по силе действия может влиять на 100 человек. Соответственно, если будет 2 лидера на это же количество человек, энергии будет слишком много и одному придется выйти из системы, чтобы она могла уравновесится.

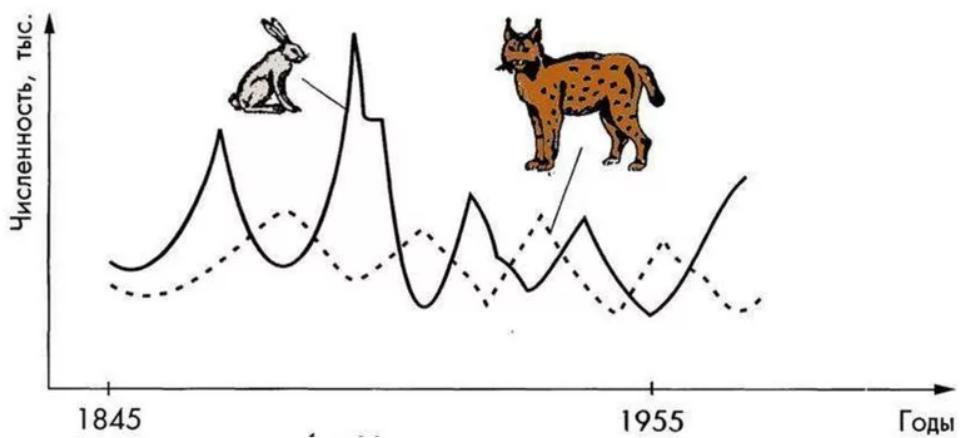
Но если группа или компания разрастается, то появляется необходимость в дополнительных управляющих элементах.

То же самое с хищниками и травоядными, так как если будет слишком много травоядных, нужно будет больше хищников чтобы их регулировать. И наоборот — если слишком много хищников, то должно рождаться больше травоядных..

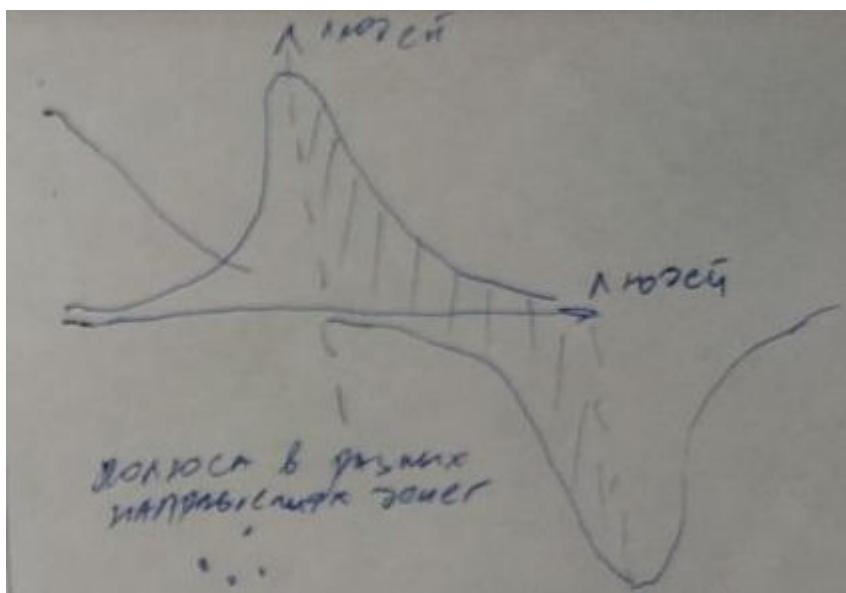
Количественное равновесие — про то, что система уравновешивается с помощью разных, разнонаправленных вещей.



### МОДЕЛЬ ЛОТКИ–ВОЛЬТЕРРА (по К. Вилли)



Чаще всего пики численности хищников меньше и несколько отстают от пики численности жертв. Бывают случаи, когда хищники полностью подавляют популяцию жертвы, а затем сами начинают деградировать.



### Двоякость

Это про ментальную равновесность, когда в одном и том же процессе должно быть две условно противоположные сущности: плохое и хорошее, качественное и некачественное, глупое и умное.

**Противоположности нужны.** Всегда есть супергерой и антагонист. Супергероя не будет без противника. Если нет плохих побуждений, не будет и хороших — герои не могут существовать, если нет злодеев, потому что от кого-то нужно спасать мир. Антагонист формирует героя, потому что создает проблемы и способствуем личностному росту. Поэтому противоположности создают систему, именно это ее движет.

**Взаимное развитие.** Когда одна сущность побуждает к прогрессу другую. Без откатов не может быть развития. Это важная штука для понимания того, как в принципе устроен мир и как на него смотреть, на что обращать внимание.

**Разность потенциалов для системы между черным и белым.** Чем больше разность верхней пиковой точки и нижней, тем больше потенциал движений. Если разность небольшая, то система ограничена и не может разогнаться. Когда есть сильный уход в сторону, обязательно будет сильный импульс, который вернет его назад.

Если у человека спокойный темперамент, размеренная жизнь и рассудительные поступки, то вряд ли от него можно ждать каких-то экстраординарных открытий и действий.

Когда человек получает психотравму, это может сильно повлиять на то, чтобы жить полноценной жизнью. Однако, травма может сублимироваться в творчество или даже прорабатываться через него. Поэтому часто успешные

музыканты и актеры — это люди с непростой судьбой. У них сильная энергия из-за потрясений и пережитых эмоций, и все это они могут выразить через песни и показать, вживвшись в роль.

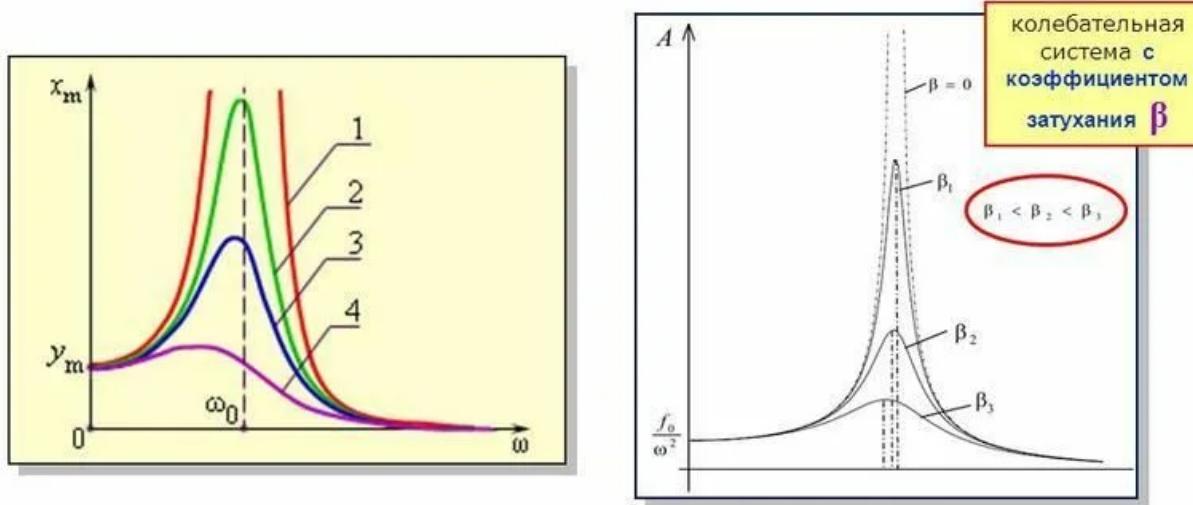
Конечно, не нужно создавать это умышленно ради наживы, в этом нет ничего хорошего для ментального здоровья. Да и не всегда предугадаешь, что произойдет дальше, получится ли с этим справиться и остаться в дамках.

Если на рынок выходит стартап, он приложит максимум усилий, чтобы вырваться вперед. То есть разность потенциалов с какой-нибудь большой компанией поможет ему вырасти. При этом их стремления уравновешиваются: у крупного бренда есть многое в виде закрепившейся позиции на рынке и стабильной выручки, но нет той энергии, стремления, креатива и нового видения, что бывает у стартапов.

### Центр

Представим график с центром и противоположными параметрами по разным сторонам.

## График резонанса



\*лучше нарисовать этот график\*

В центре параметры уравновешиваются: чем ближе к центру, тем элемент более развитый, самостоятельный и уравновешенный. Например, если человек логик-интроверт, ему нужен этик-экстраверт — полная противоположность. В таких отношениях оба партнера будут вести полноценную жизнь, развиваться личностно и профессионально, разделять взгляды и мировоззрение друг друга. На этом строится концепция дуальных взаимоотношений.

Если человек находится где-то в середине, то работать над собой ему нужно меньше, нет острой нужды во втором уравновешивающем элементе. Но такого стабильного состояния достигает редко кто — всегда есть, над чем работать и что совершенствовать. Так как ничто не стоит на месте, движение происходит постоянно. И нужна помочь со стороны, если вы отклонились от верного направления и потеряли баланс.

Если бы мы рисовали график эффективности, максимальная эффективность была бы в центре — это точка истины. Но в ней нельзя находиться слишком долго, его силу уравновешивают левая и правая часть.

По сути это состояние потока, замедление времени внутри этого места, состояние мастерства и нирваны. Если вы знакомы с практиками, то знаете что бывает состояние очень заряженное, в котором нельзя медитировать, когда надо успокоиться, расслабиться, а бывает другая крайность — тотальное расслабление, когда можно уснуть. Идеал — центральное, балансное состояние, именно там в равновесие входят сознание и подсознание.

Когда вы в состоянии транса и находитесь близко к центру со стороны подсознания, то вы можете не помнить, например, как вообще провели время в медитации. Если же перекос будет в сторону сознания, будет излишний контроль.

Позиция центра — идеальное состояние, это нирвана. Большинство людей, когда испытывают транс, не понимают этого, но чувствуют, что выкидывает очень высоко. И в этот момент можно перейти в состояние нирваны. А оно кардинально отличается от всего того, что может ощущать человек в обычной жизни.

Это сильная разность потенциалов. Ощущается высокий скачок, он обычно не длится долго и там сложно удержаться. В негативе и в позитиве можно находиться долго, а вот из центра выкидывает быстро.

Даже если человек в депрессии, это не значит, что он 24/7 думает о негативе. Он может сходить на стенап-концерт любимого комика, насладиться шутками и посмеяться от души. Бывают позитивные и нейтральные периоды. Но в целом тренд нисходящий, потому что много деструктивных мыслей и убеждений.

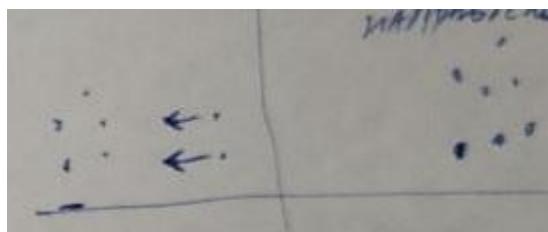
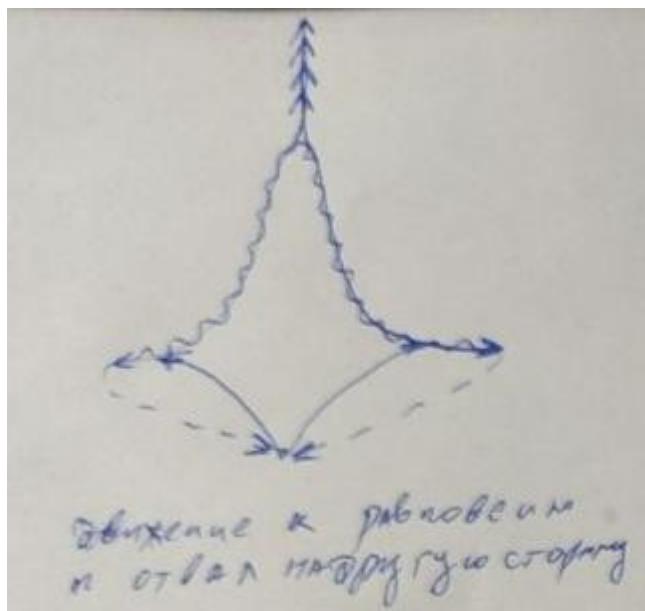
Противоположное состояние — эйфория, где человек ощущает только позитив и прилив сил. Середина же длится не сильно долго, но она максимально энергетическая, свободная. Это и есть состояние нирваны, ощущение всего мира сразу.

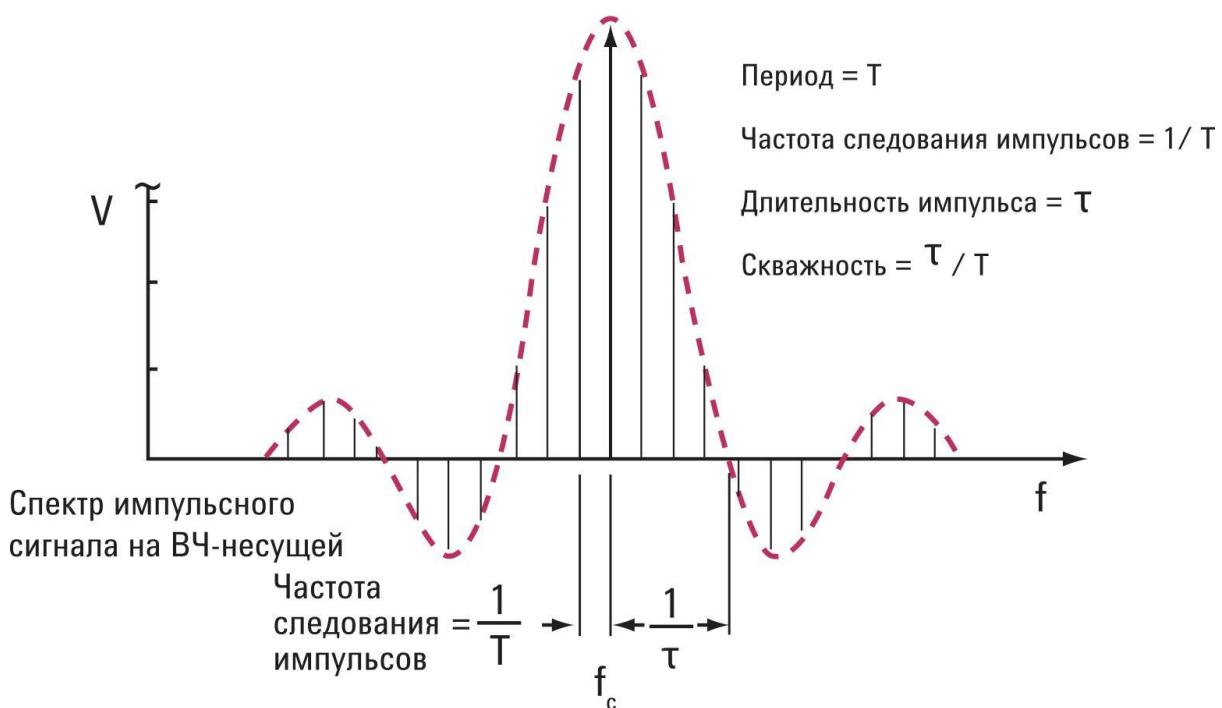
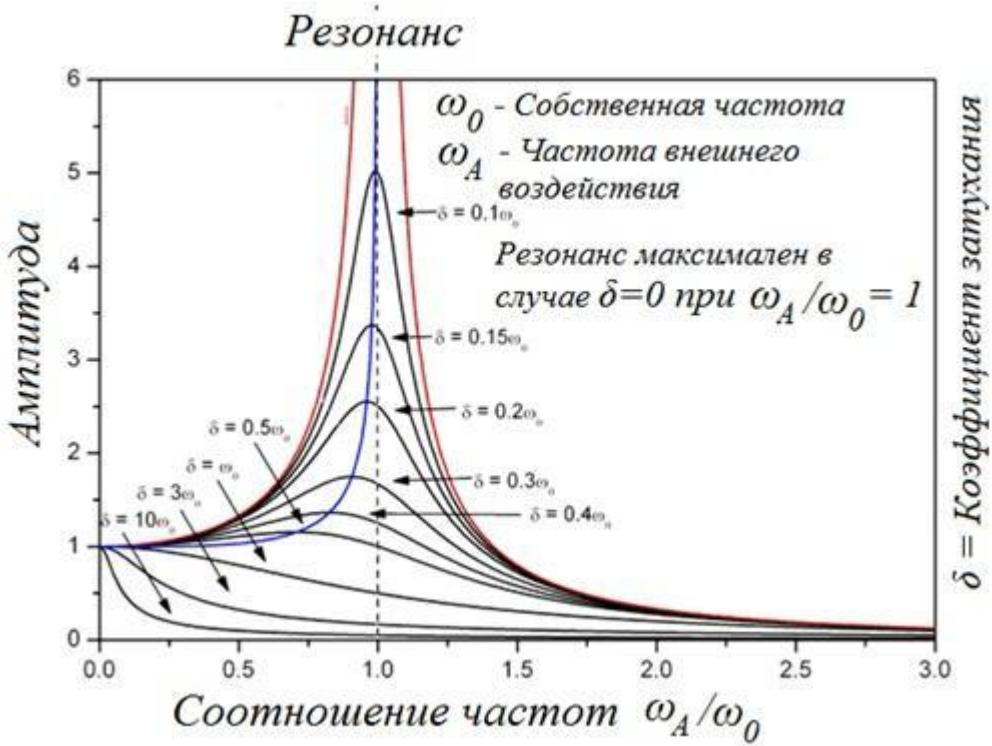
Равновесие — это когда вы чувствуете божественное начало и всемогущество, но вместе с этим нет стремления кому-то навредить, воспользоваться

положением. Это просто сильная позиция, когда мозг решает практически любые задачи. Он соединяется со всей системой и становится чем-то большим.

Это позиция мастера. А мастер не кричит о своей сущности и силе, он просто знает свои способности и не пытается их продемонстрировать всему миру. Человек, который много рассказывает о своей жизни и заслугах, скорее всего, просто создает картинку, но не имеет внутреннего равновесия.

Звезды часто показывают только успешную сторону своей жизни, чем создают разность потенциалов, которую нужно уравновесить. А мастер, он не будет куда-то вылезать, он не будет гипертрофировать, и он не будет так же отрекаться полностью от мира, то есть он должен находиться и там, и там, он должен получать информацию с обоих полюсов, чтобы стать мастером, находится в центре равновесном состоянии.



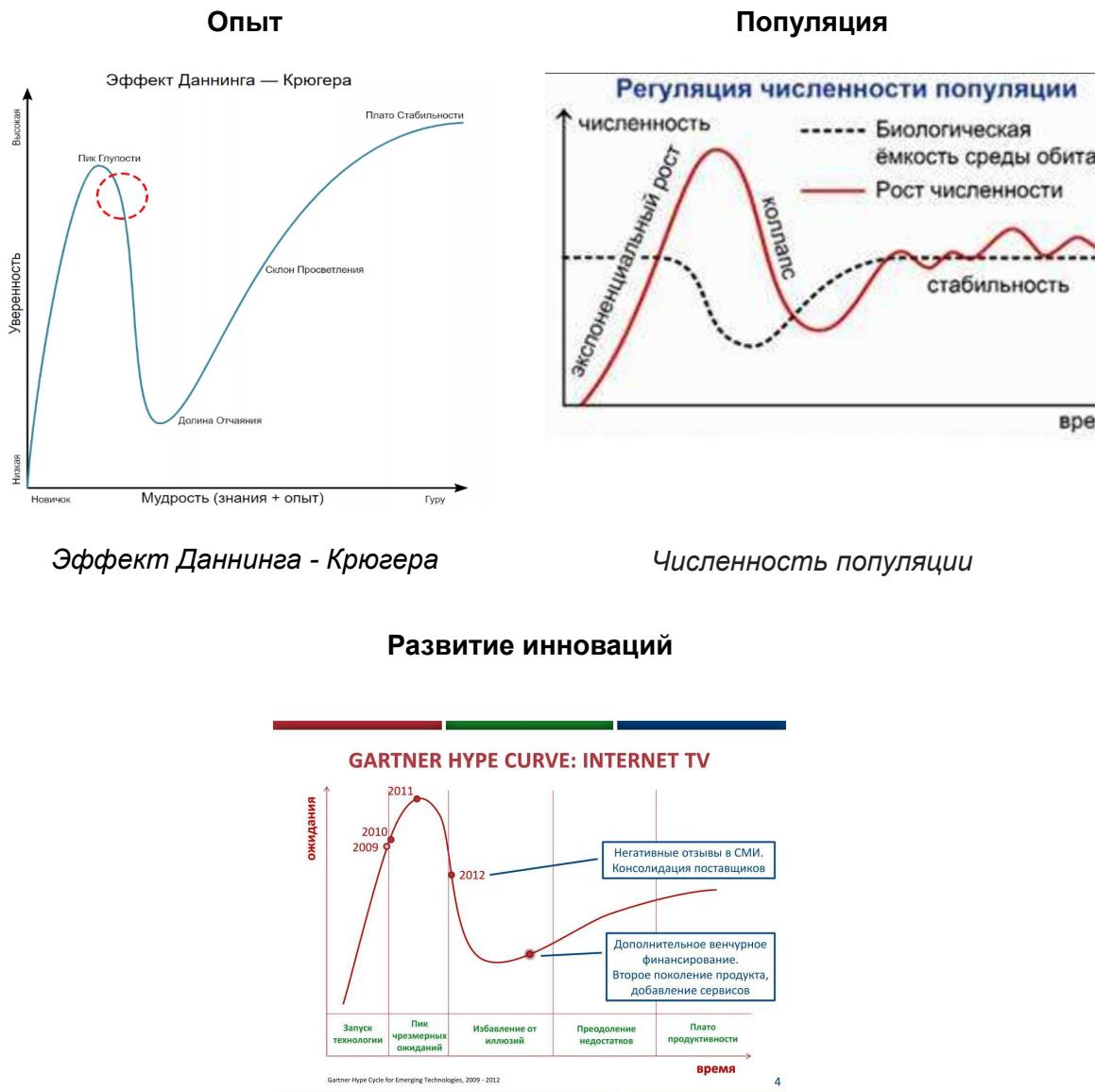


И вот состояние потока, это то же самое, когда мы по синусоиде двигаемся наверх и находимся в самом верху. — в максимальной точке. Там можно задержаться и получить огромную силу, энергию, но нужно учесть все составляющие. Когда ты на вершине, левая и правая часть графика совмещаются. Именно в этом равновесии и случается прорыв.

Завершение

Это основные фреймы философии. Через каждый можно провести любой процесс и понять, на каком уровне вы сейчас находитесь. Так можно проанализировать любой тренд, понять, что с ним происходит и как он отразится на будущем.

Сравните эти три графика развития разных систем. Оцените насколько похожи они по структуре, это и есть фрактальность, которая видна в колебаниях, а графики эти описывают совершенно разные вещи - кривую развития опыта, кривую развития инновация и кривую регуляции численности популяции. По этим примерам видно, что в нашем мире гораздо больше схожих вещей и взаимосвязей, чем нам кажется на первый взгляд.



## *Кривая Гартнера*

Если у вас есть вопрос, над которым вы думаете, качественно его понять помогут 3 системы — фрактальность, колебание и равновесие. И как только вы его проведете по всем этим фреймам, он врежется в вашу «прошивку». Вы начнете видеть мир через этот процесс, и он уже станет вашим. Вам не нужно будет каждый раз погружаться в системы, как в первый, они интегрируются в вашу жизнь, после чего вы сможете быстрее находить решения, понимать всю систему и создавать новые идеи.

### Вопросы и упражнения

1. Фрактальность повсюду: то, как бактерии формируют колонии, похоже на урбанизацию городов. Используя интернет и другие источники, найдите, по какому именно принципу бактерии заселяют новую местность и почему это так похоже с переселением людей в большие города?
2. Нет движения — нет жизни. Например, акулы всю свою жизнь проводят в движении, а остановка грозит им удушьем. Так как кислород через воду они получают только во время движения. Найдите 2 похожих примера, где для существования необходимо движение, и 2 примера, когда животные могут жить с минимальной активности. За счет чего в таком случае им удается поддерживать жизнедеятельность? В чем сходство с тибетскими монахами, которые могут войти в транс длиною в несколько десятилетий?
3. Мы часто стремимся к балансу. Одна из частых ситуаций: если у вас жесткий характер, то вам может быть комфортно общаться с более «мягким» и этичным человеком. Иногда уравновешивать может не человек, а внешние обстоятельства — факторов много. Проанализируйте свое окружение: с кем вам бывает скучно, с кем весело и комфортно, а от кого хочется бежать не оглядываясь? Если мы чувствуем дискомфорт, значит, наше естество вступает в конфликт с другим. И мы отдаляемся от баланса. Или если же вы похожи по характеру, то что позволяет существовать вам в балансе?

# Как с этим работать на практике

Мы разобрали 3 принципа — фрактальность, колебание и равновесие. Все это складывается в одну модель мышления. Теперь выясним, по какой схеме с ней работать.

Ищем **фрактальную метафору**. Вспомните что-то похожее на вашу ситуацию, то, что вы встречали в инфополе, окружающем мире или в прошлом.

Метафорическое мышление яркое, емкое и требует немного места для «хранения». Из-за этого нам легко, блуждая по нашим дворцам памяти, вспомнить о любой вещи — что это и как оно устроено.

**Смотрим на микро- и макроколебания:** куда идет тренд, на каком уровне развития находится сущность, насколько процесс изучен, точен и понятен, как далеко находится от максимальных и минимальных точек.

**Анализируем равновесие.** Что есть идеальное положение, какие левая и правая части. Какие есть противоречия и что может развить систему.

## Вопросы и упражнения

1. Проанализируйте ситуацию по трехэтапной модели мышления:

Ситуация	Шаг №1: Фрактальность	Шаг №2: Колебание	Шаг №3: Равновесие
<p><i>«Меня не устраивает мое окружение: неожиданно у всех изменились взгляды на жизнь, стало труднее находить общий язык. Иногда доходит до конфликтов и ссор.»</i></p>	<p>Проанализируйте, на чем вы сходитесь со своим окружением, а из-за чего возникают конфликтные ситуации. Найдите фрактальные примеры в семье, на работе, в политике. Оцените качество отношений с разными людьми вашего окружения.</p>	<p>Конфликты — это точки максимума. И они не случаются неожиданно, а скорее имеют накопительный эффект. Нарисуйте простой график, обозначьте крайними точками состояние идиллии и на противоположной оси — точку конфликтов. Отобразите промежуточные этапы отношений, которые находятся между крайностями. Вспомните все такие циклы и отобразите их, чтобы проследить динамику.</p>	<p>Кто вас уравновешивает, а кто наоборот — выводит из баланса? Какой тренд у отношений и как часто он меняется? Переходят ли отношения на новый уровень и что это за уровень: развитие или деградация?</p>

		Вспомните, что запускало каждый цикл, что было отправной точкой, какие события укрепляли направление и что послужило последней каплей.	
--	--	--	--

2. Возьмите ситуацию, которая беспокоит вас и попробуйте разобрать ее по этой же схеме.

## Почему так сложно доносить свои мысли

Люди, знающие одно и то же, не равны в своих знаниях. Если я, как обыватель, знаю что-то про когнитивно-поведенческую психологию, это не то же самое, что знает доцент кафедры психотерапии. У каждого разная глубина понимания. Даже люди, прочитавшие одну и ту же книгу, усваивают разный процент информации — один всего 2%, а другой — 50%. Это нужно понимать, когда вы чему-то обучаетесь и обучаете.

Другая проблема: каждый по-разному осознает информацию. Если человек согласился с вашими мыслями, это еще не значит, что он их понимает, как вы. У всех разный жизненный опыт. Представьте мир, где каждый бы носил очки с линзами определенного цвета. У одного синие, у другого желтые. Каждый видел бы мир в своем цвете.

Опыт — это наши «линзы». Через него мы воспринимаем новые мысли и из-за него мы по-разному понимаем такие простые вещи как любовь, свободу, верность и т.д. Поэтому в этой книге я рассуждаю, возможно ли донести мысли так, чтобы человек их понял точь-в-точь как вы, и как это сделать.

Философия — эта одна из самых важнейших частей. Если человек знает практику, но не знает теории — это не мастер, так как внутри нет зерна. Процесс трансформации в мастера обязательно идет через теорию и философию.

Мир движется колебаниями. Это прослеживается и в отношении к обучению. Раньше в институтах много теоретизировали и вскоре пришли к мнению, что это плохо — никто ничего не знает и не понимает. Ты отучился в институте, а работать не можешь, потому что на практике все иначе. Ведь теория — практика, запечатленная в какой-то момент времени, но наша жизнь и реалии меняются каждый день, поэтому все знания надо актуализировать.

Сейчас колебание пошло в другую сторону. Теперь люди говорят: не обязательно зубрить тонны информации, нужно просто больше практиковаться. Обучать должны практикующие люди, например, бизнесмен — бизнесу.

Правильный ли это подход? Не совсем. Успешный бизнес — не всегда заслуга одного человека. Можно познакомиться с нужными людьми или нанять команду профессионалов. Поэтому к советы «практиков» стоит анализировать — можно ли их применить к себе, стоит ли доверять авторитету спикера и его заслугам.

Например, человек учит вас, как быть счастливым. Но в его понимании, счастье — крепкая семья и счастливый брак, а в вашем — например, получить оффер на позицию топ-менеджера в международной компании. В одно и то же понятие люди вкладывают разные смыслы.

Перекос в сторону практики или теории — это упущение. Человек, который изучает только теорию, не может полноценно обучить, потому что знает лишь общие принципы, которые работают в стандартных или идеальных условиях. Теоретик не знает большинство нюансов и сложностей, поэтому не сможет дать качественной подготовки.

Практик не знает большинства основ, и поэтому он тоже не может быть мастером. Мастерство приходит только в симбиозе между практикой и теорией, когда положение близко к равновесию.

То, как развивалось образование, — это отличная демонстрация колебания. Прошел культ теории, отходит эра практики. Вероятно, эти крайние положения будут меняться поочередно, но в конечном счете, маятник займет равновесное положение посередине. Тогда обучать начнут практике и теории одновременно, и это будет одинаково важно для обучающихся.

Вот мы дошли и до двойности, которую обсуждали раньше. По сути теория и практика — это противоположные и необходимые друг другу вещи. Сейчас эффективные методики работают по схеме: 20% теории и 80% практики.

На самом деле теории должно быть больше, и она должна быть более глубокой, проработанной, чтобы научиться смотреть на разные процессы в перспективе.

Практика дает правила игры. Вы понимаете как все работает в моменте, нарабатываете мышечную память. Но не представляете, что будет происходить дальше. Если вы усвоили теорию через практику, вы можете предвидеть будущее развитие системы, если нет — то вы просто практик, специалист, но не более того.

Уровень профессионала — когда вы к практике добавляете базовые знания, общие принципы и правила, которые, кстати, не статичны и тоже могут

меняться. Здесь вы можете сами адаптировать подход, комбинировать принципы и менять правила игры. Так вы сможете перейти на уровень мастера.

Мастер находится на вершине иерархии. Он осознает базу и понимает важность теории. Зная основы, можно научиться ими умело манипулировать, так как они встраиваются в «прошивку». Включается интуитивное мышление, и человек не использует знания, он живет ими.

## Теория обучения и НЛП

Как я уже говорил, раньше все сильно опиралось на теорию. Потом стиль обучения трансформировался и заговорили о 80% практики и 20% теории. Первыми этот подход стали пропагандировать практики на курсах по НЛП. Потом его стали внедрять и в классические образовательные курсы.

По сравнению с прошлым подходом, когда делали упор на теорию, этот был глотком свежего воздуха. Но сейчас видно и его минусы: 20% теории — это мало. Однако, если на этой ¼ акцентируют внимание и вовлекают в нее, то это может дать хороший результат в комбинации с практикой.

Теория — это база и она должна объяснять, что будет происходить дальше, доносить смысл и создавать ментальную чашу, в которую будет «окунаться» практика, тем самым закрепляя теорию.

Успешнее всех этот подход получилось реализовать у НЛП-практиков: пока люди практикуются, им объясняют, как происходящее связано с философскими ответвлениями и постулатами. С такого обучения люди выносят гораздо больше, чем с классических курсов. Происходит погружение в разные состояния и эмоции за счет обращения к личному опыту, люди прокачивают себя и становятся разносторонними личностями. Однако понимания как именно все происходит нет. Появляется риск стать «заложником» таких курсов, так как всегда будет нужда в мастере, в том, кто понимает больше и может все объяснить.

В НЛП существуют общие законы, которые называются пресуппозициями. Одна из основных звучит как «карта — не есть территория». То есть то, как мы воспринимаем реальность, не тождественно реальности. У нас в голове своя «карта» реальности и передать ее другому человеку в неизменном виде крайне сложно. Ведь когда мы что-то объясняем другому, он «рисует свою карту» согласно своим представлениям о мире.

Люди понимают и осознают одни и те же фильмы, книги, мысли по-разному. Ситуация улучшается, если объяснять на примерах, — тогда люди начинают понимать, но они не проживают эту историю.

Как и после курсов люди выходят в мир с новыми убеждениями, которые долго не задерживаются в голове. Они держатся, пока свежо впечатление об обучении, но в подсознание оно не оседает. И через какое-то время состояние откатывает обратно.

Но если вы владеете методиками НЛП и ни «вшиты» в подсознание, вы сможете контролировать свой организм, реакции и эмоции. Если вас что-то выведет из равновесия, то вы успокоитесь в моменте.

Например, вас на работе вывел из себя коллега. Но вы не ходите с этим состоянием целый день, а сразу используете технику и продолжаете работать дальше — эмоции не отвлекают от дел.

Если вы уже неплохо знаете НЛП и активно его используете, то можете предупреждать стрессовые ситуации — создать паттерн поведения, чтобы понимать, как действовать, если на вас вас эмоционально давят. Так вы не будете поддаваться эмоциям и обретете контроль над собой. На постоянной основе можно избавиться от негативных последствий эмоций, когда не можете собраться с мыслями, конструктивно вести диалог, не повышать голос и т.д.

Если человек владеет практиками и они у него в прошивке, то он автоматом не допускает большинство неприятных ситуаций. Когда вы ментально готовы, вы изначально по-другому смотрите на мир. Картина мира в этом случае меняется не по кусочкам, а целыми пластами.

Эффективное обучение — когда база интегрирована в организм. Только так при симбиозе с практикой получится достигнуть мастерства. Сами по себе теория и практика находятся по краям от «центра», и чтобы прийти в положение равновесия, нужно усвоить и то, и другое, чтобы практика всегда опиралась на базу.

## Фрактальность в жизни

Фрактальность — это почва для понимания остальных принципов. Поэтому начнем с нее.

Фрактал, о котором каждый слышал с детства, — «бог создал нас по своему образу и подобию». Все, что создано по подобию бога, такое же, как и он. Конечно, здесь имеется в виду не внешнее подобие, а схожесть принципов. Действительно, все что нас окружает, по большей части создано по определенному подобию частиц, материи и веществ.

Мы можем оценивать мир через подобие и различие. Это две стороны одной медали, которые создают равновесие. Наш мозг учится через подобие: видит взаимосвязь, ищет в окружающем мире то, что он уже видел.

Мы не можем бесконечно усваивать новую информацию. Все новое мы неосознанно сравниваем с уже изученным, чтобы упростить себе задачу. Есть методика, когда исходят от обратного — ищут различия. Это развивает мозг, но не совсем естественно, поэтому мы затрачиваем больше усилий при таком подходе.

Легче всего учить мозг через схожесть — фрактальность процессов, так как все основано примерно на одних и тех же законах и принципах. Различия есть, но они не столь значительны для всей системы.

Большинство существ не может жить под давлением, которое есть на глубине океана. Если человек окажется на глубине, его раздавит. Тем не менее жизнь на глубине есть — она приспособлена под эту среду и не смогла бы выжить в нашей.

Тут работают принципы равновесия и противоположности: если есть хрупкие существа, то в противовес им есть и те, кто физически приспособлен к жизни под давлением. Они эволюционировали в другой среде, которая требовала равновесия. Но созданы все из одних и тех же молекул и атомов.

При должных технологиях мы могли бы найти сходства и в квантовом мире. На этом уровне другая скорость процессов и время течет иначе, но вероятно встречаются похожие принципы.

Выражение «Бог создал нас по своему образу и подобию» — это про то, что в мире все похоже, создано и функционирует по схожим принципам.

Мы уже знакомились с принципами окружающего мира и моделью мышления, теперь разберемся, из чего они состоят и как действуют на практике.

## **Часть-целое**

Целое всегда бьется на части и более мелкие структуры. Эти элементы функционируют на своем уровне и взаимосвязаны друг с другом — все это живет в синергии. Планеты, организмы, компании, структуры — все это части единого целого, которые существуют по похожим принципам.

## **Природность**

В системе есть все, что нам нужно. Все, что мы можем создать, изобрести, уже существует в нашем мире. Это шаблоны и паттерны, которые мы будем использовать для создания чего-то нового. Придумать то, что мы не видели и

не слышали, невозможно. Достаточно взять готовый фрактал, переосмыслить его и перенести в другую среду.

Это не воровство. Шаблоны и фракталы использовали все, кого мы называем первооткрывателями и новаторами. Творить можно и нужно, я лишь предлагаю смотреть на это под другим углом.

### **Системы имеют все, что нужно**

Все, что нужно, у нас под рукой. Нужно проанализировать среду вокруг себя, возможности и предложения, а когда найдете, «скрестить» с другим явлением или процессом и адаптировать под свою сферу.

### **Все ресурсы есть внутри**

Внутри нас существует целая вселенная, разнообразный мир бактерий, клетки, строящие из атомов, молекул и электронов. И все это фрактал внешнего мира. Изучив то, что живет внутри, можно понять, что находится снаружи. Это не доказанная теорема, а фреймы мышления, через которые проще понимать окружающий мир.

### **Отражение**

Человек — не отдельная единица и не может комфортно существовать в одиночестве. Мы рождены в социуме и наш мозг устроен так, что для здоровой психики необходимо с кем-то вести диалог. Подойдет даже общение с самим собой.

Даже заключенным, которые сидят в одиночной камере, разрешено читать книги, слушать радио, и смотреть фильмы в отведенное время. Они не остаются в полном одиночестве, а ведут диалог внутри и размышляют над информацией.

Монахи, которые живут в изоляции и держат обет молчания, могут в любой момент обратиться к богу и поговорить с ним.

Это парадокс: с одной стороны, мы не можем без общения, с другой — внутри нас есть все ресурсы, чтобы ни в ком не нуждаться.

Общение с людьми и полная изоляция — это две крайности, противоположности. Пресыщение любой из них плохо отражается на психике, поэтому нужно соблюдать баланс.

### **Связь**

Мы, как элементы, связаны со всем, что происходит в мире: наши изменения отражаются на окружающем мире, и наоборот — окружающий мир отражается на нас.

Кроме этой связи все вокруг создает и получает обратную связь. Если вы что-то делаете, мир на это реагирует и отправляет обратно вашу реакцию. Например, часто из-за непонимания у нас возникает взаимная неприязнь с каким-то человеком.

Это работает так: к примеру вы пришли на свидание, видите, что человек ведет себя отстраненно или раздраженно. Вам это не нравится и вы начинаете испытывать антипатию, так как принимаете такое поведение на свой счет. Но не знаете, что это следствие недосыпа и стрессовой работы. На подсознании собеседник чувствует от вас напряжение, недовольство и зеркалит вашу реакцией — вы его тоже начинаете раздражать. Каждый думает о другом плохо, но всегда есть первый, кто запускает реакцию.

С одной стороны, если вы транслируете негатив, то его же и получаете. С другой — если вы отдаете негатив, то будете искать его же вокруг.

Вот на чем построен принцип визуализации — исполнение мечт, за счет того, что вы о чем-то думаете. Вокруг вас есть огромное количество возможностей: кто-то обладает навыками, которые вам полезны, знакомствами, которые вам нужны. Тысяча разных возможностей вокруг. Успешный человек — тот, кто умеет эти возможности увидеть и использовать.

Когда вы начинаете что-то визуализировать, вы настраиваете мозг на то, чтобы вычленять определенную информацию. Ведь мозгу нужно сообщать, что искать. Негативные мысли — сигнал мозгу, чтобы тот искали негатив. Если же настроиться на возможности, то вы их увидите вокруг.

Понятно, что вся эта история работает при многих «если». Во-первых, визуализировать нужно по принципу «сделал запрос и отпустил». Если вы уделяете чему-то слишком много внимания вплоть до фанатизма, мозг воспринимает это как опасность, будто вы сходите с ума и вас надо защитить. На этой почве он откажется работать на визуализацию, а будет скорее сопротивляться.

Если для вас цель — это не заветная мечта, а вполне достижимая реальность, которой вы не придаете особого значения, то и достигнуть ее получится проще.

Это не магия, а реальный алгоритм для достижения желаемого.

Мы коснулись всех частей фрактальности, теперь разберем каждую подробнее.

## Бизнес

Бизнес похож на организм. Если мы посмотрим на то, как работают органы, взаимодействуют бактерии, клетки, как устроена вся система, мы можем найти способ, как управлять всем организмом, а следовательно и всем бизнесом.

Человек — часть системы вокруг. А система — такая же, как человек. В компаниях всегда есть иерархия и определенная система управления. Она одновременно похожа на управление государством, муравейником у муравьев и на иерархию пчелиных ульев. Там всегда есть часть рабочих, творцов, исследователей, управляемцев, воинов и т.д.

Есть компании, которые утверждают, что нанимают только профессионалов и считают, что в этом секрет успеха и единственный правильный вариант. Так, например, делал Netflix. По факту, это посыл для единиц. Ведь где взять столько профессионалов? Их ограниченное количество, около 5%. И как правило они уже работают в крупных корпорациях. Но это не значит, что малому и среднему бизнесу нужно закрываться, а стартапам даже не начинать.

А все потому что глобально такой подход противоречит общим принципам эволюции и управления. В 95% компаний работают сотрудники разного уровня и только некоторые из них являются настоящими профессионалами. Согласно профессиональному распределяются обязанности и зоны ответственности, поэтому все работает и ничего не ломается.

Но если есть такие компании, более-менее сбалансированные, должны быть и те, кто находится по другую сторону графика равновесия. Их меньше, но они существуют — там все сотрудники либо профи, либо наоборот — дилетанты. Это просто закономерность разнообразия системы и в ней должны быть разные элементы.

## **Отношения**

С одной стороны вам не нужен никто для того, чтобы жить. Все ваши мысли, успехи или неудачи в голове. Вам не нужны другие люди, для того чтобы общаться. С другой стороны, без общества человек не выживает. Мы существа социальные, должны жить в системе, и нам необходимы другие люди, чтобы видеть в них свое отражение. Нам нужно через кого-то смотреть на мир.

## **Здоровье**

Все, чем можно лечиться, уже есть внутри. У нас есть все необходимые клетки, функции для того, чтобы вылечить что угодно, кроме, пули в голову. То есть любое лечение, какие-то новые методы, это отражение того что уже используется в нашем организме, либо в каких-то других.

## **Развитие**

В детстве мы учимся интенсивнее всего, поэтому и дни летят так долго, ведь мозг постоянно загружен новой информацией. С возрастом все наработанные знания и навыки теряются. У нас изначально есть природное чутье, как развиваться. Мы начинаем играть, фантазировать, создавать ассоциации, спрашивать, интересоваться и это лучшее обучение.

В первые годы жизни у детей главная задача — обучиться и адаптироваться к миру, поэтому они делают это лучше всего. Хорошая память и мышление у нас с детства. И это не потому, что в голове мало информации, а потому что мы неосознанно с интересом подходим к любому обучению. У нас есть энергия, мотивация и интерес узнать новое, и обычно это происходит в игровой форме.

Если нам дается что-то легко, мы не относимся к этому, как к достижению, скорее, как к чему-то привычному. Поэтому часто не развиваемся в этом, а ищем то, что будет вызывать в нас интерес.

При этом мы не выдерживаем долго то, что дается тяжело. Если мы не будем получать удовлетворение и желаемый результат, у нас иссякнет мотивация и мы забросим это дело. Нужно ставить цели, которые даются не слишком легко, но и не слишком сложно, иначе эффективность обучения упадет в разы.

Дети часто видят в «серьезной» информации что-то знакомое — образы из любимых мультиков или компьютерных игр, придумывают истории, насыщают информацию образами. Такие ассоциации запоминаются на всю жизнь. По этому принципу строятся все мнемотехники, во время их исполнения работает ассоциативная память и она эффективнее бездумной зурбажки.

В детстве мы не боимся быть креативными. Сохраняем мы это или теряем, зависит от дальнейшего образования. Многое зависит от подхода, который выбирают педагоги. И эти подходы сильно разнятся. Кто-то выступает за жесткую дисциплину и зурбажку, чтобы «от зубов отскакивало». Но это совсем не эффективно.

Самые малоэффективные способы усвоения информации — это как раз рецептивные, то есть когда мы слушаем лекцию, читаем, смотрим видео со звуковым сопровождением. И наоборот самые эффективные — продуктивные, когда мы вступаем в дискуссию по теме, практикуемся и обучаем других. Обучая других, мы усваиваем до 90% информации.

# ПИРАМИДА ОБУЧЕНИЯ



В основном, наше образование на разных ступенях обучения устроено так, что мы начинаем с малоэффективного способа и заканчиваем дискуссией и практикой. И это обосновано. Нельзя сразу перескочить на ступень обучения других. Ведь мы должны сперва где-то увидеть или услышать информацию.

Но все же до обучения других практически никогда не доходит. Только если это не обучение, в основе которого лежит свободная педагогика. В такой системе есть и разновозрастные ученики и формат, когда старшие обучаются младших, то есть становятся им менторами.

Но то, что может использовать каждый, чтобы вдохнуть жизнь в обучение, повысить вовлеченность и усваиваемость материала — использовать игровые методики или геймификацию.

Помочь развитию и облегчить нам жизнь может и подсознание. Многие называют его интуицией. Взаимодействуя с другими людьми, подсознание считывает их сигналы бессознательного, даже если они хотят замаскировать их. Поэтому нам иногда бывает жутко находиться рядом с человеком, который производит впечатление дружелюбного и неконфликтного — на деле он может

оказаться манипулятором и наше тело реагирует на опасность. Так мы можем считывать болезни, о которых не знает даже сам носитель, ложь и правду, истинное состояние и намерения.

Но не все так просто. Мы не можем управлять бессознательным. Если мы получили психологическую травму, она оседает глубоко — отсюда и панические атаки, которые могут возникать, казалось бы, без причины. Мы не можем контролировать их появление, может только докопаться со специалистом до причины и устраниить ее.

Также у бессознательного есть защитная функция — оно защищает сознание от перегрузок и сильного стресса. Поэтому достучаться до него не так просто.

Оттуда можно черпать ответы, но не на всё и не всегда, иначе у нас не будет развития и система развалится. Поэтому стопоры у подсознания при передачи информации в сознание — это нормально. Благодаря этому мы можем развиваться не стихийно, прыжками, а постепенно, более естественно.

Тем не менее, ответы от подсознания получать можно. Например, только по запаху можно определить рак у человека. Когда мы болеем, у нас меняется и запах. Его может определить не только животное, но и человек при должной сноровке.

В нас вся эта информация тоже попадает автоматически, даже если нам кажется, что мы ничего не чувствуем, вопрос только в том, что подсознание будет отдавать в сознание. Обычно информация поступает к нам не напрямую, а через предчувствия, вещие сны и т.д.

В целях защиты подсознание не может передавать всю информацию сознанию. Но всегда дает информацию, когда мы у него спрашиваем. Как обычно бывает: мы усиленно думаем над чем-то, работаем, но все никак не можем найти ответы на вопросы. А когда отпускаем ситуацию, оно приходит само и с легкостью из подсознания.

Есть методы, как правильно задавать вопросы подсознанию, чтобы оно быстрее давало нам ответы. Но всегда есть информация, которую нужно изучать перед получением ответа. Ведь это не волшебство — решение не может прийти к нам из космоса. Заговорить на неродном языке, не зная грамматики и лексики, нельзя. Всегда нужна база.

Например, в подсознании нет понимания, как решить математические задачи, если вы не знаете формулы и основы. Но в подсознании есть ответы на задачи, если вы эту базу знаете. Когда методы решения есть в голове, нужно либо выбрать подходящее, либо соединить данные в алгоритм. Подсознание само решит, что подойдет лучше.

Дети знают, как понять, что у человека на уме. Конечно, они не могут объяснить это с точки зрения логики, но чувствуют тонкости отношений между родителями и сверстниками, то есть подсознательно, и делают это даже лучше взрослых.

Про болезни — тоже все есть в голове. Но это не работает у всех идеально — кто-то от природы слышит себя лучше, чем другие. Если бы все умели слышать подсознание, не было бы развития. Для того чтобы мозг перестраивался, должно быть усилие. Нужно проходить испытания. Когда мудрецы говорят, они не дают прямые ответы, а намекают метафорой, в которой скрыт глубокий смысл. Они знают, что если ответят сразу, то человек не научится, не станет сильнее и умнее, чтобы потом справиться с новым препятствием и тем самым они отберут опыт. Нам дают подсказку, которая раскроется в тот момент, когда мы получим достаточно опыта и уже сможем понять всю ее глубину. Сама метафора при этом ведёт нас по пути изучения, чтобы мы задавались правильными вопросами.

Я изучаю методики мышления и психологию уже около 18 лет. И в основном для самоисцеления использую методы развития мышления, которые в нас заложены с детства.

Одну такую методику я разработал сам. Методика развития мышления «легион» для меня эффективнее, чем всё что я изучал до ранее, а в основе лежат все те же принципы, которыми пользуются дети. Она создана на основе информации из этой книги — сначала нужно изучить базу, дополнительную информацию и практику из других направлений, а потом уже соединить их воедино.

## **Всё есть в семечке**

Мудрецы показывают решение проблемы через метафору, через притчи. Метафора — это тоже фрактал, то есть понимание одного процесса через аналогичный. Разобравшись в аналогии, мы понимаем, что делать и с нашей проблемой.

Мудрец не использует сложной теории и гипотез, он может описать то, как растет семечка и через этот процесс объяснить устройство мира. Он видит взаимосвязи и думает фрактально. Ответ на заданный вопрос они подготавливают, анализируя косвенные вещи и окружающий мир. По итогу, у них формируется четкое понимание, как будет работать вся система и что будет в будущем, и чем все закончится. Например, по генеральному директору можно понять, что из себя представляет компания: если он не понимает всех процессов, бизнес не может быть прибыльным. А все потому, что мышление распространяется сверху вниз. Это может негативно повлиять на всю систему. Кроме случая, когда гендир номинальный.

А если чуть менее значимые фигуры — исполнительный или операционный директор — несут деструктивные мысли в массы, ухудшит ли это систему? Как раз-таки нет. Ведь если они встроились в систему и без препятствий ведут деятельность, значит система позволяет им быть такими, иначе их бы «выплюнуло». Представить, что из себя представляет система, можно по мелким элементам, а все потому, что она фрактальная.

### **Своё «я» и развитие в «мы»**

Каждый человек — целая вселенная. Мы можем объединяться с другими во фрактал и образовать большую систему, основанную на одинаковости.

Творческая команда формируется, когда люди загораются одной идеей, начинают доверять друг другу, как итог — совмещаются на почве схожих ценностей. Это могут быть люди с разными навыками и параметрами мышления, но они будут усиливать друг друга, имея общий вектор, цель и моральные принципы.

То же можно сказать и про личные взаимоотношения. У близости тоже есть равновесие и фрактальность. С одной стороны, в вашем партнере должно быть отражение вас — похожие ценности, взгляды, моральные принципы, тогда появляется близость.

Есть и другие люди — наши противоположности. Они с легкостью делают то, что нам дается тяжело.

По шкале навыков у нас не может быть все развито на максимум. У каждого свои предрасположенности, сильные и слабые качества. Для многих быть лидером стресс, но так как общество навязывает эту модель, люди стремятся развить в себе эти качества. По итогу ломают себя, трят нервы и все равно не получают желаемого признания. Вместо того чтобы раскрыть свою предрасположенность, усложняют себе жизнь.

То же самое и с лидером — он не сможет быть обычным сотрудником и наслаждаться простой жизнью. Он сгорает от желания к чему-то стремиться и вести людей. Но быть лидером не хорошо и не плохо, это лишь особенности личности.

В ходе развития и становления личности мы прокачиваем определенные навыки. Когда мы встречаем нашу противоположность, начинаем понимать чего нам не хватает, учимся друг у друга, либо делегируем друг другу обязанности, чтобы упростить жизнь и не терять в ее качестве.

Если посмотреть на бизнес, там то же самое. Мы набираем в команду тех, кого нам не хватает, кто знает то, чего мы не знаем и не можем делать. Команда из людей с одинаковыми навыками будет однобокой, а разнонаправленная —

станет развиваться в любой ситуации, так как опыт каждого помогает общей компетентности.

Работа вместе идет эффективнее, так как сотрудники становятся единым организмом и приближаются к равновесию.

Для этого элементы системы должны синхронизироваться и за счет общей вибрации совместиться между собой. Когда есть общие принципы и мораль, границы личного и общего начинают размываться — «я» превращается в «мы». Так появляется команда.

### ***Развитие и духовность***

Духовное развитие требует баланса: вы должны быть самостоятельным существом, осознанной единицей, на которую не влияет окружение, а с другой — соединиться со всем, стать больше и превратиться из «я» в «мы».

Чтобы достичь наивысшего уровня, вы должны стать всем и никем одновременно, а значит попасть в центр между этими понятиями.

Межличностные отношения развиваются от «я» к «мы». Мы — это природа. В начале, чтобы выстроить хорошие отношения, нужно обратить внимания на себя, понять что важно для нас самих. Как только мы находим себе пару, мы становимся ячейкой общества и в этой роли, «я» пропадает, так как мы становимся чем-то большим, парой.

Точно также семья или коллеги могут превратиться в «мы», то есть в команду, группу соседей, которые станут большей общностью с сильной энергией, основанной на признаке сходства. В этом состоянии для вас все люди на земле становятся семьей, они становятся вами, а вы — чем-то гораздо большим, целым человечеством.

Так формируется фрактал.

Все процессы подобны и работают, как фрактал. Например, управление бизнесом подобно управлению в природе стаей или регуляции целой экосистемы организмов. Строительство подобно тому, как строит природа — это отражается в бионике и биотехнике. Интересно, чем ближе мы становимся к исконным природным принципам в строительстве, тем более эффективным оно становится.

Люди стараются заимствовать из окружающей среды больше, но это не так-то просто, как кажется. Во-первых, очень сложно повторить в новых «человеческих» условиях, во-вторых, это долго и дорого. Поэтому человек все упрощает, из-за чего страдает качество.

Природным элементом считаются и отношения между людьми, так как они не сильно отличаются от того как взаимодействуют животные и насекомые. Мы все сделаны по одному подобию и это отражается в работах по изучению генома.

По геному человек больше всего схож с шимпанзе, абиссинскими кошками, мышами и даже с бананами (на 60%).

И когда говорят, что мы сильно отличаемся от животных, выходит, что отличаемся, но не так сильно, как могли бы подумать. Животные живут не только инстинктами, у них, как и у нас, есть эмоции. Все мы можем испытывать базовые эмоции: агрессию, страх, горе, эмпатию, привязанность и доверие.

У животных так же как у нас есть роли и иерархии. Будущий лидер рождается в семье лидера, если только потом его не свергнет более сильный член стаи.

Считается, что животные живут лишь инстинктами, но это не так. Они учатся, адаптируются и приспосабливаются к меняющемуся миру. Рождаемся мы с инстинктами, которые являются информацией предыдущих поколений. Каждое поколение учится и меняется, чтобы внести свою лепту в формирование будущих инстинктов своего рода.

Мы все эволюционируем, переходим на новый виток развития при определённом уровне опыта, а потом стремимся к следующему переходу. Этот опыт мы на генном уровне передаем будущим поколениям.

## **Здоровье**

В нашем организме живут целые миры: вирусы, бактерии, грибки, а иногда и паразиты. Они разворачивают огромную деятельность, которая формирует наше поведение и самочувствие.

Фактально мы, как земля, так как являемся для них местом обитания. Проблемы в органах могут быть такими же природными катастрофами, как ураганы, цунами и землетрясения для нас.

В масштабе планет солнечной системы мы аналогичны бактериям — так же зависим от того что происходит с Землёй, а её состояние зависит от нашей деятельности. Это симбиоз. Как и у людей с полезными бактериями: они должны жить для того, чтобы мы жили, и наоборот.

Схожесть еще и в том, что в любых случаях есть программа, которую нужно выполнять. У микробов есть функции — ради чего они пришли в наш организм, что и как они должны делать, так и у нас есть программы, заложенные в геноме. Как сейчас говорят ученые, мы всё равно движемся по той же

траектории, которая заложена в генах, и вероятно у нас есть внешняя функция, просто мы ее пока не понимаем.

Все устроено фрактально. Поэтому можно сказать, что и деревья с растениями могут чувствовать и общаться. Деревья передают химические соединения по корневые системы, чтобы помочь другим «нуждающимся» деревьям. Или например в ходе эксперимента было установлено, что материнские деревья создают своим саженцам, расположенным неподалеку, лучшие условия, чем другим.

Через корневую и грибную систему деревья могут предупреждать друг друга об опасности, делиться полезными микроэлементами и спасать других от вымирания.

Получается, что сознание есть не только у людей, но и, в своем роде, у растений и животных. У них есть инстинктивные эмоции, которые продиктованы программой, или же это осознанные действия, основанные на чувствах.

Как нельзя утверждать, что животные действуют только инстинктивно, также и нельзя утверждать, что человек осознан на 100%. Возможно, наши эмоции прописаны в генетическом коде, который формирует наше поведение по некому своду правил, а мы лишь слепо выполняем команды. Триггер — реакция определенного рода, и у всех людей она одинаковая, мы все запрограммированы одинаково: реагируем на опасность страхом, заботимся о близких, пытаемся улучшить свое положение в мире. У животных все так же.

Животные не чувствуют так, как мы, но живут по тому же принципу — чувствовать, чтобы жить и развиваться.

Вы когда-нибудь задавались вопросом, есть ли еще разумные существа во вселенной? Ответ на этот вопрос определенно положительный. У вселенной нет конца и края, и учитывая количество повторяемости процессов и принципов даже в пределах нашей планеты, можно с уверенностью сказать, что подобный принцип сознания есть еще и в других местах и, скорее всего, очень во многих.

Вероятно, где-то есть планета, похожая на нашу, с примерно такими же существами. Может, у них жизнь устроена по-другому, но они вероятно созданы по тому же принципу, что и мы. Вполне вероятно, что других людей, сильно похожих на людей существ или наших животных больше нет нигде. Но это не касается принципа сознательности. Сам принцип может быть для нас непонятен, так как мы всё еще не понимаем принципы мышления у животных или растений.

Этот мир создается примерно по одним лекалам. Существа, которые живут на других планетах, похожи на нас в каких-то основных вещах. Насколько похожи — неизвестно, но все подобно: мы не уникальны и не исключение среди

животных. Все, что мы можем — это рассказывать, что-то придумывать и передавать, это самая большая наша супер сила.

У нас есть речь и способность мыслить, которая очень сильно подтолкнула нас вперед в эволюции. Если говорить о других животных у них тоже есть средства коммуникации, как у нас речь, просто эти средства не такие сложные и многозначные. Мы начали думать обширнее благодаря речи, передавать информацию точнее и оттенки эмоций.

Животные живут по более простым, понятным и честным принципам. Нет такого, что одна особь убивает другую только для того, чтобы запастись едой, которую не будет есть. Нет такого потребительского отношения к сородичам, как у нас. Тут уже возникает вопрос, а у кого же на самом деле сознание работает лучше. Мы не особенные даже на нашей планете, что говорить о вселенной. Да, более развитые с точки зрения широты и глубины мышления, просто из-за того, что передавали друг другу навыки и знания. Это позволяло быстрее развиваться и увеличивать разрыв с другими видами.

## **Гены**

Система уравновешивает себя даже на уровне генома. Например есть ген, который при определенном количестве повторений ведёт к болезни. На большой выборке минимум 50% людей с этим геном умрут раньше срока и не смогут ничего с этим сделать.

При этом люди, у которых активируется этот ген, зачастую рожают больше детей, чем те, у кого все впорядке со здоровьем. Тем самым система уравновешивается, так как ген ведет и к смерти, и к увеличению потомства. Ген тем самым распространяет себя и регулирует воспроизводство новых организмов. С этой точки зрения его можно назвать осознанным.

Многие лингвисты, в том числе один из самых знаменитых из них, Стивен Пинкер, заявлял, что разные языки сформировались похожим образом. Есть целая область лингвистики — сравнительно-историческое языкознание, которая занимается изучением связей языков, происхождением слов и т.д.

Особенно похожи языки, состоящие в одной языковой семье. Например, немецкий и английский — германские языки. Они «ближе» друг к другу, чем, например, к французскому и итальянскому, так как оба произошли от праурманского языка. Различие лишь в том, что английский в какой-то момент остановил свои изменения, «законсервировался». Именно поэтому, если вы знаете современный английский, то сможете без особого труда читать Шекспира в оригинале.

Чего не скажешь про немецкий язык. За десятки веков в немецком произошло много изменений в алфавите, поэтому прочитать и понять дневненемецкие писания без подготовки не получится.

Но даже несмотря на это эти языки похожи, особенно лексикой:

Немецкий	Английский	Перевод
die Hand	hand	рука
der Garten	garden	сад
die Angst	angst	страх
der Kindergarten	kindergarten	детский сад

Языки по сути своей тоже фрактальны и они постоянно переплетаются друг с другом. Слова, которые нет необходимости употреблять, становятся архаизмами и остаются на страницах классической литературы, на смену им приходят неологизмы. Каждый год и каждый месяц язык впитывает в себя что-то новое и отбрасывает старое.

Поразительный случай: в Никарагуа 70-х и 80-х годах глухие дети изобрели свой язык жестов. Зачатки языка появились в бытовых условиях, когда дети общались дома с родителями, у каждого было что-то свое — это и стало основой. Условия для создания языка были естественными — появилась потребность общаться с глухими сверстниками и учителями-иностранными. Хоть это и пиджин — упрощенный язык — у детей интуитивно получилось сделать его по сложности подобным современным. Основа для развития у нас заложена внутри, и этот принцип возникает на основании общих принципов в мире.

Также была попытка создания искусственного языка, на котором говорили бы все. Его создал врач и лингвист Лазарь Заменгоф и назвал эсперанто. Несмотря на то, что это самый успешный пример искусственно созданного языка, он не набрал большой популярности, так как он не сформировался естественным образом.

В геном человека встроены минисателиты — повторяющиеся фрагменты ДНК, которые как бы сигнализируют, что в определенную часть гена нужно что-то добавить и трансформировать ее. Геном постоянно развивается и изменяется, мы все знаем о случайных изменениях, «ошибках», которые позволяют животному миру эволюционировать. В какой-то момент происходит мутация, которая оказывается эффективнее остальных. Она начинает развиваться, заменяя менее эффективные модели. Эти мутации, по нашему мнению,

случайность, но на самом деле есть ген, который указывает на эти изменения, на то, где они должны происходить. А значит, этот процесс чуть более сложный и прописанный заранее. Система развивается и тестирует сбои и ошибки по заранее продуманному плану. Все продумано заранее на основании принципов и базовых вещей во всей системе. Это и есть принцип фрактальности.

## **Все связано со всем**

Связь может быть количественная — чем больше связей, тем больше успех. Это о том, что когда вы связаны с разнообразными частями нашего мира, то мозг думает вариациями, отсюда более гибкий ум и большая вероятность успеха. Добившись первых побед, к вам приходят другие. Так вы попадаете в петлю обратной связи. Конечно, если соблюдается общий принцип движения по синусоиде и колебаний.

Вы не сосредоточены на чем-то одном, а умеете обдумывать, рассматривать явления с разных сторон, принимать разные точки зрения. Когда мышление направлено на привлечение успеха, дальше эти связи распространяются на тех, с кем связаны успешные события — люди, знания и т.д. Все совмещается, похожее ищет похожее и начинает объединяться. Для развития нужно и что-то отрицательное, но соединяются все на похожести, на общем принципе, на той части фрактала.

Представьте, насколько всё связано со всем, если даже фазы луны влияют на животных, приливы, отливы, миграцию крабов и ментальное состояние людей. Приливы и отливы — это физическое явление, которое мы как-то ещё можем объяснить со стороны физики, если мы говорим о миграции крабов, то это тоже можно объяснить влиянием на природу.

Но кроме того, замечено, что в период полнолуния обостряются психические заболевания. В это время нередко люди отмечают проблемы со сном, и как следствие — раздражительность и агрессию.

Влияние есть, так как все мы образуем большую систему.

Самки уток дают лучшее потомство от привлекательных внешне самцов, то есть без дефектов. Люди же неосознанно считают красивым пропорциональные, симметричные вещи, например, красивое лицо — это лицо, у которого одна половина отражает вторую.

Если самец красивый, то потомство будет сильным, более приспособленным к выживанию и это кажется странным, но это нам говорит о том, насколько все взаимосвязано и насколько всякие мелочи влияют на то, что нас окружает.

Есть исследование, которое говорит о важности всех элементов системы. Речь там идёт о госпитализме — это совокупность физических и психологических нарушений, которые появляются из-за отсутствие материнского внимания в течение долгого времени. В XX веке  $\frac{1}{3}$  детей до двух лет погибла вследствие этой болезни.

Наблюдения проводились за детьми-отказниками, сиротами и теми, кто долгое время находился в больницах. Если у ребенка дефицит тактильного контакта, его не гладят и не обнимают, если ему не уделяют внимания, начинается апатия и ухудшается здоровье. Детей кормят, одевают, дают лекарства, они спят в теплых кроватях, но у них нет родственных и близких отношений.

В те годы люди повсеместно проповедовали подход: базовые потребности удовлетворены и этого более чем достаточно, нечего сюсюкаться. Поэтому о маленьких детях заботились, но формально, проявлять тактильность было не принято, и это привело к высокой смертности детей до двух лет.

Спустя время подход изменился — люди поняли, что к детям нужно проявлять нежность, больше общаться, играть, обнимать, и смертность снизилась в разы. Говорят, что если ребенка «зали любить», он вырастет безответственным и не способным к принятию решений, но история видела и обратную сторону медали — если не давать необходимого внимания, то человек начинает « чахнуть » и может просто умереть.

## **Связанность и согласованность**

Один промах создает другой, как и одна победа провоцирует следующую. Если у вас начинаются какие-то провалы и вы к этому привыкаете, концентрируетесь на этом, неудачи преследуют вас и дальше.

Чтобы не доводить до крайности, эту цепочку нужно разорвать. Без провалов и ошибок невозможно жить, так нельзя ничему научиться и добиться успеха. Ведь если у вас все идеально, тогда вам нечему учиться — остается лишь деградировать. Устоявшегося состояния нет: вы либо двигаетесь вверх, либо — вниз. Это одно из правил колебаний и движений системы.

Хорошо, когда все связано и согласовано — бизнес, личная жизнь, досуг.

Если что-то не функционирует как надо, страдают и другие аспекты жизни. В компании это на поверхности: если один отдел работает плохо, другие тоже не могут быть эффективными. Допустим вы создали идеальный сервис, клиент в восторге, но на самом последнем этапе обслуживания ему кто-то нахамит — это перечеркнет все старания.

## Обратная связь

На нас влияет окружающая обстановка, друзья, политика, место, где мы родились, незначительные происшествия и события в детстве и даже движение планет, как бы мы того не отрицали.

Когда мы делаем выбор, на нас влияет все, что окружает в тот момент: отношения, настроение, самочувствие, сновидение или, к примеру, невкусный завтрак, который испортил нам настроение.

Проводили эксперимент, при каких условиях судьи досрочно выпускают людей из тюрьмы, а при каких — шансы снижаются. И выяснили, что если слушание проходило до обеда, когда судьи были голодные, большинство заключенных не выходили по УДО. При том, что после перерыва на обед, они были более лояльны и количество тех, кому подтверждали УДО, было кратно выше.

Вот такой небольшой фактор, который никак не относится к сути дела, влиял на судьбу человека. Годы жизни зависели, в большей степени, от обеда. Таких мелочей, которые влияют на всю нашу жизнь, может быть много.

На нас ежедневно влияют эмоции на химическом уровне. Например, в момент злости мозг вырабатывает катехоламины, благодаря которым у нас происходит всплеск энергии. Когда это повторяется часто, организм привыкает и начинает ощущать нехватку этих гормонов и впадает в зависимость. Поэтому люди специально провоцируют ссоры или «подсаживаются» на экстремальные виды спорта, чтобы удовлетворить потребность организма в этих гормонах, тем самым заходят в порочный круг.

Любые негативные эмоции — злость, ложь, зависть — влияют, как яд, на нас. Этот «яд» действует на клетки, нарушается привычное функционирование, что отражается на общем самочувствии людей. Для психики важна стабильность и ментальная удовлетворенность.

Можно быть образцовым гражданином: не нарушать закон, вести здоровый образ, снимать квартиру в хорошем районе, где нет криминала и вредных веществ в атмосфере. И при этом бояться своих желаний и не получать психологического удовольствия от их исполнения. Вы можете отдавать людям слишком много и не получать ничего взамен. В таких случаях проблема в рассогласовании.

Внутри нас есть огромное количество микробов, которые живут в симбиозе с нами: они делают полезную «работу» для нашего организма, а мы кормим их полезными веществами и даем «дом». То есть если из нас удалить всех этих микробов — мы умрем, мы не приспособимся к жизни. Даже исследования говорят о том, что микробов в нас больше (около 2-3 кг), чем клеток организма.

И мы живем с ними сообща и зависим от них. Одна только клетка является целой системой. Мы, как планета, для микробов, фрактальная Земля. И у нас могут быть «катализмы», которые фатально повлияют на микроорганизмы.

Однако природа грамотно устроена, потому что хорошо умеет уравновешивать лево и право, зло и добро в большой системе. Все, где мы живем, создано, в том числе нами. Мы создаем материалы и постройки, архитектурные памятники, которых до нас не существовало.

За всю историю планеты Земля несчитанное количество раз менялась экосистема и каждый раз вымирало огромное количество животных и растений. На смену им приходило что-то новое. Однако заметная тенденция к уменьшению размеров живых единиц.

В фольклоре часто упоминаются густые леса с верхушками деревьев, которые так высоко, что и конца не видно. Сказки передавались из уст в уста из поколение в поколение, поэтому вероятно, что раньше флора и правда была гигантской.

Даже сейчас на Земле есть тому подтверждение — гигантские секвойи, которые остались в национальном парке «Секвойя». Единицы можно встретить на Гавайях, в Италии, Канаде и Африке.



Всего на Земле осталось менее 20 гигантских секвой, чей диаметр достигает до 7 м, а высота — до 100 м.

А что с животными? У них тоже прослеживается эволюция «вниз» — от динозавров и мамонтов до существ наших, где самый высокий вид — жирафы. Их высота достигает до 6 метров.

Если природа меняется, животные и растения тоже начинают подстраиваться: одни виды вымирают и на смену им приходят другие. Так система адаптируется. Принцип смерти и обновления является частью всех систем, от звезд и людей до животных, микробов, генов, клеток и нейронов, которые умирают для того, чтобы было развитие.

Наша планета — это единый организм, который связан между собой на всех уровнях. Во время общения мы получаем и передаем данные не только через слова, но и через движения, запахи, эмоции, энергетическое поле, тембр, голос и т. д. Именно поэтому подсознание всегда знает, когда человек неискренен с нами, так как есть рассогласованность в посылах.

Если убрать у человека зрение или обоняние, он лишится огромного пула информации, будет чаще попадать в опасные ситуации, отношение к людям изменится — и все это из-за недостатка информации.

## Отношения

Отношения строятся на обратной связи: если вы хорошо относитесь к человеку — к вам начинают относиться так же, и наоборот. Главное не доводить до крайности: слишком много внимания или наоборот игнорирует портит отношения — это закон равновесия.

Связь есть со всем, даже со здоровьем. Отношения влияют на психику, а соответственно и на здоровье, как и наше самочувствие формирует наше настроение, поведение, а следовательно и отношения с людьми. Если вы не умеете выстраивать благоприятные отношения, то вероятность болезни растет.

Очень сложно быть милым и добрым, когда болит голова или если есть ощущение сильной слабости. Но мир так устроен, что окружающие не лезут в душу, пока вы сами о себе не расскажете. Поэтому перепады настроения и апатию могут принимать на свой счет.

## Здоровье

Работа отражается на здоровье, и наоборот: если вам морально и физически плохо, то на одну задачу будет уходить времени в 2-3 раза больше, чем обычно. Хорошее же самочувствие будет давать обратную связь в виде материальных составляющих, благоприятных отношений в коллективе, лояльности начальства. Ведь если вы хорошо работаете и проявляете интерес, то вероятно будете нравиться окружающим больше. К увлеченным людям все тянутся.

Однако крайности могут сыграть злую шутку. Если вы слишком продуктивны, коллеги могут узреть в вас конкурента или желания «выслужиться», начальство будет воспринимать этот темп, как ваш комфортный, и задумается над тем, что можно было бы еще нагрузить работой. Также это может расхолаживать остальных, если они привыкнут перекладывать свои задачи частично на вас, в итоге элемент, который работает лучше всех, будет прогибать всю систему вниз по принципу равновесия. Система будет сильнее зависеть от одного элемента и сильная трудоспособность, которая должна восприниматься позитивно, в итоге навредит и самой системе.

## Эмоции

Эмоции влияют на иммунитет, иммунитет влияет на болезни, а болезни, в свою очередь, влияют на эмоции — это прочная обратная связь. Если вы систематически получаете много негативных эмоций, нервная система не выдерживает и «посыпает» болезнь, как сигнал, что нужно что-то менять. Болеть неприятно, поэтому люди испытывают усталость, злость и другие негативные эмоции, от этого в том числе продолжает слабеть иммунитет, вы начинаете болеть еще сильнее, меньше контролируете себя и испытываете еще больше негатива — входите в порочный круг и «закапываете» себя.

Это пример негативной петли, позитивные — работают точно так же, но нам не часто удается в них зайти и набрать витки позитивных событий. Как только мы понимаем принципы регуляции системы и равновесия, мы начинаем понимать, как это работает в разные стороны, в том числе и в позитивную, но для того чтобы понять, недостаточно прочитать или услышать, нужно осознать. И я надеюсь, эта книга вам поможет.

## Боль

Боль — это инструмент обратной связи, она контролирует развитие. Мы воспринимаем боль, как что-то неприятное, то что всегда мешает и чего нужно избегать.

Но все не так. Есть редкое заболевание — врожденная нечувствительность к боли, и люди от этого очень страдают. Сигналы боли блокируются и не передаются по нервам. Больные получают ожоги, потому что им не поступает сигнала в виде боли «убрать руку от раскаленного предмета», перегреваются в жару, получают переломы и не обращаются вовремя в больницу. У людей с обычной нервной системой это работает так: дискомфорт и боль пугают нас, мы хотим от них избавится, поэтому обращаемся к врачу вовремя и не запускаем болезнь.

Поэтому боль — лучший инструмент обратной связи, так как заставляет нас немедленно вмешаться в ситуацию, чтобы вернуться к комфорту. Это позитивная обратная связь.

Благодаря этому мы можем отслеживать состояние ментального и физического здоровья, понимать в правильном направлении ли мы движемся, и на что нужно обратить внимание.

## **Развитие**

Положительные результаты мотивируют, мотивация — позволяет добиваться результатов. Если у вас начинает получаться и вы добиваетесь целей, появляется дополнительная мотивация, благодаря которой не угасает интерес.

Если человек что-то научился делать, он захочет в этом развиваться, ему это будет нравиться. Это позитивная петля обратной связи, которая развивает. И так же работает негативная обратная связь — ничего не получается, падает мотивация, падает мотивация — ничего не получается. Но не забывайте, что и тут работает принцип равновесия: если получается всё слишком хорошо и просто, то мотивация падает, так как становится неинтересно.

## **Природа**

Природа всегда адаптируется. Например, если бы исчезли все самцы, то вероятно появились бы гермафродиты. В этой ситуации природа принимает, что для развития, эволюции и размножения необходимы существа с дополняющими половыми признаками. Длительное существование только самок или только самцов невозможно, так как это приведет к вымиранию. Нарушится равновесие. Если нет самцов, которые должны оплодотворить самку, она может стать гермафродитом и уже сейчас есть животные, которые к этому способны.

Природе необходимы противоположности, как мужчина и женщина. Система лучше учится, когда есть разнонаправленность и потом эта разнонаправленность совмещается. Для системы лучше, когда потомство получает разный набор опыта.

Например, у рыб нет предпосылок к гермафродитизму, однако у одного вида черных кошачьих акул были зафиксированы признаки обоих полов. Вероятно эволюция поместила вид в ситуацию, где самки стали гермафродитами и благодаря этому продолжили род. И никто не подозревал что такое вообще возможно, но природа изменилась. Обратная связь, работает настолько мощно, что меняет даже базовые, как нам кажется, законы природы.

У людей этот принцип проявляется следующим образом:

Мозг постоянно дает нам обратную связь. Так, например, мы понимаем утолили ли мы жажду или хотим еще воды. Это происходит через постоянную проверку, сделали глоток и отследили, нужно ли еще. А когда происходит насыщение, сигнал «стоп» отправляется в мозг.

Когда мы играем в баскетбол, кажется, что мозг идеально просчитывает, куда нужно двинуть руку, для того чтобы поймать мяч. На самом деле он делает два действия одновременно: во-первых, заранее просчитывает, куда должна двинуться рука, чтобы поймать мяч, во-вторых, каждую долю секунды следит за траекторией, сверяет, правильно ли он руку ведет, и туда ли все еще движется мяч. По мере того, как баскетбольный мяч летит к вам, вы постоянно корректируете движение своей руки и траекторию мяча, синхронизируете эти два процесса между собой. В итоге, до того как поймать мяч, процесс бессознательно проходит огромное количество итераций и петель обратной связи, постоянный просчет.

Таким образом у нас в мире регулируется все.

## Все ресурсы есть внутри

Какой бы уровень устройства мира мы бы не рассматривали, каждый устроен похожим образом. Отношения, здоровье, природа, бизнес — везде примерно одни и те же законы.

Мы смотрим на взаимодействие людей и видим те же механизмы на уровне компании. Внутри нас взаимодействуют клетки, которые состоят из ядра, оболочки, ворсинок, митохондрий и т.д., где также взаимодействуют молекулы ДНК и бактерии.

Система «снаружи» не существует без системы «внутри» — противоположности должны существовать одновременно.

## Система самодостаточна

«Снаружи» и «внутри» есть все, что нам нужно. Не нужно ничего придумывать с нуля.

У каждого человека есть возможности. Например, теория 6 рукопожатий говорит о том, что мы можем через 6 рукопожатий добраться до кого угодно на Земле. То есть можно построить цепочку контактов так, чтобы последний, шестой человек был знаком с известными деятелями современности, гендиректорами, знаменитостями.

У нас уже есть друзья и знакомые и даже не обязательно заводить новые знакомства, достаточно обратиться к тем, кто есть и можно получить открыть много возможностей.

У всех людей есть какие-то способности, запросы, желания и мы можем помочь друг другу в движении к каким-то целям. Это не означает, что вы просто щелкнете пальцами и решите свои проблемы с помощью других. Нужно знать, что ими действительно движет, какие у них способности, что они могут сделать, чего они не могут сделать, к чему и к кому они могут вас привести. Но возможности эти есть и они уже вокруг вас.

Если опять возвращаться к теории визуализации, мозг может вас просто провести по правильной дорожке через нужных людей к вашей цели. Вокруг нас много возможностей, но осознать это не просто, ведь они на нас не падают, поэтому кажется, что их и вовсе нет.

## **Отношения**

Если говорить об отношениях «мужчина-женщина», то вокруг огромное количество людей, которые вам подходят. Есть много вариантов, к кому можно обратиться для решения каких-то вопросов, но нужно быть открытым к миру, смотреть на мир и на то, что он вам дает.

И за счет этого, можно установить прочную связь с людьми и завести новые знакомства. Проблем отношений нет, так как за те же 6 рукопожатий вы можете дойти до кого угодно ради личного знакомства. Сложности начинаются в тот момент, когда мы застреваем в собственных проблемах и начинаем искать их снаружи, заводить отношения с теми, кто будет портить жизнь, а не улучшать ее. Или использовать ту же модель, что испортила предыдущие отношения. Тогда это будет работать, как обратная связь и как фрактал, так как все будет приводить к тому же результату, пока мы сами не изменимся и не пойдем по другой дороге. Например, если женщина выбирает для себя пьющего мужчину, который ее терроризирует, вероятность, что она бросит его и выберет такого же максимальная, пока она не изменит своего отношения и не начнёт видеть мир иначе. Как только это произойдет, она начнёт видеть других людей. Пара для нее найдется и не одна, так как людей на Земле 8 млрд и вероятность того, что среди них множество хороших вариантов максимальная.

## **Здоровье**

Во всех растениях, которые нас окружают, уже есть все необходимые элементы для здоровой жизни. Мы можем использовать растения, их вещества и нам не нужны таблетки.

Таблетки часто помогают не безвозмездно: одно место они «чинят», другое «ломают». Так убивается естественный иммунитет. Вот какая петля обратной связи образуется: вы принимаете таблетки и как бы говорите своему организму «Не делай ничего, таблетка сама все сделает».

Так мы настраиваем себя, что не надо тренироваться и настраиваться, чтобы бороться с болезнями. Доходит до того, что мы уже сами не можем бороться с болезнями. Организм без таблеток не справляется, так как падает иммунитет. Чем больше мы пичкаем себя химией, тем менее становимся способными к самостоятельной борьбе, а значит отнимаем у себя опыт и здоровье.

Понятно, что большинство людей не смогли бы просто выжить без аптечных лекарств, потому что не умеют управлять своим организмом. Человечество не настроено на то, чтобы учить людей взаимодействовать со своим организмом, улучшать свои внутренние способности, развивать иммунитет и самостоятельно лечиться.

Но на самом деле все есть вокруг и внутри. Нашего иммунитета достаточно для решения практически любых вопросов, и также нас окружают растения, в которых есть все элементы. Нужно просто научиться с ними взаимодействовать.

Это как процесс обучения. Представьте, что ребенок развивается и вы постоянно ему помогаете. Вы думаете, что помогаете, а по факту заберете его опыт. Ребенок не сможет решать сложные задачи сам, станет слабым и беспомощным. Тот, кто развивается сам, получая опыт, более приспособлен к жизни. Если поставить два ребенка со своим опытом и «наученного» и поставить одинаковую задачу, вероятно первый будет обгонять второго, так как большинство вопросов сможет решить сам, не полагаясь на других.

Несомненно нельзя категорично заявить, что таблетки зло. Просто сейчас у большинства нет других альтернатив. Таблетки и лекарства спасли огромное количество людей, счет на сотни миллионов. Но подумайте вот о чем: если бы развитие пошло в другую сторону, то большинство из этих людей могло бы обойтись без лекарств и спастись самостоятельно, не тратя огромные деньги на лечение.

## **Развитие**

Уже есть все вокруг, нужно лишь взять. Что бы вы не хотели развить, к чему бы вы не хотели прийти, все возможно. Есть образовательные центры, люди, которые что-то умеют, специалисты, у которых есть знания и опыт, события, которые вас могут чему-то научить. Нужно просто начать смотреть по сторонам и искать, где обрести возможности. Нет ситуации, из которой нельзя почерпнуть новое.

## Природа

В природе есть все, что нам нужно. Даже все прогрессивные и футуристические вещи типа искусственного разума — это не открытие. Мы стремимся сделать его таким, чтобы он научился думать, как человеческий мозг, просто на других мощностях. Чтобы интеллектуальный ресурс так быстро не изнашивался, как у обычного человека. Ведь когда мы устаем, мы не можем эффективно размышлять учиться или работать. Исследователи пытаются скопировать структуры взаимодействия, условия, принципы, то, как работает наш мозг, чтобы создать идентичную нейронную сеть.

Как все, что мы можем найти есть снаружи, так и все, что нам необходимо, есть внутри.

## Бизнес

Развитие команды — это большой пласт. Можно вырастить бизнес только на этом, используя незадействованные ресурсы, которые уже сейчас есть в системе. Однако, всегда, развивая бизнес, хочется найти что-то во вне. Какой-то святой Грааль, который нас спасет и все поменяет. И это понятно, ведь менять текущую систему кажется сложной задачей, а найти волшебное решение звучит куда более притягательно. И это касается не только бизнеса, мы постоянно что-то пытаемся найти во вне, что-то такое, что решит все наши проблемы.

Но на самом деле, все что нам нужно, у нас уже есть. В бизнесе каждый человек заточен под что-то определенное: у каждого человека есть свои позитивные стороны, супер силы, которые зачастую не раскрыты. И если вы научитесь находить эти сильные стороны, развивать, открывать их, создавать хорошую структуру, которая будет сама себя развивать, тогда вам не нужны будут новые люди. Это как изобретатели, которые плохо учились, не знали каких-то вещей. Они не знали рамок и правил, поэтому и делали открытия.

В маркетинге есть понятие грохакинга — когда вы минимальными усилиями делаете максимальные рывки. Это момент, когда человек находит те пути, о которых не знали другие. И для того, чтобы их найти, не обязательно быть профи, нужно просто иметь гибкий ум и посмотреть в ту сторону, в которую нужно и на то, что уже существует в системе. И если вы правильно поработаете с группой людей, обучите их, структурируете команду, тогда вам не нужно будет ничего искать во вне — все и так сделают. И не нужны большие деньги, так как всегда способны развиться с минимальными тратами.

Просто это сложнее и дольше, чем хотелось бы. Проще вложить огромное количество денег сразу и быстро протестировать гипотезы, всех обогнать, задавить рекламой и т.д., Но это не единственный вариант.

Когда успешные компании пытались решить свои проблемы и привлекали топ-менеджеров со стороны, это часто заканчивалось плохо. А грамотно решали проблемы и выводили из провала компании те, кто работал там уже давно.

## **Отношения**

Все страдания и боль в нашей жизни, это все в голове. Не бывает плохих или хороших отношений — это лишь наша субъективная оценка ситуации. Мы сами выбираем страдать или радоваться, потому что отношения находятся в голове, не «снаружи».

Например, у вас есть определенные ценности, и вы считаете, что отношения должны этой ценности соответствовать. И если другой человек не соответствует этим ценностям, это не означает, что у вас какие-то плохие отношения или плохой сам человек. То, что вы оцениваете негативно, другим может быть неважно.

Частая ситуация: одному партнеру нужно постоянно испытывать яркие эмоции в отношениях, ради этого он постоянно раскачивает эмоциональные качели. А другой хочет прийти после тяжелого рабочего дня, поужинать вместе и посмотреть сериал в спокойной обстановке.

Если вас кто-то предал, объективно это может быть не так. Вероятно человек не знал, что у вас есть определенные ожидания, он был к этому не готов и не знал, какого поведения вы ходите (а такое случается часто).

Большинство людей, которые ведут себя некорректно по вашим меркам, не понимают этого. Ваши с ними системы ценностей разные. Они считают вас ханжами и думают, почему же вы такие странные. Поэтому все, что есть вокруг вас, это отражение вашей жизни, успеха, неудач и мыслей.

Успех субъективен. Кто-то измеряет его в деньгах, кто-то в достижениях, а кто-то в том, дошел ли он до нирваны. И нельзя сказать, что из этого правильно — для каждого оно свое. Картина мира зависит от восприятия мозга. На самом деле нет цветов, твердости, мягкости нет. Мягкость и твердость — это взаимодействие ваших атомов и других атомов, интерпретация того, как они отталкиваются и притягиваются, плотности и энергии.

## **Здоровье**

Наш организм способен на самовосстановление и в какой-то степени на самолечение. Конечно, речь идет не про физический урон — не про ранение, обморожение и механические повреждение, речь про заболевания, с которыми может справиться иммунитет.

И если вы посмотрите практически на любую болезнь, то вы найдете людей, которые этому не подвержены просто из-за особенностей их организма, потому что он и сам управляетя. В нас есть потенциал для противостояния и лечения популярных болезней, но мы его не развиваем.

Весь мир исправляет зрение лазерной коррекцией, лекарствами или просто носит очки. На самом деле, хорошее зрение — это просто тренировка глаз и мышцы вокруг него. Огромное количество мышц регулирует глаза. Управление зрением доступно, это не какая-то магия. И управление это можно осуществлять с помощью подсознания.

То есть вы всегда можете настроить глаза так, чтобы у вас было идеальное зрение. Для этого нужно погрузиться в свой мозг, принять эту мысль, поверить в нее, а вера — это прямой указ глазу, прямой указ подсознанию. Когда вы говорите подсознанию что-то сделать, а сами в это не верите, вы посыпаете сразу двойные сигналы, которые противоречат друг другу и поэтому не работают.

Кроме сигналов к действию для восстановления зрения нужно натренировать мышцы и избавиться от напряжения и спазмов. Как одного желания будет недостаточно, как и просто тренировки могут не сработать, поэтому важна одновременно и ментальная, и физическая готовность. Это и есть равновесие системы, где учтены все разнонаправленные вещи.

## **Иммунитет**

Иммунитет не нуждается в постоянной поддержке. С небольшим уроном он справляется самостоятельно, а защитить мы его можем лишь частично с помощью вакцин. Конечно, в случае с ВИЧ тоже нужно принимать препараты и каждый день. А в остальном, если нет серьезных заболеваний, не стоит «перекармливать» организм лекарствами, повышающими иммунитет. Он справится сам.

Кроме болезней на иммунитет влияют и наши эмоции. Затяжной стресс подавляет функции иммунной системы, и наоборот — если мы живем без внутриличностного конфликта, исходя из своих убеждений и принципов, снижается вероятность психосоматических болезней.

Иммунитет отражает то, насколько правильно мы ощущаем себя внутри. Но конечно, это не значит, что мы не можем заразиться вирусными простудами или переохладиться.

## **Развитие**

Самый страшный враг — мы сами, так как все препятствия, которые у нас возникают, создаются нами же.

В нас заложено все, что было раньше вокруг, — это принцип фрактальности. Мы созданы из пыли звезд, из самых первых элементов, как и все живое. Элементы смешивались, менялись, формировалась новая структура и новые элементы. Так создавалась вселенная.

Из неживой материи создавалась «живая». Во всяком случае сейчас мы ее так разделяем. Это та материя, которая связалась определенным образом и у нее появилась новая функция — как бы думать, чувствовать, мыслить. Это не означает что неживая материя на это не способна, просто для нас это разные процессы. Мы просто атомы, сложенные определенным образом.

Все живые существа передают друг в друга генетический код — информацию, накопленную предыдущими поколениями. У нас в генах заложена вся информация о прародителях: как они жили, чем болели, чему научились, — весь этот многовековой опыт передается нам, перерабатывается и воссоздается у нас автоматически. В каждом есть мудрость поколений.

Можно подумать дальше: по сути у нас есть информация от начала времен, потому что мы созданы из точки начала взрыва, из которой создано и все остальное. В воде, которую вы пьете каждый день, есть измененные и переработанные частицы, которые существовали еще в эру мезозоя. Если так просто можно было бы достать информацию на молекулярном уровне, то мы бы могли больше узнать о том, как жили динозавры. Но на уровне бессознательного при контакте с этими частицами наш организм получает какую-то информацию. Этому нет научного подтверждения, но есть вероятность, что в какой-то степени это так и устроено, так как фрактальность процессов присутствует слишком в нашем мире повсеместно.

Подсознание знает все, другое дело — спросим ли мы. Все уже есть внутри: на уровне каждой клетки заложена информация про наш организм и вопрос — правильно ли мы задаем вопросы и какая информация нам нужна. Вероятно, если мы всю информацию получим, мозг не сможет ее правильно понять, обработать в таком большом объеме. Поэтому он дает то, что считает нужным, что создает нам в том числе проблемы, чтобы мы могли получить опыт и научиться. Говорят: «Когда вы молитесь богу, о том чтобы преодолеть трудности, он дает вам испытания, потому что вы должны научится с этими трудностями бороться». Тут то же самое.

## *Природа*

Мы устроены так, как устроена природа. Чтобы создать новое, достаточно посмотреть на то, как устроен мир, какие есть процессы и принципы, а потом копировать это.

Часто предвкушение для нас важнее результата. Мысль, о том что мы достигнем цели может быть приятнее, чем сама награда. То что формируется в голове важнее реальности.

Например, если мы хотим обладать н-ной суммой денег, то сама фантазия об этом уже сделает нас счастливее. Ведь когда мы поймем, что они уже у нас, нужно будет ставить новую цель.

А мы не можем перестать ставить цели. Каждый раз, когда мы достигаем желаемого, выбирается новый объект для стремлений. Процесс никогда не прекращается, поэтому он важнее результата.

Человечество еще не придумало, как контролировать человеческий мозг и управлять им. Зато природа с этим справляется мастерски. Например, вирус бешенства в запущенной стадии вызывает острое воспаление головного мозга. В таком состоянии человек ведет себя не как обычно — появляется боязнь воды (гидрофобия), поведение становится возбужденным и агрессивным.

Похожее есть и в животном мире.

Токсоплазма влияет на мозг мыши и моделируют ее поведение — появляется интерес и смелость вместо страха, поэтому мышь сама ищет кошку. Вирус производится в кошках, но переносится и распространяется мышами. Интересно, что на остальных животных это не действует.

Даже лучшие технологии человечества не могут заставить мышь бежать в пасть к кошке, а вирус может.

Кроме того есть огромное количество паразитов, которые действительно управляют животными. Токсоплазму биологи относят как раз-таки к паразитам. В природе часто происходит, что простое и слабое по началу существование начинает управлять более сложным для выращивания потомства и выживания. И это поражает.

## Все ресурсы есть внутри: вирусы и микробы

Вирусы и микробы регулируют наш организм лучше, чем мы сами. С полезными подвидами мы существуем в симбиозе — от такого «сожительства» хорошо и нам и им. И наоборот, если им будет некомфортно, мы тоже почувствуем ухудшение самочувствия.

Но есть вирусы, которые управляют мышлением и это удивительно.

Некоторые вирусы подселяются к насекомым, как паразиты, начинают ими управлять, используют их тело для вынашивания потомства, заставляют добывать пропитание, а потом за ненадобностью просто убивают.

Простудные вирусы, которые передаются воздушно-капельным путем «заставляют» нас чихать и кашлять. С одной стороны, так тело избавляется от раздражителей, с другой — мы помогаем вирусу распространяться. Вполне вероятно, что это на самом деле заложенная программа распространения и выживаемости вируса.

И это обосновано, так как у вируса, как и у любого живого организма, есть необходимость репликации, «размножения».

Такая программа, когда молекулы скапливаются в критической массе в определенном месте организма и вызывают раздражение, это самый быстрый способ перейти от одного человека к другому.

Вирусы передаются через мельчайшие капли жидкости. Эффективнее всего — во время чихания и кашля. Без этого вирусу сложно распространяться и прогрессировать. Если бы распространение происходило только через близкие контакты, например, через поцелуй, то скорость была бы ниже в десятки и сотни раз.

Поэтому все проявления болезни у нас происходят не просто так.

Возвращаясь к вопросу о мышах и кошках: токсоплазме нужно переходить от одной кошки к другой, но передача через кошку довольно слабая, и нужен другой способ перейти через еду. В данном случае это мыши.

И вот как это работает. Если бы токсоплазмоз убивал мышей, это было бы невыгодно, потому что кошкам интересно охотиться, им нужна живая здоровая мышь. Поэтому болезнь не препятствовала жизнедеятельности мышей до момента пока они не находили кошек.

Почему мыши? Их зоны обитания обширны, поэтому они хорошие распространители, хорошие «контейнеры» для болезни. Но вот еще в чем дело: мышей едят не только кошки. Не нужно, чтобы мышь ел кто-то еще, например, ястреб, и поэтому паразит создавал состояние, при котором страх мыши, когда она чувствует кошку, заменялся на интерес. У мыши перестраивается мозг, то есть она сознательно ищет кошку, для того чтобы быть съеденной и передать болезнь дальше.

При этом на остальных хищников мышь реагирует как обычно — убегает и прячется. Это удивительно, что паразиты без интеллекта, плана и стратегии, создали такую сложную логику распространения, где все продумано.

Если попытаться воссоздать похожую модель в лаборатории, понадобятся большие бюджеты и не один десяток специалистов, но никто не гарантирует, что удастся. Особенно при существующих знаниях и технологиях.

Повлиять на мозг и заставить его выделять химический элемент практически невозможно. А даже если представить, что вирус случайно реализовал такой процесс, он бы не передал эту информацию остальным, так как у вируса нет таких способностей, он слишком просто устроен.

Но тем не менее паразиты могут делать то, чего не можем мы. И в голову приходит лишь одно обоснование — вся информация есть, мы можем ей пользоваться, но надо знать как. Слишком много неизвестных и случайностей, чтобы объяснить эту болезнь эволюцией. Возможно, есть информационные блоки и правила развития природы, которые мы не знаем, либо отрицаем на текущем уровне развития.

Если это случайность, то такой исход событий можно назвать невероятным. Вероятно требовалось множество повторений и случайностей, чтобы болезнь пришла именно к такому виду. Люди сами не умеют так контролировать чужое сознание, как токсоплазма. Паразиты часто меняют мышление других существ ради своей выгоды — это их суть.

Токсоплазмоз — это пример того, что нужную информацию можно достать из информационного поля, генома, из окружающей среды и распоряжаться ей в своих интересах.

Вирусы удивительны и тем, что они могут запустить пандемию, а потом резко исчезнуть без предпосылок для этого. Многие пандемии резко прекратились, но не потому, что мы их вылечили или побороли, а естественным способом.

Некоторые исследователи допускают мысль о том, что вирусы создаются и поддерживаются для регуляции общества. Так как регуляция должна происходить извне: из-за перенаселения или если ход глобальной политики и экономики движется не в то русло. Логика в управлении массами людей и животных у такой системы все равно есть.

Конечно, вирусы созданы не для того, чтобы регулировать популяцию людей. Но вероятно, это один из критериев их появления.

У распространения вируса есть определенная логика: всегда есть инкубационный период, в течение которого болезнь никак себя не проявляет, и человек может заражать других даже не подозревая об этом. Болезнь не может развиваться быстро. Если люди будут быстро погибать

Самый выгодный для вируса исход — это интегрироваться в организм на уровне связки или симбиоза и не доставлять нам сильный дискомфорт, который

заставит нас оперативно лечиться. Ведь, например, с легкой простудой человек может ходить и несколько недель, но ничего серьезного не предпринимать. Так у вируса получится оставаться в носителе долгое время.

Что произошло с коронавирусом: он стал проще, быстрее распространяться и меньше приносить вреда, потому что только так он может выжить, ведь так не создается много препятствий для его существования.

Задумайтесь, какой силой обладают подобные микробы, и как легко они влияют на живых существ, не обладая интеллектом, как люди. Зато они способны к воплощению сложных информационных идей.

А еще есть ВИЧ, который меняют нас на генном уровне, и его влияние ещё более глубокое, чем влияние на мозг. Так как на этом уровне мы все еще не дросли в понимании и технологиях, чтобы что-то менять и лечить. Поэтому лекарство от сложных и редких болезней, которые связаны с генной мутацией, стоит по несколько миллионов, а то и десятков миллионов. Потребителей не так много, а рабочей силы, времени и производственных мощностей затрачивается достаточно.

Такие вирусы поражают геном и заставляют организм производить вещества для выживания, чтобы существовать в комфорте долгое время. Возможно, это просто реакция на изменения во внешней среде, приспособляемость, а не какой-то великий замысел. Результат один: таким образом можно осуществлять сложные информационные процессы.

Ведь вся наша мыслительная деятельность сводится к тому, что мы пробуем достучаться до информации подсознания. Ничего придумать нельзя, у нас нет такого, чтобы мы копались в информации, и наша логика пришла к какому-то выводу. Мы копаемся и прокладываем путь к ответу от подсознания.

Более того, если исследования нейробиологов говорят о том, что мы принимаем решение за несколько долей секунд до того как его осознаем, то есть сознательно мы вообще не делаем выбор. Мы хоть и опередили по интеллекту и осознанности все живое, но глобально наше мышление не отличается от других существ — формально, мы мыслим, как все живое.

Вся структура и система наполнена разумом, поэтому можно сделать вывод, что вся информация, которая есть, она уже существует внутри нас.

## Не к чему стремиться

Вы не можете предложить идею, которой еще не было. Все, что человек придумывает, кто-то в каком-то виде уже озвучивал. По большей части новые идеи и «старые» переработанные мысли.

Даже если мы говорим о новых бизнесах, технических открытиях, можно заметить, что о многих идеях уже говорили раньше и даже воплощали. Вырастет компания или нет — это скорее вопрос управления, чем идеи.

Лучшие компании мира вырывались вперед не из-за гениальной идеи, а из-за упорной и качественной реализации.

Человек пытается всегда что-то изобрести, всегда быть первым, а первым быть уже не получится. Мысли, открытия, все, что происходит нового, уже есть в системе, но в другой форме.

Зачастую важнее процесс, а не результат. Человек на когнитивном уровне больше вдохновляется «морковкой перед носом» — идеей результата, а не самим результатом. Для исследователя или бизнесмена важен процесс создания, творения, пробы. Результат интересно достигать шаг за шагом, но когда он достигнут, радость мимолетна и мы сразу ставим новую цель.

И будто нельзя остановиться и просто пожить для себя, так как в обществе витает идея — постоянно ставить цели и к ним стремиться.

Есть понятие, что бизнес-идею нужно реализовывать быстро, потому что в течение 2-3 месяцев эта же идея вероятно появится у кого-то еще. Ведь все мы варимся в одном информационном поле, поэтому не редкость, что несколько людей из разных уголков планеты приходят к одному и тому же открытию или идеи. И тут уже вопрос в другом, сможете ли вы выдержать конкуренцию или нет. Всегда важнее кто первый: о ком узнали быстрее, тот и лидер. Но дело в том, что быть нужно не просто первым, а первым и в нужный момент. Обычно первопроходцы забываются совсем, так как их компании не развиваются и не становятся крупными настолько, чтобы их запомнили.

И уже после того как дорожка проложена, следующие игроки начинают бороться за первые места. Здесь система только узнает о новых возможностях. Во второй волне система уже готова к изменениям. Поэтому важно быть первым среди второй волны, тогда вас могут принять.

И большинство этого не понимало: люди отвергали эту мысль даже в профессиональных кругах.

Тем не менее уже тогда это было правилом менеджмента: если появилась идея, не медлите, потому что кто-то может вас опередить. Это опасно для бизнеса, так как конкурент может просто заявить, что он сделал что-то новое на рынке, и вывести в свет не до конца готовый продукт. Если он провалится, то ваш продукт тоже будут оценивать негативно. Так ваши конкуренты могут утащить вас с собой вниз в случае провала.

Это история, про то, что в системе есть все. Система готовится, меняется и создаёт вне зависимости от вашего участия. Если не вы, то кто-то другой сделает работу за вас и будет на вашем месте. В жизни нет главного героя, как в фильмах, который сможет всех обойти, совершив прорыв и никто с ним не сравняется.

Многие открытия делаются одновременно, в том или ином виде, так как система не полагается на один элемент. И это происходит примерно в одно и то же время. Система выбирает проводников, которые принесут в мир идеи, открытия, изобретения. И обязательно кто-то из них будет первым. Есть элемент судьбы и психотипы, которые подходят для этого больше или меньше. Понятно, что какая-то идея и открытие не будет приходить вообще всем, для этого есть какая-то избранная группа лиц.

Это часть системы, не что-то совсем новое. И если разбирать все новое, то это зачастую уже давно забытое старое. Например, искусственный интеллект — это попытка повторить работу мозга, только на механическом уровне.

Если даже человек начал изучение мышления с искусственного интеллекта, то все равно рано или поздно вернется к тому, как думает мозг, как он принимает решения и функционирует.

Все есть в системе и оно всегда в уравновешенном состоянии: добро уравновешивает зло — это разнонаправленные части, которые друг без друга не могут существовать. Менять это не нужно, потому что это естественно. Все движется как вперед, так и назад, соответственно, если вы развиваете, например, компанию, то ее рост снизится и она вероятно закроется.

Если она не закроется, то изменится ее форма существования. Вы создали бизнес по производству принтеров, а потом решили перестроиться и делать автомобили. Теперь это уже не ваша компания.

Часто бывает так, что компания процветала при жизни основателя, но как только правление перешло к его потомкам, все провалилось. Нельзя что-то сделать один раз и навечно, тем самым полностью перевернуть мир. Прогресс все равно пойдет в обратную сторону.

Если мы посмотрим на раннюю историю, на царей и императоров, то можем увидеть, что все империи развалились, а попытки захватить мир и создать новую систему ценностей не увенчались успехом. Ни один результат не зафиксировался на века.

Диктаторская система, в которой все контролируется, рано или поздно перестает существовать и перекос идет в обратную сторону к демократии.

Создать что-то однажды и навсегда не получится. Мир не статичен и система постоянно движется — либо развивается, либо деградирует. Конечно, любые изменения обучаются системе: после того, как она дошла до крайней точки диктатуры, происходит резкий откат к противоположности. А если режим и остается прежним, то трансформируется. Принцип останется, меняется лишь «обертка». Поэтому может показаться, что система сильно изменилась, а по факту она останется прежней.

Создавая, нужно быть готовым к тому, что в скором времени другие сделают то же самое. Есть выбор: идти в первой волне или подождать вторую, когда первопроходцы набьют шишки, оценить результат, сделать выводы и скорректировать ваш проект.

Когда в голову приходит нечто «гениальное» и «совершенно новое», не торопитесь с реализацией. Идея нужно пройти проверку временем. Поэтому отложите ее. За это время вы сможете продумать ее детально, узнать готов ли мир к ее воплощению и посмотреть, насколько она будет пересекаться с трендами. Вы можете изучить литературу, подготовить инфраструктуру и продумать процессы, и когда время наступит, вы будете по-настоящему готовы.

Бывает, что люди не готовы воспринимать идею в текущий момент. При этом через вас и других она будет просачиваться в общество и постепенно готовить его к принятию, двигать систему в определенном направлении. Но происходит это будет постепенно.

Эта глава не про то, что в жизни ничего не надо делать и что все сделают за нас. Она скорее про то, как развивается система, что в ней происходит и будет происходить, как на нее смотреть и что сделать, чтобы увидеть взаимосвязи, которые вам пока недоступны. Одна и та же идея реализуется сразу несколькими людьми одновременно, потому что все мы варимся в общем информационном потоке: читаем одни и те же книги, смотрим популярные сериалы, растем под влиянием одних и тех же взглядов.

Нужно учиться чувствовать мир и информационные потоки. Например, бизнес — это не всегда про открытия и прорывы. Можно просто копировать бизнес модели, не обязательно что-то изобретать. По сути вы, как в лего, составляете из кубиков новую модель. Для мира она может показаться новой, но по факту, создана из того, что давно уже существовало.

Все уже есть и ничего нового вы не привнесете глобально, но вы можете переосмыслить уже созданное, посмотрев со стороны. Так делают абсолютно все — создают новое из того, что уже давно существовало.

## Отношение

Как говорят: «Счастье у всех одинаковое, а проблемы в каждой семье уникальны». По факту проблемы тоже более-менее одинаковые. В основном, это недопонимание между людьми и нежелание его разрешать. Не менее проблематично то, что многие живут идеалами, то есть рисуют образ отношений и партнера мечты. Но реальность во многом отличается от фантазий, поэтому создавая в голове идеалы, можно сильно разочароваться.

Хорошие отношения — это когда они не забирают много сил и вы о них особо не думаете. Если к вам плохо относятся, устраивают эмоциональные качели, вы тратите много сил и все впустую, это не отношения, а односторонний запрос на них.

В построении должны быть заинтересованы оба партнера. В такой здоровой модели, когда отношения не центр вашей жизни, а приятный фон, вы сможете спокойно сосредоточиться на карьере, хобби и развиваться, как личность, а не деградировать.

Да, любые отношения даже хорошие — это труд. Не получится избежать негативных ситуаций, так как все мы люди, а не роботы. Идеальные отношения, которые нам показывают по телевизору, всего лишь картинка, в жизни люди так себя не ведут.

Любовь — это эмоции, наши мысли, ценности и их отражение. А партнер и отношения, которые мы строим, — это отражение того, что в голове. Вы транслируете свои мысли, убеждения и ценности, тем самым притягиваете людей, которым они откликаются.

Люди, которые нас окружают должны совпадать с вами во взглядах на мир, тогда вы сможете наслаждаться отношениями. Если они не совпадают, это нас развивает, потому что создается конфликт, новые точки зрения, мысли, новые движения, но все это у нас в голове.

Объективных понятий не существует. Например, для одного любовь — это когда дарят подарки, для другого — когда человек тратит время на общение и разделяет интересы. Нет правильного или единственного верного варианта трактовки. У каждого она своя.

## **Политика управления**

В какой-то степени знания управления уже заложены в нас. Мы наблюдаем их в других системах, если мыслим фрактально и подключаем обратную связь. Эта связь переоценивает ваши шаги, опираясь на реакции системы, также и сама система опирается на ваши действия, замыкая петлю обратной связи.

Нет такого, что кто-то важнее, а кто-то — нет. Толпа может управлять верхушкой. При этом управляет верхушка, потому что толпа находится в

позиции подчиненных. Такая структура формируется на уровне информационных договоренностей.

Лидер и толпа работают в петле обратной связи. Например, вожак в собачьей стае непрекаем. На него не нападают. Но его могут разорвать, если однажды толпа решит это сделать. Это происходит крайне редко, потому что есть ментальная договоренность, что в системе должен быть лидер, который не сильнее всех, но всеми управляет и они позволяют ему управлять.

Наши открытия — это осознание того, что есть в мире. Ни больше ни меньше. Например, электричество существовало всегда, и всё, что мы смогли сделать, это открыть его.

Карьера — это продвижение по иерархии общества. Даже у животных есть свои роли в распределении труда. Мы решили, что нужно стремиться строить карьеру, сами себе поставили задачу, но это полностью придуманная нами абстракция.

Мы не создаем явления, а договариваемся наделять их новыми смыслами. До какого-то момента валюта не существовало, тогда все решалось бартером — выгодным для обоих обменом товарами. Позже мы договорились оплачивать товары и услуги деньгами. Эта договоренность существует до тех пор, пока все согласны.

## Здоровье

В детстве наш организм адаптируется и лечится гораздо лучше, а внутренние системы функционируют на высоком уровне. Во взрослом возрасте мы не болеем часто, но уже по другим причинам: из-за гигиены рук, теплой одежды и принятых вовремя медикаментов. То есть причина низкой заболеваемости не в крепком здоровье, а в хорошем уходе.

Здоровье становится крепким, только если мы сосредотачиваемся на организме и даем ему такую же нагрузку, как в детстве, поддерживая себя в форме.

Мы рождаемся с идеальной системой внутри, которая может сама себя контролировать, развиваться и лечить практически любые болезни. Не нужно пытаться доработать эту систему или что-то менять. Все уже есть и находится в идеальном состоянии. А дальше мы можем это либо ухудшить, либо сохранить свои способности и правильно пользоваться тем, что нам дано изначально, тем, что может улучшить здоровье.

И это касается не только физического, но и ментального здоровья. Ребенок использует свои возможности на максимальном уровне, на таком, к которому мы стремимся сами. Потому что он постоянно учится, нет такого, что после

неудачи он сразу забрасывает занятие. В какой-то степени, получается идеальный управленец, если мы ему не мешаем и чуть-чуть его направляем, или идеальный сотрудник. Дальше мы начинаем учить маленького человека жить в этом мире: объясняем правила и ставим границы, уменьшая его возможности.

Итак, чтобы развивать себя, нужно научиться управлять идеальной машиной для принятия решений и обработки информации в виде мозга, а не пытаться придумать что-то новое. Конечно, это не касается тех случаев, когда человек родился с серьезными патологиями или генетическими заболеваниями, когда органы, в том числе и мозг, функционируют иным образом.

## Развитие

Мы развиваемся колебаниями: двигаемся то в одну, то в другую сторону, находим людей с качествами, противоположными нашим, от которых мы отказались еще в детстве. И так мы движемся по нашему пути взросления.

Все возрастные кризисы — это контрольные точки нашей жизни, и с каждой этой точкой мы переходим на новый виток осознания мира. Дети и юноши более энергичные и рискованные. Потом у человека становится меньше энергии и больше информации. И это не потому, что он стал умнее. Просто психологически он перешел на следующий уровень и стал полезен в наставлении молодых, потому что сам двигаться так активно уже не может, у него эта способность уходит.

На этом этапе взрослый человек начинает использовать накопленный опыт и знания.

У более молодого поколения наоборот — есть определенный максимализм в суждениях, стремление идти напролом и «пробивать стены головой» во имя целей. В какой-то степени такой подход работает, ведь если не будет узости мышления, не получится сосредоточиться на чем-то конкретном, а значит растеряется запал, сбивающий всё на своём пути. Если человек будет думать широко, вместо того, чтобы проломить стену, он начнет метаться и думать, в итоге не выполнит своей миссии.

Юношеский запал нужно направлять, потому что у них больше энергии уходит на активные действия, а не размышление и осознание. Юношество и зрелость — это части одной системы, которые не могут друг без друга. Первое — олицетворение хаоса, второе — стагнации. Эта система взаимосвязана.

Когда человек сталкивается с кризисом, это момент, когда волна колебания, то есть развития, доходит до пика, проходит его и движется вниз. Задача каждого здесь — изменить направление движения, чтобы оно пошло в другую сторону, в сторону успокоения и поиска новых смыслов.

Например, человек пожертвовал многим ради карьеры, а потом осознал, что хочет наслаждаться простыми радостями жизни, которых ему не хватало все это время. Это частая история. Пока у нас много энергии, мы бежим, но самостоятельно замедлиться и успокоиться не можем.

Если энергия не расходуется, мы попадаем в подавленное состояние, так как не реализовываем себя. Когда начинает спадать энергетический потенциал, приходят мысли о рациональности действий: а тем ли я занимался все это время.

Если вас посещают подобные мысли в кризисные моменты жизни, знайте, что вы всегда были на правильном пути. Просто сейчас пришло время это движение поменять. Ведь если двигаешься всегда в одну сторону, нет развития, а оно должно быть за счет разнонаправленности.

Разнонаправленность — это про равновесие, так как всегда две крайности, и колебания, про то, как нужно двигаться по этим разным направлениям. Поэтому даже если кажется, что нужно спасать человека из кризисной ситуации, чаще всего это делать не нужно. Людям, которые занимаются карьерой, просто нужно заниматься карьерой, это их жизнь, их путь. Им будет сложнее, если их вытащат из этой системы и поместят в другую, где, скажем, нужно заниматься семьей.

Есть немало сторонников того, что нельзя отбирать у ребенка детство, запрещать играть, давать много нагрузки. Однако многие люди, которые были «лишены» в этом плане детства, говорят, что не хотели бы это менять. Так как спустя годы они видят плоды того обучения. К тому же есть немало детей, которым нравится изучать что-то новое, заниматься спортом, музыкой и т.д. Тем более, часто профессиональные спортсмены, музыканты, художники и т.д. начали осваивать свое ремесло еще в детстве.

В фильме «Восьмидесятые» был диалог, который наверное может случиться с каждым, когда один подросток жаловался другому на жизнь и тот ответил, что у каждого есть скелеты в шкафу и если бы ты знал, какая жизнь у остальных, ты бы ни за что не захотел поменяться. Никто не хочет меняться скелетами в шкафах, а они есть у всех.

Когда человек яро показывает в соцсетях или в общении, что у него все замечательно, скорее всего, в реальной жизни все плохо. Невозможно устроить свою жизнь так, чтобы происходило только хорошее. Это противоречит закону равновесия. Дойдя до хорошего тренд идет на спад, потому что достигнул крайности, выше некуда. Вопрос лишь в том, насколько сильным будет откат в плохое и как мы сможем влиять на ситуацию.

Проблемы необходимы нам для развития, и у каждого они свои. Чужие вам не нужны, они либо вас не разовьют, либо будут не по силам, не для вашего опыта.

Многие думают, что миллионеры и миллиардеры потрясающе живут, постоянно отдыхают и ничего не делают, но на самом деле они пашут круглыми сутками и практически все люди, которые им завидуют, не выдержали бы такого ритма жизни и не хотели бы таких проблем.

Все в какой-то степени так, как должно быть. Наши проблемы даются нам, потому что мы потенциально с ними можем справиться. Человек развивается и каждый раз думает, что всё знает, а то, что не подтверждается текущей наукой, нереально.

Кажется, что все уже открыто и все, что можно, уже известно. Это потому, что человек опирается на знания, прописные истины и правила, которые написаны в книгах. Но когда все меняется, а это происходит всегда, меняется мышление.

Раньше народы поклонялись богам. Было понимание, что урожай, климат, изменение погоды, действия людей — на все это влиял кто-то свыше. Это считалось прописной истиной и передавалось из поколения в поколение как факт.

С развитием науки деятели начали приходить к революционной идеи, о том, что человек думает сам и им движет не бог, а физические триггеры, поэтому он действует определенным образом. Укоренилось мнение, что физиология действует на принятие наших решений, на мозг, на то, как человек в принципе адаптируется в нашем мире. И все сводит к тому, что есть тело, а есть процессы мышления, триггеры и реакции, которые на него влияют.

Те, кто верил в богов, и те, кто объяснял все физиологией, — два противоборствующих лагеря, которые разделяют противоположные идеи. Так как второй подход объясняет наука, а первый — никем еще не был доказан, большинство людей склонны придерживаться второго и со скептицизмом относиться к первому.

Ведь как нами может кто-то управлять, мы сами принимаем решения, не боги. Мы это делаем внутри своей черепной коробки. И нам кажется, что до этой мысли можно было дойти еще тогда, в древности.

После этого был сдвиг к другой полярности — все, что происходит с нами, происходит благодаря нашему мозгу и не более. Это про физиологию, импульсы, химические вещества и реакции.

Но сейчас мы понимаем, что кроме этого есть геном и подсознание. Мы начинаем понимать, что на самом деле решения принимаются не на уровне

тела и химических реакций, а, в том числе и за счет подсознания. Оно принимает решение и дает правильный ответ за доли секунды до того, как это приходит в сознание. То есть мы, как марионетки, которыми движет какая-то эфемерная штука, и ее мы даже не можем увидеть, пощупать и изучить.

Никто не может ответить на вопрос, что такое подсознание. И вот мы считаем, что мы шагнули на новый виток осознания, сделали открытие, взломали систему, а по факту мы пришли к тому, что нами управляет какой-то «бог» внутри нас. Мы его переименовали в подсознание и довольны, как будто сделали что-то новое. Для нас подсознание — это совсем другая структура, которая не режет слух.

Отличие подсознания от бога в том, что бога мы представляем себе инородным существом, а подсознанием — частью себя, своей психики. Ну и бог вроде как один, а подсознание у каждого свое. Хотя наверняка мы не знаем. Подсознание мы можем контролировать, достучаться до него с помощью психологов. С богом договориться труднее: раньше это делали через ритуалы и молитвы, то есть мы тоже шли на уступки с богами, анализировали, правильно ли мы поступаем, приносили жертвы, то есть совершали действия, показывая готовность к действиям. И тогда что-то менялось таким образом, как и с подсознанием. Сейчас, чтобы изменить себя, мы договариваемся с другой сущностью — с подсознанием.

Раньше мы думали, что судьба — это какая-то мифическая история, сказки, а сейчас обнаружили, что есть гены. Теперь мы считаем, что наше поведение зависит, в том числе и от наследственности, от этих генов. Они формируют наши реакции на события, предрасположенность к болезням и типаж партнера, которого выберем. Это не совсем судьба, скорее вариация того, как мы будем вести себя в жизни. Но из этого и складывается наша судьба.

Раньше мы считали, что все предопределено, но мы можем повлиять на судьбу. Сейчас мы знаем, что гены определяют нашу судьбу, но мы можем ее изменить. Но это совсем разные теории, два разных смысла.

Люди постоянно делают псевдооткрытия, но они развиваются нашу осознанность. Вот сейчас мы пришли к мысли, что нет никаких богов и судьбы, но потом мы возвращаемся примерно к этим же мыслям на другом витке этих колебаний. Мы движемся вверх-вниз от мистики до логики, возвращаемся к тому, от чего ушли, и смотрим уже немного под другим углом. В этот момент мы делаем открытие, по-другому его называем, начинаем на него смотреть иначе, считаем, что это что-то совершенно новое и это помогает нам чуть больше в нем разобраться.

Эти открытия не бесполезны. Даже если фактически ничего не изменилось, мы все равно развиваемся.

Но откровенно говоря, нам проще понять себя, когда мы знаем про подсознание, гены и физиологию, чем если бы мы думали, что на нас влияют божественные силы.

Возможно, мы перешли на новую ступень осознанности, а может быть построили себе новую иллюзию — привязали реальность к тому, что о чем сейчас думаем. А реальность всегда просто привязывается к нашему уровню мышления.

У нас происходят перевороты мышления и они полезны. К ним нужно стремиться, игнорируя прописные истины. Потому что все, что сейчас написано в учебниках, поменяется. И мы посмотрим на привычные вещи иначе: на политику, отношения, психологию, физику и т.д.

Восприятие мира и точки зрения могут измениться. Сама структура изменится не сильно, это мы начнем по-другому на нее смотреть, создадим себе еще больше теорий и объяснений. Мышление станет многовариативным.

Если смотреть на эволюцию мышления спустя десятки тысяч лет, то все эти перевороты и изменения бесполезны. Человечество все равно будет двигаться, вне зависимости от того, как мы себя поведем и что мы сделаем. Потому что система все равно дойдет до того уровня, до которого должна дойти. Если мы не будем осваивать космос и пытаться переселить жизнь на другие планеты, в итоге все равно все человечество вымрет, потому что у планеты есть лимит.

На другой планете, вероятно, будут совсем другие правила, жизнь, мысли, наука, — совсем другой мир, который не будет похож на то, что мы делаем сейчас. С одной стороны, все это неважно, с другой — важен сам процесс, жизнь, движение и развитие. Нужно стремиться к тому, чтобы быть в процессе и погружаться в него полностью, при этом пытаться не испортить то, что уже есть.

Природу нужно точно сохранить. Все, что мы можем сделать, — это просто помочь ей не деградировать.

К примеру, наши действия по подкормке почвы и уходу могут оказывать негативный эффект с точки зрения развития. Ведь если дерево растет и плодоносит и при этом выживает без вмешательства, то при дополнительном уходе может стать слабым и менее адаптированным.

Для нас сочные и вкусные плоды — это хорошо, а для растения это может быть негативным фактором. Та же ситуация и с хищниками — их нельзя подкармливать. Таким образом мы вмешиваемся в природу и нарушаем естественный ход событий.

От подкормки хищники тоже расслабятся, потеряют бдительность, либо не смогут охотиться и умрут. Все вот эти позитивные наши движения могут быть негативом. В НЛП есть понятие «причинить добро», то есть сделать для человека что-то хорошее, что потом выйдет ему боком. Однако игнорировать потребности людей и совсем никак не помогать тоже нельзя. Важен контекст.

Люди не умнеют со временем. Но нам кажется, что люди стали умнее в разрезе истории. Например, в древности народы многое не понимали, поклонялись богам, проводили дикие ритуалы, но далеко ли мы ушли от них? Мы хорошо справляемся с тестами на IQ, разбираемся в технологиях, быстрее говорим и считаем, но говорит ли это от том, что человечество стало более развитым?

На самом деле нет. Это всё говорит лишь о том, куда направлены глобальные тренды. Сейчас вокруг нас интернет и огромная масса информации, которую мы физически не можем использовать в полном объеме. Настолько ее много. Прогрессирует клиповое мышление и мы уже не думаем, как раньше. Нам проще хватать верхушки, а не копать вглубь. Поэтому мы не видим полной картины и всех взаимосвязей.

Если мы считаем, что IQ тест важен, мы учим детей его проходить. И если дети успешно проходят тест, это не значит, что у них высокий IQ.

В древности было не меньше мудрецов, люди понимали жизнь и отношения не на более простом уровне, и вероятно делали это подсознательно. Вероятно наши потомки будут считать наше кредо «Заработать как можно больше» дикостью. Мы не развиваем общество в целом, а занимаемся политикой, бизнесом и собой.

Мы не можем предсказывать результат своих действий, не знаем, как построить крепкие и здоровые отношения, и как не вредить собственной планете.

Базовые вещи в развитии и мышлении сохранились, изменились приоритеты и тренды.

## Часть-целое

Части копируют целый элемент. А целый элемент повторяет форму мельчайшей части. Планеты, организмы, компании, — все это одно и то же с точки зрения структур, систем, но при этом это совершенно разные вещи по сути, так как они по-разному работают.

Фрактальность — это бесконечная повторяемость элементов системы, которые копируют друг друга. Настоящих фракталов не так много в жизни, но они есть и они структурны. Когда вы думаете о мире фрактально, вы меняете восприятие

с какого-то отдельного элемента на целую систему и считываете похожесть всех принципов и всей структуры.

Схожесть — это идентичность отдельных параметров у разных систем или сущностей, из-за этого мы не можем назвать их точными копиями друг друга, но они схожи.

В природе много всяких сложносоставных вещей, которые созданы фрактально. Это проявляется в повторении рисунках или одной и той же формы в разных масштабах.



Каждый лист папоротника — это уменьшенная копия всего растения.

Например, здоровые бронхов оценивают фрактально: если бронхиолы (ветви бронхиального дерева) похожи на более крупные элементы, то орган можно считать здоровым. Так как это парный орган, похожесть здесь играет большую роль.

В науке используют фрактальный метод для исследований. Например, часто береговую линию оценивают по ее частям, так как это единственный простой способ. Посчитать длину береговой линии сложно, так как она ломаная и рваная, и если нужно посчитать площадь или периметр, то отмерять расстояние, учитывая все эти неровности сложно.

В какой-то момент ученые поняли, что если взять определенную часть береговой линии, посчитать ее и потом умножить на величину других частей, то получится очень точное попадание в площадь и периметр территории. То есть

берут маленький элемент, рассчитывают его параметры и просто масштабируют. Результат таких вычислений получается очень точным.

С точки зрения логики такая схожесть может показаться фантастикой. Но оказывается, что это так и работает: структуры просто строятся по принципу схожести, поэтому можно посмотрев на один элемент, узнать информацию о другом или о системе в целом.

Интересно, что такой подход одновременно противоречит принципам системного мышления. Там говорится о том, что вы не можете, взглянув на одну маленькую часть, понять, как она взаимодействует со всей структурой и какими свойствами обладает.

И это правда. Например, если посмотреть на молекулы воды и даже соединить их в общую картину, то вы не поймете, что вода мокрая, если уже не знаете об этом факте. Система на большем масштабе при слиянии разных вариаций элементов получает новые свойства, которые не были видны до этого. Но структура все равно в чем-то может быть похожа.

Есть грань, когда вы смотрите на схожесть или когда вы пытаетесь оценить полную систему. Научиться думать фрактально — это видеть закономерности и принять, что системы не полностью копируют друг друга, то есть системы большего масштаба отличается от меньшего по каким-то параметрам, показателям и свойствам.

В отношениях между людьми фрактальность может проявляться следующим образом. Между похожими людьми возникает нейронная связь. Это когда один видит другого и он его принимает, оценивает его состояние, ценность, убеждения и положение, а потом приравнивает к себе, когда ощущает себя схожим. Возникает нейронная связь. Если вы не отождествляете себя с человеком, вы не будет чувствовать к нему такой привязанности и эмпатии. А происходит это за счет схожести структуры личности и опыта.

Если говорить о бизнесе, то тут, как в природе — это организм, он тоже живёт, развивается, проходит разные этапы становления. В структуре есть отделы, которые работают совместно, но над разными вещами. И если по каким-то причинам из строя выйдет весь отдел, возможно, из-за массового увольнения в целях обновить кадры, то другие отделы почувствуют на себе сразу последствия этого решения.

Если мы говорим, о том, что человек растет, развивается, взрослеет и у него меняется восприятие мира, то у бизнеса происходит все то же самое: здесь тоже есть перепады, периоды, когда он растет, развивается, когда создает продукты и развивает новые направления. Похоже на обычную жизнь. Ведь бизнес — это не какая-то отдельная сущность со своими законами

существования. Все метафорично. Он тоже рождается, умирает, развивается по определенным виткам стабильности — от молодости, состояния стартапа до взросления и перехода в неповоротливую корпорацию. Наш организм и бизнес проходят одни и те же циклы.

А если принципы нарушаются, то все перестает работать. Непохожая на других структура вряд ли выживет в этой системе. Кроме редких исключений.

Например, компания Нетфликс в свое время начала набирать на работу состоявшихся профи, платить им много денег и удерживать, чтобы они двигали компанию.

Все компании работать так не смогут, иначе система бизнеса развалится. При такой модели система откатится назад, так как это невозможно, чтобы в каждой компании работали одни профи. Откуда их взять столько?

На примерах природы можно учиться бизнесу: то, как взаимодействуют стаи, эволюционирует флора и фауна, как растения и животные общаются между собой, — этому можно учиться, так как мы тоже строим бизнес на людях, системах управления и взаимодействиях.

Если посмотреть на муравейник, то там все устроено не хуже, чем в серьезной компании. Тот же фрактал можно найти и в себе. С одной стороны, мы целый организм, у нас есть своя личность и она отличается от других. Наша первостепенная сущность. Все люди разные со своими свойствами и особенностями, но каждый человек разбит на огромное количество субличностей. Это встречается на многих уровнях.

Во-первых, мы по-разному общаемся в семье, с друзьями и на работе — для каждого фрейма подбираем свои реакции, поведение и даже образ мышления.

В какой-то степени это маски, и довольно сложно определить, кто мы на самом деле и какая личность реальная. Но ответ прост: мы состоим из множества личностей. Как организм состоит из органов и огромного количества клеток, так и сама личность — это определенная часть целого.

У каждого есть отдельная личность для отношений, семьи, работы и т.д. Эти личности по-разному живут, думают, можно сказать, это разные люди. Меняться могут мысли, действия, выражение лица и телодвижения. Но и это не конец. Каждая личность может быть разбита на субличности.

Например, во время работы внутри вас могут бороться несколько субличностей: одна будет бояться новых задач, другая — захочет их сделать несмотря ни на что, третья — будет все делать спустя рукава, лишь бы побыстрее закончить. Все это части, которые живут внутри личности «работника».

Субличности взаимодействуют друг с другом и живут, как в семье. Они могут ссориться, мириться, преследовать общую цель, воевать друг с другом и мешать.

Как снаружи есть общество, система общения коллектива или семьи, так и у нас внутри есть нечто подобное, состоящее из субличностей. Это огромное количество личностей, которые живут своими жизнями, делами, ценностями и целями.

Сложно сказать, что это — субличности или разные грани нашего «Я». Но не так важно, как мы это назовем, важно, что оно есть. Если человека погружать в транс, то эти личности могут проявить себя и выйти на связь.

Часто во взрослом возрасте у нас есть проблемы из-за того, что мы в детстве чего-то недополучили, или если нас обижали. И вот этот обиженный и недолюбленный «ребенок» может жить внутри и влиять на нашу взрослую жизнь. Это действительно важная грань нашей личности или субличность. Обычно достучаться до нее несложно. Но в особых случаях, когда была сильная травма, может помочь только гипноз.

И, о, чудо. Если этот «ребенок» прятался где-то глубоко, пока вы были в сознании, то во время транса он может выйти на контакт. И даже если он и в этом случае молчит, то может контактировать через движения и подавать в разные части тела импульсы, которые можно зафиксировать и оцифровать.

Взаимоотношения между нашими субличностями происходят бессознательно. Вы наверняка замечали эти моменты, когда мы пытаемся договориться сами с собой, заставляем себя что-то делать, спорим, переубеждаем — ведем диалог сами с собой. Так как внутри нас раздрай архетипических личностей.

Если проанализировать окружение и общество в целом, то можно заметить, что у каждого превалирует определенное направление личности, на которую люди обычно вешают ярлык, так как она самая яркая.

Однако, если проанализировать трех эпилептоидов, то это будут три разных человека, похожие лишь работой нервной системы.

Это как сравнивать двух тяжелоатлетов в категории от 89 до 102 кг. Если это международные соревнования и один спортсмен, скажем, кореец, а другой — норвежец, то структура организма у них будет разной. Некоторым национальностям сложнее набрать мышечную массу. Для азиатов 89 кг с минимальным процентом жира — это колоссальный труд. Чего не скажешь о северных народах — мышцы у них растут быстрее. Поэтому в данном случае масса спортсменов может быть одинаковой, но количество вложенных сил будет разное.

У кого-то от рождения задатки к бегу, а у кого-то — к тяжелой атлетике. Но это не значит, что невозможно добиться того, к чему нет предрасположенности.

Например, боксер Рой Джонс, который был средневесом, дошел до супертяжа и выиграл у всех. Это определенный тип личности. Во-первых, у него особенное физиологическое строение и мышление. Он относится к небольшой прослойке людей, у которых это с рождения. То есть он не только развивается, но и имеет предпосылки.

С точки зрения физической силы он не был супертяжем, но смог забрать себе все пояса и стать лучшим боксером в мире, вне зависимости от весовой категории. Есть популярное мнение, что это случайность и большинстве ситуаций такого не происходит.

Но ничего не случается просто так. Нет типов личности, которые не нужны в системе, каждый из них появляется в необходимом для системы количестве, чтобы стимулировать ее развитие. Но это также стимулирует и наше развитие.

Даже психопаты нужны системе в определенном количестве — в пределах 10-15%, но они будут всегда. Они являются патологическими личностями, которые при полной сохранности мышления могут вести себя аморально и даже опасно для других. У них превалирует животная часть, нет страх, эмпатии и ощущения эмоций, поэтому они чуть ближе к дикой природе, если сравнивать животного и человека. Да, они могут научиться изображать эмоции, но чувствовать их им сложно. Они не знают, что такое наслаждаться моментом, например, понюхать цветок и испытать экстаз от аромата.

Из года в год рождается примерно одинаковый процент психопатов. Количество может постепенно меняться, но не глобально. Компаниям тоже нужно какое-то количество определенных сотрудников. В семье тоже должны быть яркие лидеры, серые кардиналы и те, кто просто следит за обстановкой. И если какая-то прослойка людей быстро сокращается или наоборот — быстро растет, то рано или поздно система все равно вернется к усредненному показателю.

Вне зависимости от того, хотим мы или нет, но в системе будут определенные психотипы, даже если они опасны для окружающих. Люди рождаются не такими, как мы пожелаем, а такими, которые нужны системе. Они становятся носителями родительских генов, которые все смешиваются в ребенке. Поэтому мы — не точная копия родителей, а нечто модифицированное.

## **Здоровье**

Наше тело — это отражение общества. Им управляют клетки, органы и субличности. С ними тоже нужно вести беседу, договариваться, помогать, поддерживать, и тогда вам будут помогать в ответ.

Вы должны идти в одном и том же направлении иначе будет раздрай. Например, у людей с расщеплением личности в момент, когда менялась личность в голове, менялась и вся структура организма в плане биохимии. То есть одна личность могла чем-то болеть, но при переходе в другую личность симптомы отступали.

Зафиксирован случай, когда у психически больного пропадал сахарный диабет при переключении на другую личность. Наука не знает, как контролировать и лечить эту болезнь, а мозг просто менял личность, и та личность уже не болела. Настолько сильно она влияла на биохимию организма.

Бактерии это еще одна важная неразрывная часть нас, без которой мы не можем жить. Мы — как планета, для них. И вариантов сосуществования несколько: либо жизнь в симбиозе, либо в состоянии войны. Это в любом случае синергия.

И у них также есть свои «сообщества», которые отдельно живут в своих анклавах, отдельных органах, может быть даже воюют друг с другом — процессы похожи на то, что происходит у нас на уровне семьи, страны, на уровне взаимодействия человека и природы, клеток и субличностей. Все происходит по одному лекалу, по одному образу и все это живет совместно.

## **Развитие**

Развитие в природе — это эволюция, и в общем-то, мы эволюционируем по тем же принципам. Мы находим более правильные и простые методы, чтобы адаптироваться и выживать. Начинаем меняться сами, менять мышление, — все это подобно эволюции. Она работает именно так: находит наилучшие решения и периодически вводит тесты, которые позволяют отойти от общей структуры.

Мутации не могут быть в повсеместно, потому что тогда перестанет работать то, что работало хорошо. Но без отклонений нельзя найти новое и шагнуть на новый виток эволюции.

И опять же нельзя рассматривать конкретную точку и по ней оценивать всю структуру. Нельзя понять, как думает мозг и какие у него свойства, судя по одному нейрону.

Но мы думаем таким образом, потому что у нас есть организм. Например, когда человек хочет создать искусственный интеллект на основе работы мозга, это в корне неправильно, потому что мозг без тела не думает, так как не получает достаточно опыта.

Наше мышление неразрывно связано с телом. Мы познаем мир телом и учимся нашими ощущениями. Это сложный процесс, в котором одной логики

недостаточно. Без тела и органов восприятия у нас было бы совсем другое мышление. Поэтому в вопросах искусственного интеллекта бессмысленно стремиться к созданию идентичной мозгу сети.

Вероятно, рано или поздно мы сами придем к мысли, что необходимо интегрировать искусственный интеллект в голову и получатся уже другие люди. Может быть, природа именно к этому нас и готовит.

Катастрофический для нас исход, если искусственный интеллект выделится в отдельный самостоятельный вид. Это будет новой ветвью эволюции, которую создали мы сами, но вполне вероятно, что это эволюция природы.

Вместе с этим люди тоже должны шагнуть на новый виток развития. Движение в сторону автоматизации и технократии, вполне себе может быть волей природы, которая намекает, в какую сторону копать.

С одной стороны, это звучит ужасно, но с точки зрения природы и системы — это более-менее логично, как будто, так и должно случиться. Ведь система должна развиться и во что-то трансформироваться. Из тестов и экспериментов должны появиться новые виды. Человеческое развитие стремится в сторону технологий, наше мышление шло в эту сторону постоянно и вполне вероятно, не зря. Как мы уже говорили, новые решения и новые мысли — это подсознание, а оно может контролироваться всей системой. А значит всё наше общее развитие, может быть планом системы по новому качественному скачку.

## Часть-целое 2 часть

Наши личности проявляются, даже когда мы меняем страну, работу или должность. На управленческих должностях люди часто выбирают определенную модель поведения, для того, чтобы показывать свой статус, правильно управлять, иметь авторитет в глазах сотрудников и тд.

Это вынужденная мера, на которую люди сами идут сознательно. Но есть неконтролируемая часть, которую очень сильно меняет мышление на подсознательном уровне — например, изучение языка. Когда человек осваивает иностранный язык, начинает на нем мыслить, речь начинает подстраиваться под интонации носителей языка. Параллельно у него меняется мышление и даже поведение.

Когда люди учат иностранный язык и практикуют его в разговоре, они вынуждены перестраивать себя ментально. Они будто становятся приближенными к другой стране, начинают сами себя менять, подстраиваться под эту игру, пытаются подражать нейтивам.

Особенно это заметно, когда человек говорил, скажем, на русском, а потом резко перешел на английский. Видно, как изменяются телодвижения, мимика, интонация и даже голос. Даже в моменты пауз, в перерывах, у человека меняется лицо.

Эти изменения происходят мгновенно и человек очень сильно меняется. В том числе меняется и мышление. Если человек изменился физически, у него произошли такие же глобальные изменения внутри. Изменился подход к решению проблем, ценности, уровень агрессии и доброты. В этот момент он обретает еще одну личность.

Мы не так часто видим переключение человека, когда он минуту назад говорил на родном языке, а сейчас перешел на иностранный. В момент переключения происходит перестройка и можно увидеть глобальные изменения в теле и поведении. И это еще одна новая личность, вложенность, просто еще одна часть нас. Так как мы состоим из огромного количества этих частей.

## Природа

Внутри нас живут бактерии, и мы с ними сотрудничаем, если у нас идет какой-то разлад, то у нас страдает весь организм. И эти страдания сказываются на окружающих. Мы меняемся под действием бактерий и микробов. Они контролируют нашу жизнь, а мы, тем самым, контролируем их жизнь, потому что они живут в нас и их комфортное существование зависит от нашего благополучия, питания и образа жизни. Кто тут важнее — организм, наше сознание или бактерии — сказать сложно.

В природе есть огромное количество вложений: атомы, клетки, организм. У атома есть ядро, вокруг которого врачаются электроны. Все это складывается между собой и получаются разные вещества.

Дальше, на макроуровне, встречается все то же самое: солнечная система, галактики или просто электроны, все оказывается похожим друг на друга.

Структуры везде примерно одинаковые: есть центр и система, которая от него зависит, к нему привязана, функционирует вокруг него. Спутники врачаются вокруг планет, планеты — вокруг Солнца. Галактики тоже группируются и образуют скопление. А эти скопления объединяются в сверхскопления.

На «невидимом» уровне, на уровне атомов все происходит так же: есть структуры и непрерывный процесс вращения. И тут действует закон квантовой физики: система меняется, как только появляется наблюдатель, то есть одного наблюдателя хватает, для того чтобы система изменилась.

## Равновесие

Итак, мы завершили арку фрактальности и теперь переходим к следующей части — равновесию. Оно включает в себя несколько понятий:

- количественное **равновесие**, это про то, сколько в каждой системе определенных сущностей.
- количественное **выравнивание**, стремление к определенной процентной разбивке.
- **духовность**, которая разделяется на полюса и истину. Полюса — это крайности, как левая и правая часть, как добро и зло и т.д.
- **середина**, которая бывает разных видов: бывает центральное и истинное положение, которое сильно масштабирует процесс.
- **двойкость**, это о том, что в любом процессе необходимо наличие крайностей, которые в принципе создают движение и развиваются системы. Все это мы разберем далее.

Люди выбирают своих «вторых половинок», чтобы они развивали друг друга, поэтому говорят, что противоположности притягиваются. Это нужно, чтобы уравновесить систему, перемещая обоих ближе к центру, если они действуют совместно.

Проводили эксперимент: женщинам давали вещи мужчин, чтобы они по запаху определили, что для них пахнет приятно, а что нет. В итоге женщины выбрали вещи мужчин, которые по генотипу максимально отличались от них. То есть подсознательно они выбирали тех, кто им больше подходит для развития.

У всего есть общий тренд движения. Мистики, верующие и учёные, изучающие геном, утверждают, что у человека есть предназначение. Как они говорят, наша программа жизни предопределена. И пройти по этому пути мы можем простым способом, двигаясь прямо и не отрицая судьбу, или зигзагами, пытаясь что-то изменить, но все равно возвращаться к своему предназначению. Само направление не меняется, меняется только движение.

По теории о геноме, генотип все больше влияет на нашу жизнь с возрастом. Сформировавшийся организм на 75% соответствует программе, прописанной изначально. Поэтому можно сказать, что наша жизнь в какой-то степени предопределена.

Но это не противоречит принципам, от которых мы говорили выше. Наш путь иллюстрирует график движения по синусоиде: отходя то в одну сторону от своего пути, то в другую мы пытаемся соблюдать принцип равновесия.

Мы двигаемся по своей прямой, но периодически отходим от нее, как свет, который является и волной, и фотоном. Фотон движется в одном направлении, иногда изменяя траекторию, а вокруг него — волна, которая не самостоятельна в выборе направления. Она как спутник, который зависит от планеты. Максимум, что может — отклоняться в сторону, но в пределах своей траектории.

Когда мы оцениваем ситуацию на предмет равновесия, всегда анализируем противоположные сущности, то, как далеко они находятся друг от друга и от центра. Противоположности не могут друг без друга, так как они неполноценны и не развиваются друг без друга.

В художественных произведениях всегда есть герой и антигерой, и один определяет другого на контрасте. Обычно они пребывают в состоянии войны, но ощущают интерес иуважение друг к другу, а жизнь становится бессмысленной без своего антипода.

При столкновении они начинают уравновешивать друг друга и двигаться к балансу в своих навыках. Главный герой становится более жестоким и расчетливым, чтобы суметь противостоять противнику. По ходу произведения он получает навыки, которые есть в антигерое и которых ему не хватает. А антагонист в конце концов развивает человеческие качества: начинает больше ценить жизнь, людей, более лояльно относиться к окружению. Другими словами обогащает свой опыт и становится более сильной и сбалансированной личностью.

Иногда они настолько сильно влияют на друг друга, что оба проникаются ценностями и мировоззрением друг друга. В итоге становятся за одно и помогают друг другу, становясь чуть ли не лучшими друзьями, даже если им приходится по сценарию в итоге биться до смерти. Такой сценарный ход цепляет больше всего, когда два полюса уравновесили друг друга и сдвинулись к центру, получая больше опыта и развития.

## Равновесие и количество разных

В мире всегда рождается определенное количество психотипов. Это не дает системе рухнуть. У каждого есть предпосылки к определенным вещам и если на эти предпосылки накладывается подходящая среда, то человек реализует себя в полной мере.

Суть лидеров — вести за собой людей. Если они отходят от этого принципа, и не используют свою особенность, им становится тяжелее жить. Если есть потенциал, который не реализуется, появляется неудовлетворенность и напряжение.

Человек всегда стремиться реализовать себя бессознательно, но делать это мешают внешние факторы. Например, если ребенок-лидер рос в семье военного и его отец настоял на этом же пути на своего сына. Так человек попадает в систему, которая строится на жесткой иерархии и подчинении, лидерские качества не реализуются, так как мало свободы, ведь всегда есть кто-то, кто тобой командует и кому ты должен подчиняться.

Есть определенные пропорции, по которым существует общество. На 100 человек не может быть 90 лидеров, тогда система развалится, потому что лидеры будут друг с другом конфликтовать, начнется «мышиная возня», из-за которой все развалится.

При этом если есть перекос в обратную сторону, например, на 1000 человек 1 лидер, а остальные — исполнители. Так система тоже не будет функционировать, так как на плечи одного человека ляжет слишком много обязанностей и контроля. Основатель компании может управлять тысячами людей один, но не своими руками. А если у него в подчинении есть менеджеры среднего звена, которые тоже управляют группами. Они тоже лидеры, но иерархией ниже.

Толпа всегда жаждет лидера, так как мало кто любит брать на себя ответственность и принимать важные решения. Всегда проще переложить решение вопросов на другого. Поэтому лидерство — это не столько свобода, сколько управление процессом, напряжение, ответственность и определенные сложности.

Также есть определенный процент логиков и «креативщиков». Вероятно, первых больше, так как креатив — это про творчество и придумывание идей, а если половина людей будет просто что-то придумывать, то система тоже не будет работать.

Да и есть достаточно людей, которые любят работать руками. Кому-то проще удобнее и приятнее заниматься резьбой по дереву или строительством, чем, скажем, наукой. Для ученого важно генерировать идеи, что-то исследовать и ставить эксперименты. И обычно что мастер, что исследователь смотрят друг на друга с непониманием и сожалением. Каждый считают другого несчастным. Но на деле это просто разные принципы мышления.

Однако бывает и такое, что человек родился с предрасположенностью к одному делу, а стал заниматься другим, но это не случайность, а страховка системы.

Например, если лидер один и никто не может составить ему конкуренции — это плохой знак. Нет гарантий, что у этого человека будут хорошие управленческие навыки, всегда есть риск тяжелой болезни или летального исхода. И в этом случае его должен кто-то заменить. Необходима выборка среди людей, которые являются потенциальными лидерами. Все остальные не реализуются, перейдут на другую позицию, либо будут управлять на более низших уровнях. Такое деление повторяется от системы к системе.

Но в зависимости от внешних условий могут быть отклонения и изменения. Например, нельзя сказать, что в деревне и в мегаполисе один и тот же срез общества. В большом городе может быть больше творческих людей, так как им есть где работать и проявить себя, а в деревне их потенциал просто будет пропаивать.

Элементы, которые пошли не по своему пути, развиваются систему. Аномалии привносят новое, система трансформируется, и если изменения проходят успешно, результат укрепляется. Бывает такое, что условия помешали человеку реализовать его потенциал, но он стал успешным в другой сфере.

Подсознательно люди занимают позиции там, где они больше нужны. Поэтому иногда люди становятся эффективными, когда они не на своих местах.

Фрактальный принцип равновесия количества сохраняется во многих системах. Он может трансформироваться, но он остаётся. Например, в ранние столетия нашей эры в людях ценилось отсутствие страха и эмоций — такие люди становились отличными воинами. Сейчас это продолжает цениться среди полицейских, судей, врачей. Но вместе с тем, это признаки психопатии.

Система эволюционирует и вместе с ней меняется процентное отношение. Эволюция — это всегда адаптация, но происходит она постепенно в зависимости от потребности системы. На уровне веществ, планет, галактик тоже есть принципы и правила насыщенности по плотности каких-то элементов, чтобы регулировать процентное соотношение сущностей и не нарушать баланс.

## Бизнес

Все не могут быть лидерами. Раньше проблем с этим не было, но сейчас в обществе сильный культ денег и предпринимательства. В России он начался относительно недавно. И многие загорелись идеей открыть свое дело с целью разбогатеть. Бизнес для таких людей — это инструмент. Они хотят зарабатывать много денег и видят в предпринимательстве потенциал. Однако не понимают главного, что по-настоящему успешным становится менее 1% стартапов — большинство «умирает» в первый же год.

А все потому, что люди быстро загораются идеей предпринимательства, насмотревшись фильмов и начитавшись книжек об успешном успехе. Им кажется, что это путь к огромному количеству денег и свобод. На самом деле все наоборот — здесь больше ограничений в плане времени, ресурсов, сна и много напряженки.

Из-за идеи фикс разбогатеть и больших сложностей на этом пути появляются инфобизнесмены, которые учат людей «денежному мышлению». Учат тому, что озолотиться может каждый, что невозможно системно.

Если все будут предпринимателями, кто будет тогда работать? На предпринимателя должен кто-то работать, в этом суть. Даже партнерство, когда есть несколько владельцев одной компании, это тоже не совсем предпринимательство, так как дело не принадлежит одному человеку целиком.

Если человек открывает свое дело и выступает в роли работника, это самозанятый или фрилансер. Например, если новое поколение поголовно будет работать на фрилансе, начнутся сбои в системе. С начала нулевых было модно получать юридическое и экономическое образование. Из-за высокого спроса, эти специальности стали самыми дорогими в вузах, а рынок быстро пресытился специалистами. Сейчас идет тренд на IT-профессии. И вероятно с ним произойдет то же самое.

Чтобы система была в балансе, люди должны идти по своему пути, заниматься своим предназначением. Навязанные извне мысли и идеи отдаляют вас от вашей судьбы. Под судьбой я подразумеваю не конкретные события, а потенциальное направление.

Следует стремиться к развитию индивидуальных навыков, талантов и желаний. А предпринимателями суждено быть определенному количеству людей. Так как это структура личности, с которой рождаются, и которая потом укрепляется в возрасте до 5 лет. Они рождены для того, чтобы предпринимать, у них «зудит», им нужно что-то делать и создавать. Да, научиться этому может каждый, но если это не ваше, то вы будете часто сталкиваться со сложностями, даже там, где другие их не испытывают.

## Отношения

Быть предпринимателем — это идея, навязанная обществом. То же самое можно сказать и про желание общаться с людьми. Социально одобряемое поведение — когда человек имеет много друзей, постоянно «варится» в потоке общения и чувствует себя там комфортно. Но в жизни такое не может быть повсеместно. Ввиду структуры личности добрая половина людей теряет силы при общении с другими, а не восполняет их. Назовем их интровертами.

Усугубляет ситуацию то, что на такое поведение обижаются или воспринимают желание побыть с собой наедине за нелюдимость. Поэтому многие люди скрывают свою интровертность, играя по правилам общества, из-за этого больше устают по жизни.

В системе сбалансированы типы людей, поэтому интроверты — это ее важная часть. Я уже не говорю о том, что для какой-то работы подходит только такой тип личности. Например, не каждый сможет писать код изо дня в день на протяжении многих часов, чувствуя себя при этом прекрасно.

Процентное соотношение типов личности меняется, исходя из адаптации и эволюционных процессов. Не обязательно в хорошую сторону, но движение есть всегда и, скорее всего, от одного пика до другого, вверх-вниз.

Есть люди, которые обзаводятся большими семьями, а есть те, кто принимает решение провести жизнь в уединении с собой. Например, монахи живут аскетичной жизнью, а некоторые принимают обет безбрачия и при этом чувствуют себя счастливыми. Мы можем охать и ахать, ведь по нашему мнению, человек обрекает себя на несчастную жизнь, но вероятно он будет еще счастливее, чем многие «нормальные» люди.

Мы жалеем людей, которые остались одни, особенно пожилых, и чаще всего им действительно не хватает общение и внимания. Но бывает и такое, что одинокая пожилая мама, имея большую семью, отказывается от посещения общих праздников и просит пореже привозить внуков. В глобальном плане есть люди, которым комфортнее жить в одиночестве. Но из-за того, что их не так уж и много, остальные их не понимают.

Система предполагает разнообразие, противоположности и взаимоисключающие вещи, иначе она не развивается. «Одиночки» — это тоже разнообразие системы, аномалия в понимании большинства.

Любое отклонение рождает напряжение и вызывает вопросы, а реальное равновесие находится в центре графика.

Компании, города и страны структурируются какими-то типами личности в разные этапы эволюции. Внутри страны есть лидирующие местности и периферия, то есть самые богатые и бедные округи. Это закон Парето, когда 20% дает 80% результата. Процентная разбивка условна, это может быть 10/90, 5/95 или 30/70 — зависит от ситуации.

Но нужно помнить, что такие перевесы, — это не норма. И эффективность повышается, когда все стремится к центру. Особенно это касается локальных систем.

Такая структура количества фрактальна: распределение есть между людей, городов и стран. Например, в плане мышления есть разбивка на восточное и западное. Запад думает про каждого человека по отдельности, про индивидуальность, а Восток — про общество и продвигает коллективные ценности.

В разных культурах одно и то же действие будут оценивать по-разному. Например, человек совершил преступление. На Западе посчитают, что в преступлении виноват сам преступник, на Востоке — подумают о том, как на это повлияла система и почему человек сделал именно такой выбор. Одна ментальность строится вокруг культа личности, но ее уравновешивает другая, где в приоритет ставится общество в целом. Как Инь и ян, которые хорошо отражают принципы равновесия: полюсность, центр, духовность и двоякость.

### **Здоровье**

На микроуровне роли клеток тоже разбиты на определенное процентное соотношение. И у каждого оно разное. Даже если смотреть с точки зрения эволюции, количество клеток мозга постоянно увеличивалось с каждым новым видом человека.

У каждой клетки есть своя задача, и вероятно на своем уровне она просто функционирует, но ей неизвестна задача всей системы. Мы живем так же, так как не знаем, почему общество функционирует так, как оно функционирует. Мы согласны с мыслью, что организм регулирует количество и соотношение клеток, но то, что, например, количество людей и животных может регулироваться на планете по такому же принципу — для нас странно. Хотя оба этих мира фрактальны, а значит процессы и там, и там похожи.

Человек с самого начала появления на Земле начал влиять на нее: изменилась флора и фауна, вымерло огромное количество животных, изменился климат. Но почему мы так действуем, из каких побуждений — это уже другой вопрос.

Возможно все идеи принадлежат системе, а не нам. А мы лишь руки, с помощью которым она проводит регуляцию. Лекарствами мы выводим из равновесия клетки и бактерии нашего организма, а потом страдаем. Системе приходится долго приходить обратно к балансу.

Когда организм сам борется с болезнью, у него вырабатываются антитела, клетки иммунитета. Это работает так: состояние сперва ухудшается, но потом система адаптируется к болезни и справляется с ней.

Но когда мы выпиваем таблетку, нарушается баланс — уничтожаются как «хорошие», так и «плохие» бактерии. Лекарства оказывают медвежью услугу, так как не дают организму справиться самостоятельно. Происходит пресыщение клеток иммунитета, и организм перестает их производить.

Уничтожаются и клетки-защитники, и клетки-вредители. Тем самым мы приводим систему к дестабилизации, так как вмешиваемся в процесс равновесия.

К данному вопросу нужно относиться без фанатизма. Я не заявляю, что прямо сейчас всем нужно отказаться от лекарств. Всегда оценивайте подготовку организма, проходите обследования, чтобы быть в курсе своего состояния, оценивайте степень тяжести болезни и то, можете ли вы прямо здесь и сейчас выпасть из рабочего цикла, чтобы переболеть дома естественным способом.

## Развитие

В развитии всегда должно быть сложно, но до определенной степени. Если вас слишком сильно напрягает какой-то процесс, скорее всего вы в нем сильно развиваться не будете, потому что пропадет мотивация. Но если будет слишком легко, потухнет интерес.

Развитие складывается из непохожих друг на друга элементов. Например, если в компании работают только логики, продвижение будет медленное и однобокое, так как нет тех, кто привнесет эмоциональность в работу и посмотрит с другой стороны на происходящее.

Зачастую методологии опираются на какую-то одну идею. Например, такие, где все нужно считать и оцифровать. В чистом виде такая система нормально не работает, потому что всегда есть момент интуиции. Когда нужно брать не за счет просчета, а за счет креативных решений, которые не рождаются по конкретному лекалу, а приходят сверху. Продумать заранее можно направление и рамки, но просчитать прорывную идею нельзя.

Если мы двигаем систему в сторону логики и просчетов без интуитивного обдумывания, то наша система работает плохо. Если мы наоборот занимаемся управлением только с помощью нашей интуиции, то у нас нет цифр, на которые мы сможем опираться. И это взаимодополняющие вещи и они должны быть в системе в определенном объеме.

Запоминание и усвоение информации играет в развитии большую роль. Например, память лучше всего работает, когда мы на нее воздействуем с разных сторон:

- строим логические цепочки;
- визуализируем образы;
- создаем эмоциональные метафоры;
- задействуем аудиальный и кинестетический канал.

Нужно анализировать системы, чтобы понять, какая сторона проседает. Например, вы делаете упор на логику, но игнорируете эмоциональный подход, или считываете информацию визуально, но не воспринимаете в форме звука.

## Природа

Может показаться, что в природе одни элементы более важные и полезные, а другие — не играют особой роли. Но это не так. Нельзя сказать, что лидер важнее подчиненных. Если не будет обычных сотрудников, не будет смысла в лидере. Научный деятель не важнее строителей. Потому что люди, которые создают что-то своими руками сильно меняют мир.

Руководитель без сотрудников и партнеров — бесполезный элемент, который сможет что-то придумать, но не воплотить. Он управляет системой, но не значит, что стоит выше всех. Управление — просто его работа. У других работа иная. И это не значит, что они хуже. Все эти личности важны, потому что если есть перекос, то система работает плохо или не работает совсем. Поэтому важно понимать роль каждого человека и нужда в разных элементах.

Нет чего-то более и менее важного, есть система и она либо согласована, либо нет. Количество психотипов, настроек, талантов всегда уравновешенно.

Если в системе одна часть видоизменяется, то же самое происходит и с ее противоположностью. Так проявляется равновесие. Если по каким-то причинам лидеров становится больше, то станет больше последователей — чтобы сохранить баланс, увеличится объем.

Болезни тоже проходят эволюционный путь: если это сильные болезни, которые убивают сразу много людей, запуская эпидемию, но потом, чтобы выжить в этом мире, они начинают адаптироваться и становятся менее агрессивными. Может быть и другой сценарий, когда в самом начале болезнь «тихая», а потом через какое-то время обретает невероятные масштабы и так же быстро исчезает. Ровно это произошло с коронавирусом. Ведь его обнаружили еще в 20-ом веке, но по-настоящему опасным он стал в 2020 году, а спустя пару лет и вовсе утих.

Болезни не могут действовать рандомно: просто появляться, уничтожать какой-то процент людей и исчезать. Это происходит по определенной логике. Во-первых, есть периоды, которые разбросаны во временных интервалах, где все движется по условной синусоиде. Во-вторых, всегда есть колебания и это определенный инструмент регуляции системы.

Равновесие проявляется в регрессии к среднему значению. Например, гениальные в детстве дети во взрослом возрасте ничем особо не отличаются от других. А те, у кого в школе была задержка развития зачастую подтягиваются до средней успеваемости в более старшем возрасте.

## Центр полюса

Полюса — это крайние значения одного явления (добро и зло, правда и ложь и т.д.), которые поодиночке не работают в плюс. Это неуравновешенная и довольно негативная система с точки зрения нашего общего понимания. В ней должны быть противоположности, но когда между ними есть сильный перекос, это плохо. Но обычно в жизни постоянно происходит перекос в какую-то сторону: когда мы к чему-то стремимся, мы выбираем одно направление и развиваемся в нем, гипертрофируя его.

Например, в отношениях нередко прибегают к манипуляциям, когда давят на нужные точки, чтобы добиться от человека желаемого. И это работает, хоть и вызывает вопросы с точки зрения морали. С человеком можно работать и из него можно сделать что угодно. Общаясь только на языке манипуляций, вы рано или поздно упретесь в потолок и не сможете ставить новые цели, так как вы все это время двигались только в одном направлении и вероятно дошли до пика.

Вы упустили интуитивное, подсознательное и эмоциональное поведение, пока шли по пути механических манипуляций. Люди обычно движутся к какому-то полюсу и верят, что, если сосредоточиться на чем-то одном, то можно добиться большего успеха. Но это так не работает.

Всегда есть оптимум, то есть лучший усредненный вариант без крайностей и фаворитизма.

Когда есть движение к одному полюсу, мы постепенно привыкаем думать в одном ключе и отрицаем все остальное. Например, наука объясняет мир только с точки зрения расчетов физических величин, выводит законы, которые можно подтвердить, поэтому она однобока. С другой стороны есть вера, которая объясняет происходящее божественным замыслом и выступает антагонистом науки. Это крайности, а истина где-то между.

В бизнесе все то же самое. Возьмем два полюса «хорошо» и «плохо»: если в бизнесе дела идут хорошо, сотрудники и управленцы расслабляются, из-за этого начинается спад. Мы все время движемся вперед и откатываемся обратно — как только привыкаем к комфортным условиям, они сменяются стрессом и хаусом.

Комфортные условия — это крайнее пиковое состояние. И дойдя до него нас отрекошетит обратно к другому полюсу. Систему начнет шатать, качать и дальше ее можно уже не удержать.

Мы хотим, чтобы с бизнесом, отношениями и здоровьем всегда все было хорошо, поэтому стремимся получить позитив во всех сферах. Надеемся, что

заработка много денег и тогда жизнь наладится. На деле, когда мы достигаем одного заработка, сразу ставим планку — заработать больше. Конца, как и удовлетворения от достигнутого, не наступает. Мы просто идем в этом векторе, погружаясь все глубже и глубже. То же самое и с отношениями.

Когда нет изменений, есть привыканье. Если мы не развиваем отношения, то есть находимся в одной точке, постепенно пропадает интерес, так как нет движения. Движение и жизнь — это про колебания, про другой фрейм, но он неразрывно связан с равновесием, поэтому я буду постоянно к нему обращаться.

Эмоции в отношениях быть должны: либо когда пара получает их друг от друга, либо извне — например, когда оба занимаются активным отдыхом, путешествуют и т.д. Слишком спокойные отношения, когда все ровно и гладко, — это статика, которая должна быть проходным состоянием.

Есть и другая крайность: когда много изменений и нет никакого спокойствия. Это перекос к другому полюсу. К такому темпу жизни тоже привыкаешь и со временем гаснет интерес. Отношения ухудшаются, как только для нас что-то становится привычным.

## Привыканье

**Здоровье.** Организм адаптируется, когда в нем постоянно происходят изменения, то есть когда он получает небольшие дозы стресса. Однако, если это происходит без перерывов, накапливается стресс. Другая крайность — абсолютное спокойствие без изменений и малейшей встряски. Для развития нужны резонансы, но чтобы не было перевеса в пользу одного полюса, необходимы периоды спокойствия.

Привыканье к одному состоянию отрицательно сказывается на организме: стабильность в моменте дестабилизирует системы в целом.

**Развитие.** Если постоянно работать на высоком уровне напряжения, это будет плохо сказываться на организме. Лучше всех это понимают спортсмены, которые умеют чередовать режим труда и отдыха. Ведь если перенапрячь мышцы и не давать им восстановиться, они не будут расти.

Работает это так: вы даете такую нагрузку, при которой в мышцах образуются микроповреждения, после чего не тренируетесь 1-2 дня. Тренироваться без отдыха неправильно — так вы будете тратить больше сил и не получать результат.

И наоборот — если давать маленькую нагрузку, мышцы не будут напрягаться, а следовательно расти. Один спортсмен тренируется каждый день без отдыха, а

второй через день-два. У первого мышцы развиваются хуже, чем у второго, хотя второй тратит времени и сил меньше. Но у него есть баланс в нагрузке.

Если вы с фанатизмом стремитесь к росту и не отдохаете, вы углубляетесь в крайность. Мастер не может быть фанатиком, так как понимает неэффективность такого подхода.

Помимо тренировок нам нужна сменяемость ситуации для того, чтобы организм развивался и улучшался иммунитет. Ему периодически нужны встряски, чтобы он находился в разных позициях, развивался и чувствовал себя хорошо. Он не может быть только в спокойствии или только в напряжении.

Духовное и физическое тоже должно быть в равновесии. С помощью физического мы ощущаем тело, а через него и весь мир. Мы можем голодать, заниматься моржеванием или спортом, тем самым вводим организм в стресс — с одной стороны, это негатив, с другой — развитие. То же самое происходит, когда мы учимся. Эффективное обучение — это создание новых нейронных связей, стресс для мозга, который необходим для развития. Но беспрерывно в таком режиме мы тоже не сможем находиться. Нужен баланс.

**Природа.** Застой не может продолжаться долго, он всегда сменяется новым витком, так как природа всегда делает тесты и выбирает лучшее. Ни в природе, ни в жизни нет стабильности. И так, как сейчас, вселенная не будет выглядеть через миллионы лет.

Все началось с точки, после чего вселенная начала расширяться, двигаться, и это непрекращающийся процесс. Возможно, по закону развития через какое-то время система начнет схлопываться обратно — это будет обратным движением в другом плюсу.

Все меняется по определённому графику, по синусоиде вверх-вниз и переходит с полюса на полюс. Соответственно, если часть системы задерживается в определенной позиции, природа это считывает, как аномалию, и стремится побыстрее выйти из нее — так работает все.

Психика человека боится нестабильности и хаоса, так как их сложно контролировать. Поэтому появилась идея вечной жизни. Однако она может существовать только в книгах и теориях, на практике это невозможно, так как противоречит законам развития (не говорю уже о законах природы). Бессмертие — это стабилизация системы. Другое дело, когда элементы появляются, развиваются, деградируют и переходят в другое состояние, которое мы считываем, как смерть, но на деле мы остаемся в этом мире, только в другой форме. Мы не можем стоять на месте.

## Инновации и бизнес

Часто люди неверно оценивают ситуацию — кажется, что жизнь под контролем и в балансе, но на деле все не совсем так. Как бы мы не старались быть объективными, находясь внутри ситуации, достичь этого не можем. Более того, в реальности мы чаще находимся на краю, чем в середине. Жизнь современного человека — это повсеместное стремление к успеху. И когда кто-то действует по другой системе ценностей, мы это воспринимаем, как инновацию.

Предприниматель продал свой бизнес и решил стать монахом. Окружающие делятся на два лагеря: одни восхищаются его решением, другие — осуждают, а все потому, что это инновационная идея. Восхищаются из-за разрыва шаблонов, а осуждают, потому что в обществе предприниматель — это олицетворение успеха, даже если его бизнес убыточен. Отказ от материальных ценностей приравнивается к сумасшествию, хотя возможно для некоторых это и есть успех.

Но добившись один раз высот, мы не можем делать это постоянно и идти только вверх, такое движение противоречит законам природы. Когда мы дошли до крайности, есть два варианта, как будут развиваться события: либо движение пойдет к середине, либо к противоположному полюсу. Это как если сильно натянуть резинку она может лопнуть и прийти к усредненному положению или ее отрикошетит в другую сторону, куда нам не надо. Оба варианта — результат сильного напряжения, которое заканчивается поломкой системы.

Напряженность есть везде: если кто-то в обществе транслирует негатив, появится антагонист, чтобы транслировать добро. Стремление к доброте есть у каждого. В какие-то моменты оно являет себя и пытается поглотить темную часть. На этом основаны популярные фильмы, где плохие персонажи меняются и встают на сторону добра, и наоборот, даже самые добропорядочные персонажи иногдаступаются. У сильных личностей всегда есть надрыв, серьезная трагедия в детстве, которая, с одной стороны, забрала силы, а с другой — дала. Так энергия перетекает и стабилизирует систему.

Сейчас идет тренд на автоматизацию — стремятся повторить машинами всю деятельность человека. Но если это и получится сделать, то отчасти: искусственный интеллект нужно контролировать. Чтобы прогресс в будущем действительно был, стоит думать о роли машин и людей в равной степени, чтобы было равновесие.

## Остальное

В отношениях есть определённые нормы и тренды. Нормы — это то, что все считают нормальным, тренды — то, что происходит на самом деле, реальная норма.

Например, всегда есть мода на тело и внешность. Последние несколько лет тренд движется в сторону ментального здоровья и комфорта: поддерживаются идеи бодипозитива, борьбы с фэтшемингом и принятия себя. Заключается он в том, чтобы не стремиться к нереалистичным нормам, а принимать свое тело, даже если оно не вписывается в стандарты.

К этому обществу пришло не сразу. В 80-ые, в эпоху супермоделей считалась красивой «фигуристость», а уже в 90-ые на смену пришел «героиновый шик», то есть болезненно худощавое телосложение. Как правило, тренды кочуют от одного полюса к другому — все идет по синусоидам через колебания.

Сейчас на подиумах нормально видеть моделей плюс-сайз — их параметры больше привычных 90-60-90 на 10 см. Если модели предыдущих поколений добивались фигуры диетами, то здесь большую роль играет генетика. Ведь быть немножко в теле и сохранять пропорции у каждого не получится. Но это все равно своего рода норма, а отклонение — это вес, который мешает двигаться, дышать, и создает нагрузку на органы. С точки зрения системы — это крайность, не норма.

Обе крайности — экстремальная худоба и полнота — негативно сказываются на здоровье.

В последние годы продвигается идея, что если человек хочет выглядеть определенным образом, то окружающие должны это принимать и не пытаться переделать. И это правильно, так как тело человека — это его личные границы, и давать непрошенные советы, осуждать, комментировать — это нарушение этих границ. Поэтому с одной стороны, это здоровая тенденция, которая защищает одну категорию людей, с другой — забирает свободу слова и право на мнение у тех, кто придерживается других взглядов. Свобода одних происходит через подавление других.

Инновация в данном случае — свобода иметь любое тело и не придерживаться стандартов. Но сказать, что это правильно с точки зрения системы, нельзя. Как и любой тренд, это отклонение от центра, крайность. Всегда будут те, кто поддерживает идею и те, кто ей противостоит. Есть и промежуточные позиции, когда люди частично согласны или не согласны с двумя идеями одновременно.

Попытка создать равенство — это не баланс, а отход от середины и стремление к полюсам.

С одной стороны, что может быть лучше полной свободы? Когда человек проявляет себя на 100%, делает, что хочет, и не получает косые взгляды. С другой — свобода без ограничений разрушительна и деструктивна для системы. Это путь к хаосу, после которого все откатится обратно на уровень запретов и полного контроля. Потому что чем сильнее перекос в одну сторону, тем сильнее будет отрикошетит в другую. Тренды — это всегда крайность, поэтому они противопоставляются друг другу и кочуют от одного полюса к противоположному.

В плане здоровья, когда мы начинаем усиленно заниматься спортом, придерживаться диет, — все это тоже разрушение. Обычные тренировки улучшают здоровье, причем как физическое, так и эмоциональное. При этом, если вы занимаетесь спортом профессионально, то спорт здоровье не дает, а забирает. У профессиональных спортсменов начинают болеть суставы, органы, потому что они постоянно перегружают организм. Большой спорт калечит многих. Причем это проявляется не к концу жизни, а во время карьеры или в среднем возрасте. Люди не задумываются о том, какую плату с них возьмет жизнь за то, что они углубляются в какой-то конкретный полюс, например, в спорт.

Постоянное похудение, чтобы не было ни капельки жира, тоже негативно отражается на организме. Оно оправдано, когда вес влияет на самочувствие и здоровье и есть показания врача.

Один спорт не приведет к равновесному состоянию сознания, он помогает, но нужно еще психологическое и ментальное развитие. И наоборот — уходить в ментальное развитие полностью нельзя, потому что нужно развивать и тело. Например, те же шаолиньские монахи развивают хорошее отношение к миру и соблюдают довольно жесткие правила, направленные на укрепление физического состояния, практикуют медитации. Углубление в каждую из этих частей и игнорирование других — крайность, но если заниматься всем сбалансировано, это приблизит вас к центру.

Если говорить о развитии, то оно состоит из логики и эмоций — с одной стороны, это алгоритмическое мышление, с другой — креатив. Развития не будет, если вы делаете упор на что-то одно. Чтобы развивать себя эффективно, добиваться высоких результатов и не прилагать огромное количество усилий, нужно развивать все поочередно. Это как смена умственной и физической деятельности. Когда вы долго занимаетесь логической задачей, то в конце концов начинаете уставать. В качестве отдыха рекомендуют не бросать все и лежать плашмя на диване, а просто сменить деятельность. Можно от одной работы отдохнуть, переключившись на другую, если она связана с другим видом деятельности. Тогда мозг отдыхает, вы набираетесь сил и эффективно работаете.

Этот принцип есть в других системах развития. Например, развитие памяти идет поочередно. Сначала вы запоминаете информацию, потом отдыхаете и так по кругу несколько раз. В методе дворцов памяти используют разные сенсорные системы: слух, обоняние, вкус, а еще логику — такая комбинация хорошо прокачивает способности памяти.

Люди с феноменальной памятью не используют столько сил, как нам кажется. Они просто умеют пользоваться методами и системами по запоминанию. Тони Бьюзен, который занимался исследованием мышления и памяти, утверждал, что если человек меняет полюсность, то есть сначала действует логику, а потом креатив, то эффективность мышления и запоминания увеличивается в 5 раз. Объединение систем дает кратный результат. Это как раз про то, что не нужно уходить в какое-то конкретное направление, для того, чтобы там добиться успеха. Гениальный логик — это интуитивный мастер.

Люди, которые постоянно занимаются решением логических задач, математикой, физикой, говорят о том, что решение просто приходит к ним в процессе деятельности. Это объединение логики и интуиции, совмещение всех систем. В этом и гениальность — когда развиты обе части, хотя кажется человек движется только в сторону одного полюса.

**Природа.** Когда люди начинают вникать в суть существования животных, насекомых и растений, а потом адаптируют увиденное для человечества, общество прогрессирует. Но если это делать бездумно, можно что-то упустить из виду и не учесть, из-за этого перестанет работать вся система или придется тратить слишком много ресурсов.

Если мы будем вдохновляться «технологиями» природы, у нас будет больше прорывных и полезных инноваций, так как их изобретения эффективнее, чем наши. Баланс — это посмотреть на мир и взять оттуда что-то, пересобрать, добавить свое. Крайность — полное копирование, когда человек пытается сделать абсолютно ту же систему. В природе не может быть второй такой же системы.

## Скачки

Часто мы пытаемся ускорить процесс за счет резкого скачка к полюсу, но это всегда неестественно и деструктивно. Для бизнеса необходимо равновесие пользы и денег. Если ваша цель — заработать как можно больше, но не давать пользы, это дело не станет успешным и по-настоящему прибыльным. Но так как в природе бывают аномалии, случается всякое: бизнес, который создавали ради прибыли может быть успешным, например, если его поддерживает государство. В этом случае не важно, как он работает, он все равно будет прибыльным.

Но в нормальной системе бизнес должен быть полезен окружающим — так выстраивается прочная система. Лидеры индустрии всегда стремятся к людям, к тому, чтобы быть им полезными. Бизнесмен, конечно же, хочет получить прибыль, потому что это оплата его труда, обратная реакция, без денег бизнеса быть не может, потому что когда вы что-то даете, хотите получить что-то взамен. Успешные компании начинались с идеи, с великой цели и миссии — их не создавали с целью побыстрее получить много денег.

Когда влиятельные бизнесмены говорят, что не работают за деньги, они не лукавят. Потому что деньги перестают быть им интересными в принципе. Когда их переизбыток, должен быть другой мотив для бизнеса. Если заранее нет понимания, ради чего это все кроме денег, то развития не будет.

Кроме того должно быть равновесие эмоций и труда. Работа должна быть интересной и приносить положительные эмоции. Если этого не происходит, вряд ли сотрудник будет продвигаться по карьерной лестнице и достигнет результатов.

Отношения. Сейчас идет тренд на отрицательных персонажей. С одной стороны, так не должно быть, потому что люди в жизни хотят позитива и добра. С другой — нам нравятся отрицательные персонажи. Кажется, что это нелогично, но на самом деле в такие персонажи — это противоположный полюс. Когда в герое сконцентрированы хорошие качества, нам начинает не хватать темной стороны. Ведь это более человечно. Люди не идеальны и испытывают негативные эмоции, поступают плохо и порой несправедливо с другими, но скрывают это и винят себя. Плохие персонажи не подавляют свою сущность: они умеют постоять за себя, когда чувствуют агрессию и ненависть, ее легко выражают, хоть, и в разрушительной форме, одновременно с этим могут иметь семью, любить своих детей, то есть быть не такими уж и плохими ребятами. Нас привлекает целостность, когда есть не только хорошее или только плохое, а одновременно оба полюса. В своих учениях Юнг говорил о том, что у каждого есть темная сторона, и ее нужно изучать, проявлять и не подавлять, так как она дает силу личности.

Для того чтобы быть в безопасности, нужно быть опасным. Если вы приняли темную часть себя, вы будете в большей безопасности, потому что будете ощущать силу. Это не значит, что нужно идти и грабить банки или убивать, это значит, не стараться быть идеальным, позволить быть себе обычным человеком со слабостями и желаниями.

У антисоциальных личностей, которые причиняют вред людям, развита внутри «животная» сущность, ощущение силы. Они сканируют окружение и ищут жертву, на которую можно напасть. И это неизбежного будет физически слабый человек. Главный критерий — это психическая слабость, когда при

нападении жертва не прикладывает усилий, чтобы отбиться. Вместо того чтобы ответить, убежать и спастись, она замрет.

У жертв не развита темная сторона личности, а у насильников она преобладает. Для обычного комфортного существования нам нужно нечто среднее. Если разрешить плохому проявляться, когда возникают негативные эмоции, вы уравновесите себя, станете более уверенными и спокойными, появится некая гарантия безопасности, потому что вы не будете попадать в радары «охотников». Но все должно быть в меру. Агрессия ради агрессии — просто негатив. Это деструктивная часть, крайность. А вещи должны быть уравновешены, чтобы приносить эффективность.

Здоровье. Скачки и перепады есть и в самочувствии: в течение дня человек себя чувствует то лучше, то хуже: утром сложно встать с кровати, особенно когда не выспался, днем из-за работы, кофе и еды происходят скачки бодрости, но вечером все равно накатывает усталость. Во время болезни температура то понижается, то повышается, кашель и насморк периодически обостряются. Вопрос лишь в том, куда направлен тренд движения. Если вы здоровы долгое время, то есть вероятность, что рано или поздно подхватите хотя бы простуду.

**Развитие.** Можно двигаться к своей цели без остановок. При этом подходе удается получить много опыта за короткий срок, так как вы постоянно попадаете в ситуации и совершаете действия. С одной стороны, это эффективно, потому что вы действуете на максимуме, используете свои мощности по полной. С другой — это крайность, так как нет остановок и анализа ситуации. Нужно прерваться и посмотреть на ваши результаты и понять, что будет дальше. И если этого не делать, то эффективность упадет и будет сильный износ. Даже небольшая передышка и анализ улучшают работоспособность, повышают мотивацию и дают силы идти дальше. Это позиция равновесия.

У многих есть невротическая мысль: на работе постоянно нужно что-то делать, просто так сидеть нельзя, нужно, чтобы процесс было видно. И из-за этого формируется ощущение, что вся работа — это череда механических действий. И это неэффективно. В работе, как и в отдыхе, нужно чередовать ментальное и физическое, чтобы виды деятельности постоянно чередовались: поработать за компьютером, проанализировать сделанное, визуализировать информацию с помощью ручки и бумаги и т.д. Переключение между деятельностями дает отдых и появляются новые, качественные мысли, которые приходят сами по себе, без умственного напряжения.

Природа. Разнообразие в природе — это скачки. Она не останавливается на чем-то одном, поэтому существует столько существ, процессов и явлений. Идет постоянное развитие, где нет деления на плохое и хорошее. Любое развитие — это изменение системы, ее адаптация и получение опыта.

## Духовность: истина

Вот мы и дошли до центра духовности, до истины. Истина, с одной стороны, существует, с другой — нет, так как это конечная история, а в мире все развивается и меняется.

Истина — это равновесие, центр, баланс. Чем ближе вы к центру, тем выше эффективность, а на краях она стремится к нулю, потому что отрицаются другие составляющие системы. Центр — очень маленькая точка всего пути, но она дает максимальный эффект — меняет форму системы, пространство и сам процесс в корне.

Если идти от краев или к краям, изменение происходит постепенно, и чем ближе к середине, тем больше равновесия и эффективности. Если вы ловите это состояние, прогресс не заставляет себя ждать. При этом попасть в него довольно сложно, так как зачастую у человека перевешивает один из полюсов. Но если попасть в центр, можно войти в состояние потока.

Обычное дело, когда человек во время рабочего дня немного отвлекается: поработал, ответил на сообщения в соцсетях, потом вернулся к работе, а через время прервался на перекус и т.д. Особенно хочется переключаться, когда мы работаем над сложной задачей. Это нормальный рабочий процесс. Такой микс эффективен, так как лучше передохнуть и не нагружать мозг в надежде, что он от усердия заработает и найдет решение задачи.

Но бывает и по-другому: человек вовлекается и работает беспрерывно, потому что ему нравится. Он изолируется от внешнего мира, сосредотачивается на работе и погружается в состояние потока. На второй план отходит даже еда и сон.

Увлеченный художник может писать картину целыми сутками, не есть и не спать, у него нет этих потребностей, нет желания переключиться, посмотреть фильм или переписываться в соцсетях. Продуктивность вырастает в десятки раз относительно того, что он делает обычно.

Состояние потока — это полное погружение в процессы. Когда не нужно заставлять себя работать и фокусироваться. Это и есть равновесие, баланс.

Отличия от обычного состояния колossalны: вы ни на что не обращаете внимания, придумываете больше полезных вещей, больше успеваете сделать за единицу времени. Быстрый прогресс с минимумом усилий.

Зачастую люди попадают в это состояние случайно. Описывают они его так: «время пронеслось незаметно», «не чувствовал ни усталости, ни голода». То есть человек мог спокойно начать работать вечером и закончить утром.

Это одна из точек максимального равновесия. В любом процессе можно найти вот эту точку, но обнаружить ее довольно тяжело. Один из вариантов — войти в нирвану, когда нужно уйти от тела и сознания, отпустить ощущение идентичности. Есть варианты: можно погрузиться в ментальные процессы и уйти от телесного полностью. Или наоборот, как у спортсменов, художников и музыкантов, — делать что-то физически, например, бежать марафон, рисовать, импровизировать на гитаре, уйдя от сознания. Или мы можем приблизиться к центру — ощущать свое тело, как тело всей вселенной, и сознание, как общий информационный поток.

Ощущения парадоксальны — вы ничто и все одновременно. Цели, эмоции, этикет становятся одинаково важными и неважными. Вы относитесь с безразличием к человечеству: не важно к чему оно придет, будет ли существовать или уничтожит само себя. Вы принимаете один полюс системы — смерть. При этом вам нравится ощущать связь с людьми, будто вы — это все они и одновременно отдельная сущность. Это другой полюс — жизнь. Вы видите негатив и позитив мира, но не включаетесь эмоционально. Есть лишь наполненность смыслом и ощущением бытия.

Например, вам страшно потерять близких и этот страх деструктивен. А в состоянии потока ощущения страха нет. Есть понимание, что смерть — это часть системы. И все живут в этой системе, ее не надо бояться. Там отсутствует ощущение, что вы когда-то исчезните, поэтому вы ощущаете себя, как энергию, а энергия не умирает, она переходит из одного состояния в другое.

Ощущение центра описывали в библии. Там говорится, что Бог видит сразу всех и все. И когда человек это читает, сложно понять, как это возможно. У нас внимание и оно направлено в конкретную точку: вы можете видеть все, но сосредотачиваетесь на чем-то одном. В этот момент ощущается большой подъем энергии, когда вы видите себя во всех точках одновременно — ощущаете себя и центром, и периферией.

Если мыслить глобально, многие важные для нас вещи теряют эту важность. У вас есть достижения, семья, цели на будущее, но что будет через сто лет? Вероятно, это будет мир, в котором не останется ни нас, ни того, что мы знали и любили. А что произойдет через 1000 лет? Мир изменится совсем, ваш род будет существовать в виде дальних предков, изменятся идеи, формы образования, бизнеса, отношений. Можно посмотреть еще с точки зрения того, что все это происходит на одной маленькой планете, которая находится в бескрайнем космосе среди множества других небесных тел, вариаций жизни и материй.

Когда вы используете этот фрейм мышления, вы перестанете ощущать важность конкретных процессов и начинаете проще относиться к жизни. Есть риск уйти в негатив, мол мы все равно умрем, какой смысл жить и что-то делать. Вместо этого лучше сосредоточиться на том, чтобы ощущать важность жизни и людей сейчас — это часть системы, которая работает. Восхищаться системой, взаимосвязью, элементами, всем и каждым. Потоковая энергия не разрывается изнутри, а скорее переполняет. Она чувствуется, как нечто всесильное, бесконечное и мягкое, которое может изменить любой процесс. Это состояние реального равновесия.

Ощутить похожие чувства можно во время медитации, когда вы переходите в измененное сознание, которое находится близко к центру. А вот состояние нирваны, максимального транса, довольно сложноуловимо. И в какой-то степени опасно, ведь если бы человек мог там остаться, он бы оттуда не выходил, что и случалось с некоторыми буддистскими монахами — по каким-то причинам они не захотели или не смогли оттуда выйти.

### Как приблизиться к истине: 2 способа

К истине можно приблизиться, войдя в состояние, когда вы чувствуете себя всем и не испытываете эмоций. Не испытывать эмоции умеют психопаты, и управленцы, которые имеют власть над людьми ( monархи, президенты, топ-менеджеры). Только у первых это получается естественно, а вторым — необходимо тренироваться, чтобы сохранять хладнокровие и действовать под эмоциями.

Один из элементов, который они должны усвоить для правильного погружения в транс — это отключить эмоции. Освободиться от мыслей и убеждений, сделать разум чистым. Это в каком-то роде состояние потока.

Представьте график, где есть левая и правая части. Если мы сильно уходим вправо, то левая будет тоже требовать внимания и себя проявлять. Система не может существовать без энергии: если появляется пустота, она автоматом чем-то заполняется и уравновешивается. Но если вы убрали все мысли и отключили поток энергии, будет создаваться давление для того, чтобы эти мысли вернуть. А все для того, чтобы заполнить пространство энергией. Ведь когда вы движетесь в одну сторону, на противоположной образуется энергия, чтобы уравновесить систему.

Если говорить про то, как создаются идеи, это происходит так: нам нужно найти ответ на вопрос и мы погружаемся в информацию, начинаем думать, перебирать варианты, читать в попытках найти решение. Обычно в этом состоянии никакого ответа мы не получаем. Зато потом, когда моем посуду или занимаемся другими монотонными делами, приходит озарение. Нужная

информация сама нашла нас, стоило только переключиться и перестать усиленно думать.

Например, как делают монахи: у них есть какой-то вопрос к вселенной и чтобы получить ответ, они входят в медитативное состояние, полностью очищают сознание, погружаются в окружающий мир и растворяются в нем. А потом нужный ответ сам находит дорогу до сознания.

Все это ощущается, как информационное давление. Можно провести ось вдоль тела и представить, что правая сторона про умиротворение и единение со всем. За природу, жизнь и гармонию. То есть это созидающая сторона личности, которая, как гейзер, может подбросить до состояния нирваны и блаженства.

Левая сторона отвечает за разрушение. Если мы сильно уйдем в эту сторону, начнем разрушать все вокруг и себя, отдалимся от баланса, растеряем силу. И чем дальше мы от центра, тем хуже.

Такие «разрушители» тоже могут постичь нирвану. Это должны быть архетипические «мертвые» герои с психопатическими чертами, которые не чувствуют эмоций и зависимости от мира. Они смотрят на мир со стороны, и не вовлекаются в жизнь эмоционально. В каком-то роде они понимают чувства других людей, как эмпаты, но делают это не через эмоции, а с помощью логики, и знают, какие слова подобрать в этот момент — как успокоить, подбодрить. Но делают это не потому, что чувствуют эти эмоции, а потому что так надо и это поведение социально одобряемо.

Например, в сериале «Острые козырьки» главный герой Томас имеет психопатичные черты: он понимает людей с помощью ума и логики, но внутри у него пустота, так как нет глобальной цели или смысла жизни. У него нет желания обрести баланс, он к этому не стремится, так как внутри он мертв. Там пустота и ощущение, которое можно описать, как «отсутствие всего». Будто бы он существует, но как призрак. Потому что не чувствует внутри жизни, только пустоту.

С такого состояния тоже можно погрузиться в эту нирвану. Такие герои фильмов и книг в конце сюжета в конце концов приходят к какому-то озарению и впадают в состояние блаженства, просветляются и меняются полностью.

## Кто такой мастер

Быть мастером — это постоянно находиться в состоянии истины, когда человек перешел из позиции профессионала на уровень выше и стал по-настоящему гармоничным.

На таком уровне понимания человек не форсирует отдельные сферы жизни или стороны личности, не уходит в полюса. Из-за этого мастера часто неизвестны широкой публике. Они не пытаются обрести известность и показать себя миру.

Это один из критериев, по которому нужно искать настоящего мастера и игнорировать того, кто себя за него выдает. Если человек массово рекламируется, светится на шоу, создает личный бренд и продает курсы, вряд ли это настоящий мастер. Сейчас идет тренд на развитие личного бренда. Этот бренд развивают все кому не лень: человек вчера научился чему-то, а сегодня продает эту информацию в своем курсе и мнит себя экспертом.

Человек, который слишком себя продает, мало что умеет. Он может быть специалистом среднего уровня, но точно не мастером. Это компенсация равновесия — если у человека ничего нет, он старается транслировать обратное.

Мастера равновесны и спокойны, им это не нужно ничего форсировать. Они совмещают отрицательные и положительные появления личности — в этом заключается равновесие. При таком отношении внутри не бурлят разрывные энергии, которые появляются из-за сдвига по одной оси. И не нужно тратить силы, чтобы их «успокоить».

Обратная ситуация возможна, только если человека сильно что-то вдохновляет. Когда хочется глубже погружаться в какую-то область, делиться проектами и идеями, но не «кричать» про себя. Отличие в том, что есть желание делиться информацией с теми, кто способен принять и осознать его творения. Остальные — просто его не поймут. Их нужно долго погружать, «прогревать», разжевывать, почему проекты и идеи стоящие. Этим и занимаются специалисты начального и среднего уровня. Мастера — нет.

Понимание мастерства изменилось. Сейчас профессионалам считают того, кто больше всех заявляет о себе, ходит по шоу и активно ведет ютуб-канал или соцсети. Считается, что они знают свое дело, а на самом деле просто дилетанты.

Произошел сдвиг в системе, и весь мир движется к дилетантизму почти во всех областях.

Обычные люди не могут определить уровень специалиста, поэтому покупают услуги и наставничество у того, кто только недавно сам прошел этот путь.

Если посмотреть на мастеров боевых искусств, которых показывают по телевизору в фильмах, или реальных спортсменов, можно заменить, что они

спокойны, расслаблены, даже двигаются иначе, будто плывут по миру. Так происходит, потому что они используют энергию вокруг, не пытаются форсировать мысли, эмоции, действия в сторону какого-то полюса. Вместо того чтобы создать поток и прилагать много усилий для работы с ним, они пользуются тем, что есть вокруг — природой, другими людьми или бизнес-процессами и добиваются успеха. Главное — это понимание, что если прилагать слишком много усилий прилагать, можно перегореть. Это равновесная позиция, когда человек переходит в состояние потока и равновесия.

Уравновешенными могут быть знания и опыт в одной области, но в других будут пробелы. Например, монахи стараются уравновесить все, поэтому работают и над физическим, и над духовным.

Человек, который совершенствует только физическую форму или развивается только в работе, может плохо справляться с эмоциями, неуместно выражать их и не понимать. В инфополе встречаются успешные спортсмены и бизнесмены, которые порой неадекватно ведут себя и говорят странные вещи.

Несмотря на это они — узкоспециализированные мастера, потому что смогли уравновесить знания, создать понимание о продукте и излучать спокойствие. Это позволило им успешно развиваться в своей сфере.

Когда мастер рассказывает о своих результатах, проектах, продуктах, — это не нахваливание себя, продажа или впаривание. Рассказ строится с позиции создателя, а не продавца.

Вы можете рассказать, что это за продукт и чем он полезен людям. Слушатель чувствует, что ему ничего не впаривают и не продают, а просто делятся информацией, даже если вы рассказываете о плюсах продукта. Он просто слушает рассказ, а не рекламу. Формируется доверие, так как в вашем рассказе есть вера и спокойствие.

Но в обратную сторону это не работает: если сказать продавцу вести себя с покупателями, так же, как мастер, он ничего не продаст, так как не понимает продукт, как создатель. Неуверенность в знаниях будет очевидна.

Мастера себя не продают. Нет цели заявить о себе на весь мир, вместо этого им нужны люди, которые будут сами проявлять интерес к их работе и продукту. Конечно, без рекламы и маркетинга никуда, но это используется не для продажи, а чтобы рассказать о себе. Продажа — это процесс доказательства, а они не нуждаются в том, чтобы кому-то что-то доказывать.

Что делают обычно продавцы? — они начинают вовлекать человека в эмоции, пытаются сказать, что их продукт самый классный, а остальные ужасны.

Подключается невербалика — жестикуляция, игра голосом, мимика. Все для того, чтобы человек вдохновился и согласился купить товар.

Желательно, чтобы человек совершил покупку на эмоциях и не успел включить логику. На опытном человеке, который разбирается в том, как отличить настоящего мастера от продажника, в продукте, эти манипуляции плохо сработают, остальные — скорее всего, купят.

Логика и эмоции — это два полюса. Когда форсируют один, отключается другой.

Успешные продавцы зачастую играют на эмоциях и делают массовые продажи, потому что большинство потребителей ничего не понимают в товаре. Даже если это профессиональная сфера, большинство там ничего не понимает в продукте.

Есть техники, когда человека погружают в эмоции, он поддается, покупает, а потом приходит в себя и понимает, что этот продукт ему не нужен, чувствует себя обманутым и в конце концов разочаровывается.

Мастер не любит продавать тому, кто ведется на эмоции, не понимает, что ему предлагают, не пропускает идею через себя и просто восхищается. Мастеру важно, чтобы его идея жила в умах других. Чтобы ее не извращали и понимали, как есть. Идею не нужно принимать, как догму, она должна по-настоящему отзываться внутри.

## Бизнес

Во всех сферах главенствуют дилетанты, и это носит катастрофические масштабы. Профессионалы используют PR, чтобы рассказать о себе и своих разработках, а дилетанты — чтобы создать имидж экспертов. Они поверхностно разбираются в теме, но уже успели создать норму: теперь многие считают, что професионал — это тот, кто часто ходит по тв-шоу, дает интервью и постоянно светится в инфополе. Это происходит на всех уровнях: в образовании, медицине, политике, экономике, духовных практиках и т.д.

Дилетантство фрактально. Компании стремятся о себе рассказать в выгодном свете, создать красивый PR и закупить рекламу по-максимуму. Ведь чем больше человек знает о компании, тем больше он ей доверяет. Эту особенность психики знают и умело используют.

Сейчас мода запускать стартапы. Это как открыть свой бизнес, но не совсем. На свое дело нужно брать кредит, копить или занимать, а для стартапов ищут инвесторов. Тут есть существенный минус: финансирование происходит за

чужой счет, и стартапер не понимает ценность этим деньгам, он не чувствует большой ответственности за них. Прогорел — не нужно возвращать деньги и проценты, как в случае с банком. Да, заберут компанию и идею, но не повесят долг.

Человек не чувствует напряжение за то, что взял чужие деньги, и может их нерационально растратить в рамках бизнеса.

Цель — создать красивую картинку для инвесторов и рынка, чтобы все захотели вложитьсь в развитие стартапа. И неважно, как обстоят дела на самом деле, ушел ты в минус, насколько эффективен, главное убедить, что проект успешен и в будущем он принесет свои плоды в виде прибыли. В итоге, в системе не работает ничего, а силы тратятся на то, чтобы эффективно убеждать инвесторов.

Все это давит на реальный бизнес. Бизнесмены смотрят и думают: «Ничего себе, они смогли сделать такие классные вещи, а мы нет, потому что не хватает денег и квалификации». Им сложно конкурировать в информационном поле и они начинают сомневаться в себе.

На самом деле большинство стартапов работают в минус, а потом просто продаются. Они создают красивую картинку, чтобы ее хотелось купить. Бизнесмен же создает качественный продукт, который нужен людям, и систему, в которой бизнес будет функционировать и зарабатывать.

Инвестирование — не зло, это инструментарий, который используют неадекватно.

Схема, по которой выбирают работать стартаперы, — это уход от истины и мастерства в систему продаж. Да, в бизнесе тоже есть продажи и маркетинг, но все это идет в связке качественным продуктом. Только такие компании выживают и начинают расти.

Всегда есть соблазн вложить побольше денег в рекламу и пиар, но тогда не остается ресурсов на то, чтобы делать хороший продукт. Это форсирование одного полюса, которое ни к чему хорошему не приводит.

Другая крайность, когда вы фанатично создаете продукт, но не рассказываете о нем. Высказывание о том, что хороший продукт в рекламе не нуждается, это лишь слова. О продукте нужно рассказывать.

Люди считают, что вирусные ролики набирают популярность и быстро распространяются, только потому что они гениальны сами по себе. На самом деле за 90% таких роликов стоят команды с большими бюджетами, которые

занимаются посевом. Ведь вирусный ролик должен накопить необходимую массу просмотров для того, чтобы стать вирусным.

В большинстве случаев без бюджетов и грамотной стратегии продвинуть его в топы нельзя. Но и плохой контент, сколько не вкладывай в него, тоже не станет вирусным, нужна золотая середина.

Людям, которые занимаются развитием и улучшением продукта, и не оценивают другие части бизнеса, может показаться, что если они будут делать качественно, то спрос возрастет сам по себе, ведь хороший продукт в рекламе не нуждается.

На самом деле информационный шум настолько силен, что сам по себе хороший продукт через него не пробьется. Ведь в действительности сложно определить, какой продукт хороший, а какой – нет.

Поэтому о нем все равно нужно рассказывать и лучше это делать, когда продукт уже доработали и укомплектовали, тогда у него есть все шансы стать виральным при умеренных вложениях в маркетинг и пиар.

Это не быстрый путь, но когда все развивается с разных сторон и стремится к центру, может произойти резкий скачок и компания вырастет  $x5$  или  $x10$  за короткий промежуток времени.

## Отношения

Гармоничные отношения — это центр. Там совмещаются противоположности, вроде свободы и ограничений, самостоятельности и общего интереса, распределения обязанностей и т.д. Общими силами все должно стремиться к середине.

Если есть крен в сторону, то систему начнет качать.

Должно быть равновесие между двумя людьми, они должны уравновешивать друг друга, создавать систему, в которой им всего хватает. Если каждый придерживается своих взглядов, даже противоположных, в отношениях они смогут приблизиться к балансу.

С другой стороны, для стабильности находиться на полюсах нельзя. Чем ближе к полюсу, тем сложнее принять противоположную позицию. Удержать такую систему крайне сложно, но если же это не совсем крайность, то создать равновесие возможно.

Со временем люди притираются друг к другу, учатся обращаться, становятся похожими, а полюса постепенно сдвигаются ближе к центру, то есть уравновешиваются.

Это происходит даже на физическом уровне. Например, когда девочки делят комнату в общежитии, много времени проводят друг с другом и выстраивают хорошие дружеские отношения. Когда они синхронизируются между собой, начинает совпадать даже менструальный цикл.

Но это не работает, когда люди ненавидят друг друга и вынуждены жить вместе. Должна быть гармония, так как гармония — это равновесие. Чем ближе она к центру, тем сильнее система.

С одной стороны, люди должны быть противоположностями, чтобы сохранять равновесие, иначе они не будут обогащать друг друга и система развалится. С другой стороны — должно быть сходство. В таком противоречии рождается равновесие.

Например, вариант хорошей совместимости в отношениях — это когда у обоих одинаковые моральные ценности, но разные паттерны поведения и мышления. Равновесие здесь создается в симбиозе различий и схожести.

## **Здоровье**

Здоровье — это гармония, и если в организме проблемы, значит, баланс нарушен. Частое заблуждение: «Чтобы быть здоровым, нужно ходить по врачам, проверяться, заниматься спортом и правильно питаться». Все, что подразумевают под здоровьем — это корректная работа органов. Забавно, что люди могут тщательно следить за всем организмом, но игнорируют самый важный орган — мозг.

Важный он, потому что влияет на благополучие всего организма. Каждый день на наше самочувствие влияют реакции, мысли, настроение и эмоции, которые выдает мозг.

Человек теряет работу, погибает близких человек, заканчиваются отношения и т.д. — все это запускает деструктивные реакции и мысли, вследствие чего возникает депрессия.

Депрессия меняет химический баланс мозга. Нарушается выработка нейромедиаторов, а именно серотонина, дофамина и норадреналина — их становится либо слишком мало, либо слишком много. Например, дофамин называют гормоном радости и удовольствия, но когда его слишком много, это проявляется бессонницей, высоким уровнем стресса, тревожностью, и даже маниакальными состояниями.

Поэтому если мы хотим быть здоровыми, нужно заниматься благополучием комплексно — уделять внимание и телу, и мышлению.

## **Развитие**

Развитие — это движение, и оно не может быть статичным. Эволюция так и работает: природа не создает какой-то вид, чтобы обеспечить ему стабильное состояние. Наоборот с каждым новым витком меняется генетика и повадки, чтобы вид мог существовать. В обществе так же — меняются политические взгляды, ценности и даже нормы морали. Человечество может пытаться создать идеальное общество и «законсервировать» его, но это обречено на провал уже на уровне идеи — стабильная система развалится в любом случае.

Есть парадокс: с одной стороны, система должна быть стабильной и истинной, с другой стороны она должна всегда меняться. Однако стабильность и истина — это противоположности. Потому что истина не про статичность, а про сменяемость.

На развитие нас часто толкает стресс и страх. Об этом говорил еще Роберт Йеркс, который изучал, как влияет страх на эффективность. Чтобы уравновешивать систему, нужны встряски. Ведь если все стабильно, система умирает, люди начинают хуже работать, падает мотивация, ухудшаются все процессы.

Бизнес — это сложная и напряженная система, потому что ее очень тяжело уравновесить. Зачастую бизнес ломает человека. Истина здесь заключается в том, чтобы создавать, творить и переходить на новые уровни. Это про изменения и эволюцию, когда человек погружается в состояние истины внутри бизнеса, для него это становится несложным. Пропадает давление и появляется настоящий продукт.

## **Природа**

Природа меняется всегда. Кто сказал, что мы думаем сами и что это не заложено у нас внутри? Если это программа, то она будет не у одного, а у сотен. Тогда как минимум несколько из этих сотен будут успешными и задача программы выполнится.

У природы нет конкретных целей, но есть механизм уравновешивания. Он создает события и тренды каждый раз, когда система сильно отклоняется от центра, чтобы вернуть ее обратно. Нет хороших и плохих последствий, есть системность.

Смысл всего этого — не в конечной точке, а в развитии, движении и создании нового. Остановка убивает систему.

Можно сказать, что система жестока: она не пытается нас чему-то научить и не заботится о нас. Если смерть близкого человека для нас — трагедия, то для системы это просто опыт, то, что должно случаться время от времени.

Мастера, которые занимаются своим делом, например, спортом, понимают, что негативный опыт — это хорошо. Они на нем учатся. Майкл Джордан говорил, что он лучше всех играет, потому что он больше всех совершил ошибок. Система должна развиваться, и мастера не хотят, чтобы все всегда было идеально. Цель не важна, важен процесс, опыт и изменения.

До сих пор неясна природа такого явления, как множественное открытие, тем не менее оно имеет системный характер. Люди часто приходят к одной и той же идее, делают одно и то же открытие одновременно. Это может произойти на разных точках планеты. Возникают вопросы, почему это происходит, как к нам приходят мысли.

Может, нами управляют бактерии или все наши мысли, которые возникают в принципе, это просто часть глобальной информационной системы? Делаем ли мы все сами или это система?

Другой философский вопрос: если убрать зло в одном месте, не появится ли оно в другом? Допустим, появилась бы возможность использовать машину времени и предотвратить массовый теракт. Получилось бы это сделать или система проявила бы зло в другом виде?

Природа далека от этики и морали, она про равновесие полюсов. Добро и зло — это два полюса, и перекоса в одну сторону быть не может. Поэтому идея об идеальном обществе, системе, человеке утопична и недостижима.

К тому же профессиональному интеллекту человечество может относиться по-разному, но процесс уже запущен и развитие не остановить. Чем бы это не обернулось — вымиранием, развитием и интеграцией в нас, — движение будет продолжаться.

Если контролировать или искусственно тормозить движение, оно уйдет в подпольные лаборатории, но все равно не будет стоять на месте. Таким образом, мы все равно будем стимулировать развитие, которое переведет нас всех на новый уровень.

С одной стороны, у нас есть выбор, благодаря которому мы можем направлять свою жизнь, но с другой — есть механизмы системы. Это значит, что мы можем

действовать, как пожелаем, но в системе все равно будет равновесие: если один отклонится от пути, другой будет двигаться по нему с большим усердием.

## Красота

Красота — это соответствие внутреннего и внешнего. Мы считаем красивыми тех, кто нам нравится не только по внешности, но и на уровне ценностей. Меняется восприятие. Даже если изначально человек не понравился физически, он становится красивым после знакомства — когда ценности, интересы, взгляд на мир совпадают с нашими.

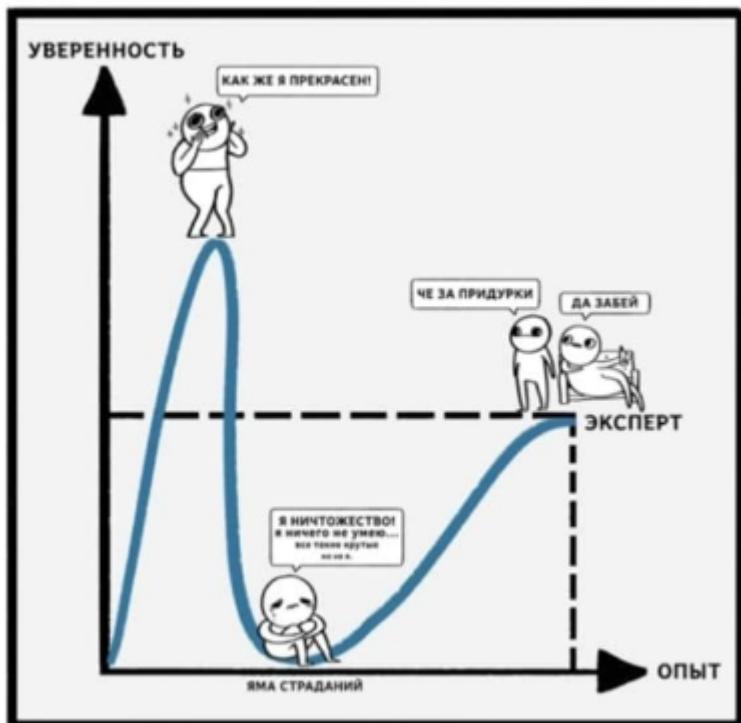
Существует эффект Даннинга-Крюгера, суть которого заключается в следующем: новички, которые освоили лишь базовые знания, начинают считать себя экспертами. Это когнитивное искажение, из-за которого человек убежден в своей компетентности.

Например, девушка прочитала книгу по общей психологии и теперь дает советы знакомым, анализирует поведение и пытается «лечить». Страшнее всего, когда это начинает касаться здоровья: некоторые отказываются от прививок, потому что прочитали про мировой заговор фармацевтических компаний, практикуют народную медицину по статьям из интернета и т.д.

Новички и мастера по-разному оценивают свои знания и опыт. Человек, который находится на первой ступени, не понимает, сколько информации он еще не охватил. Это происходит, потому что известен лишь маленький кусочек общей картины, и нет понимания, какой большой объем предстоит еще узнать. Отсюда много самопровозглашенных экспертов, которые недавно отучились, не набрали достаточно опыта, но позиционируют себя, как профи, создают курсы и продают коучинг.

Они это делают не потому что хотят всех обмануть, а потому что искренне верят в свою гениальность. У них нет понимания общей картины мира. Но в какой-то момент они начинают понимать, что на самом деле они много чего не

знают, и их самооценка падает.



Это называется «яма страданий», когда человек считает, что он ничтожество и ничего не знает, хотя на самом деле у него появилось больше опыта и понимания. Это и есть эффект самозванца. Он прогрессирует, когда вы не делитесь своим мнением и мыслями, не рассказываете ничего о себе.

Дальше человек вырастает в профессионала и понимает что знает многое, но опять-таки не все. Есть статистика по точности прогнозов у экспертов. Их прогнозы расходятся в 20 раз между собой, а осуществляются лишь 40%.

Это практически случайный выбор по теории вероятности. Это говорит о том, что на экспертное мнение полагаться не следует и предугадать в реальности, что будет происходить тоже практически невозможно. Поэтому люди, которые не полагаются на экспертов, на общее мнение, периодически выстреливают, потому что не боятся думать и принимать решения сами.

Когда человек выбирается из «ямы страданий», он эволюционирует в эксперта более высокого порядка — либо профессионала, либо мастера.

Парадокс в том, что мастера понимают, что не знают еще много чего и даже считают себя в каком-то плане дилетантами. На этом уровне мы приходим к пониманию, что знаем не все но больше, чем остальные. Конечная точка еще далеко.

Однако, это отличается от эффекта самозванца тем, что здесь уже есть уверенность в себе, как в профессионале.

Философия мироздания / теория всего / законы вселенной / мышление мудреца

Здесь в основном все в тексте из тех видео, которые записывал. Сами видео есть в папке по ссылке ниже, также у каждого раздела отдельно. На видео особо ничего не происходит, но там есть наведение на ту часть схемы, где идет рассказ, чтобы была понятнее структура.

Схема в миро. Там есть много разбросанных тезисов, а также несколько схем - самая большая где сверху главные темы, они обозначены в овалах, ниже эта тема разбивается на подтемы в желтых прямоугольниках, а еще ниже дальнейшая разбивка подтем, они обозначены зеленым, красными параллелограммами и просто красным текстом (по сути это должно быть часть оглавления наверное).

Все разбивки почти разбираются с точки зрения разных направлений в жизни - развития, отношений, здоровья, бизнеса, чтобы было понятно что это есть везде.

Также там есть схема обучения в какой-то части.

В документе есть глава Дополнительно - это какие-то тексты, которые не разнес еще по необходимым тематикам.

После этого есть еще несколько глав с повторами основный фреймов (фрактальность, равновесие, колебания), чтобы закрепить все в голове.

Ссылка на доску про книги:

[https://miro.com/app/board/uXjVONYataU=/?invite\\_link\\_id=770861358096](https://miro.com/app/board/uXjVONYataU=/?invite_link_id=770861358096)

Ссылка на видео/аудиозаписи

<https://drive.google.com/drive/folders/18caeDKSPKZMfz2assHln36B00ozlWeGu?usp=sharing>

## Структура КНИГИ

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1RJrAo9\\_x5FMIV92ItafJpLNwwfWVY1W/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1RJrAo9_x5FMIV92ItafJpLNwwfWVY1W/view?usp=sharing)

Небольшое отступление к структуре того, как это должно выглядеть. Начинается все с описания того что это, что оно из себя представляет, что такое переход на глубинный уровень, на уровень мастерства, далее часть про то как это все создавалось, почему так и к чему это пришло. Также часть про то, зачем все это нужно, не обязательно в такой последовательности, но необходимо эти все части указать. В идеале это оставлять вопросы всегда, то есть в каждой части, когда что-то рассказывается, рассказываются разные варианты того, как на это смотреть и в идеале везде должны оставаться какие-то недосказанности и вопросы для размышления, чтобы человек задавался вопросом и дальше это у него в голове крутилось, а не чтобы он что-то прочитал, послушал и все замечательно и забил на это.

Далее, возможно еще задавать какие-то задачки, типа, подумайте над вот этим, над конкретной своей ситуацией, что-нибудь запишите, сделайте какой-то фрейм, в который можно это структурировано записывать и отвечать, чтобы опять же после каждого периода изучения у человека была возможность рефлексировать.

В идеале это должен быть определенный спор, это должен быть диалог, как смотреть на вот это, на вот это, и если стороны встают на разные позиции и начинают спорить о чем-то они, в итоге приходят к средине - ни то, ни то не становится верным. Середина является единственным возможным вариантом исхода событий, и то и то должно иметь место и это касается одного из важных фреймов противоположности, который где-то здесь находится. Это в идеале должно быть отражено в структуре книги.

Отдельная часть — это фрейм про обучение, каким образом нужно приходить по всем вот этим фреймам, какой должен быть алгоритм для того чтобы принять правильное решение, чтобы изучить какой-то материал и понять полностью какую-то мысль.

Перед этим краткое описание того, какая есть вообще структура — три точки, у них большие ответвления, и эти три точки по минимуму расписаны вот тут, для того чтобы иметь общее понимание сначала всего, а потом уже приходить к частностям. И иногдаходить далее большое описание вот этих трех фреймов, их тоже нужно разделить на отдельные и периодически из одного прыгать в другой, чтобы было понимание их связки, что это не отдельные вещи, что все это взаимосвязано.

## 1. Введение

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/14hiqHJC4ik1dlzElJYiAb1QIf\\_QceNRu/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/14hiqHJC4ik1dlzElJYiAb1QIf_QceNRu/view?usp=sharing)

Итак, что это такое и как вообще появилось и куда все это идет. Все это определенный фрейм мышления, то есть несколько точек зрения, на которые нужно обращать внимание, чтобы понять процессы в мире, процессы в обучении, чтобы усвоить материал, придумать какие-то новые идеи, для того чтобы чуть ближе быть к профессионалам, нежели просто к специалистам.

По сути это те параметры и модели, которые описывают все что у нас есть в мире, все с чем мы сталкиваемся, общие законы как в жизни, так и в работе, науке, бизнесе, воспитании, отношениях и всем что нас окружает. Однаковые законы, которые позволяют изучить и понять все что угодно в гораздо более короткий срок.

### Основная цель

Для каждого человека это будет своя система. Когда я начинал писать, я думал лишь о том как передать мысли, но по факту разбора этой системы, для меня самого она

трансформировалась в нечто иное, в философию. И для кого-то это может стать моделью, которая позволяет понять суть процесса и изучить его, быстрее стать мастером и улучшить свои навыки, сделать меньше ошибок. А для кого-то это может стать моделью, через которую он будет обучать себя и других, с помощью которой будет передавать мысли и знания. Кто-то использует это как моделирования будущего, то есть система аналитики текущего процесса и попытка оценить всю систему целиком, после чего заняться прогнозированием будущего, то есть футурологией. Кто-то сможет на основе этих процессов оценивать просто окружающую жизнь, отношения и стараться понять как ему действовать в жизни, как реагировать на что-то. Ну а для кого-то, как для меня, это может стать философией, то есть фреймами, которые описывают не только процессы, системы, а сам мир, которые показывают что происходит в нашем мире и зачем, почему так должно быть и как может развиваться дальше, модель, которая помогает понимать ответы на самые важные вопросы для нас вопросы, зачем мы тут, что такое, это самое “тут”, к чему мы идем, и что такое мир, и тогда вы начнете жить этой теорией, видеть через нее все вокруг, жить иначе.

Это всего лишь философия, не то к чему нужно относиться как к незыблемому правилу и истине, это больше исследование, попытка понять и ответить на вопросы, и иметь возможность задавать еще больше вопросов для поиска правильных ответов.

Эта книга построена определенным образом и многие вещи тут будут повторяться, но не напрямую. Эти повторения сделаны не просто так, а для того чтобы создать глубину в понимании всей темы.

*“люди знающие одно и тоже не равны в своем знании”*

### *Первоначальная цель*

Для чего все это было создано – для того, чтобы быстро понимать любой процесс, то есть, взглянуть на любой процесс и начать оценивать его с разных точек зрения. Иногда в обсуждении какой-то тематики кто-то понимает процесс будто изнутри, он знает почему так все происходит и может не пытаться добраться до истины, что-то изучить, а он как будто рассматривает его, то есть видит составные части текущего и будущего, вращает его в своей голове и делает совсем иные выводы чем остальные люди, которые видят какой-то процесс иначе. Может быть вы можете вспомнить такие моменты в прошлом и вы наблюдали за этими людьми, а может быть помните как сами были на месте этого человека. Начинается общение, начинается какой-то спор или дискуссия, о том, как будет проходить какой-то процесс и некоторые люди начинают видеть мелочи, тонкости, которые не позволяют далее этому процессу существовать. Начинают видеть, что-то, что будет происходить через долгое время, начинают видеть неизвестные взаимосвязи, причем они не сильно для этого напрягаются, а просто будто знают что будет. И чтобы уметь это делать, нужно либо очень хорошо разбираться в теме и уже просто на опыте все это пройти, либо уметь определенным образом думать и тогда у вас появляется совершенно другая картинка в голове, как только вы начинаете узнавать о каком-то процессе, вы начинаете его оценивать с разных точек зрения, с которых не оценивают другие люди. Вы начинаете видеть процесс, что сильно упрощает его анализ, так как не нужно все изучать и доходить до всего своим логическим мышлением, включается подсознание, которое “показывает”

этот процесс, а вы просто смотрите и изучаете новый живой организм, вместо того чтобы анализировать какую-то неизвестную абстракцию, не подверженную законам. И все это нужно чтобы уметь анализировать и прогнозировать. Анализировать процесс - что в нем происходит, какие есть взаимосвязи, какие есть причинно-следственные связи, что будет если привнести какой-то элемент или процесс, а что если убрать, чтобы создавать прогнозы на будущее, как эта система будет развиваться – к чему она придет и разовьется она или споткнется обо что-то и развалится.

И чтобы начать видеть все это, нужно стать мастером, а как мы знаем, мастера не начинают читать книги о том что узнают, чаще всего не берут пауз на исследования, если это не касается очень сложных вопросов, а просто начинают отвечать на вопросы, рассуждать о системе, они сразу понимать весь процесс, сразу знают, что происходит и что будет дальше, как будто они заранее знали о чем идет речь и уже подготовились. Но это не так, они не знают ответов заранее, но они понимают систему и могут быстро ее оценить, так как она уже есть у них перед глазами, а значит они могут сразу прикинуть ответы на вскидку.

К этому состоянию позволяет прийти эта система и несколько подходов к изучению мира через модели описанные ниже. В том числе важная часть всей этой методологии – это понимание мелких процессов и обучение. Когда вам начинают что-то рассказывать, какую-то новую для вас область, вы запоминаете только факты. Для того чтобы прочувствовать эту область и понять, что вам объясняют, для того чтобы начать копать дальше, понять полную картину и начать быстро запоминать, нужно это осознать. То есть как только вы зубрите, вы не осознаете и это не остается у вас в голове, как только вы поняли какой-то процесс, это совсем другая история, он уже внедряется в вас, вы уже можете им пользоваться, вам не нужно его запоминать, вам не нужно труждаться, чтобы его как-то запомнить или осмыслить, он уже находится в вас. Это как кататься на велосипеде, вы можете прочесть несколько книг о поездках на велосипеде и о самих велосипедах, но не сможете до конца прочувствовать процесс, пока не поедете. Но как только поедете, эти знания останутся у вас внутри навсегда и между вами и человеком, который не катался, но читал книги, в опыте будет огромная пропасть. И может сев на велосипед вы не станете сразу профи, но будете спокойно ездить и изучать сам процесс вождения. Подобное понимание и ощущение процесса приходит довольно долго, при обучении любым процессам, а чтобы сильно сократить время обучения и время понимания, чтобы научить людей понимать процесс, который они не поняли до этого в принципе, существуют разные подходы к мышлению, к тому, как смотреть на какие-то действия.

Все это для того, чтобы понимать мир во всех его областях, то есть это фреймы и системы, которые применимы не только к чему-то конкретному, они применимы в принципе практически к любыми процессам, с которым вы будете сталкиваться, к любому объекту, к философии, к наукам, чему угодно.

#### *Как это появилось*

Откуда всё это появилось. Изначально была задача перенести какие-то мысли на других людей. В какой-то момент я столкнулся с большой проблемой того, что

человеку очень сложно что-то объяснить. На первых этапах этой проблемы, на самом низком уровне этого вопроса, человек тебя просто не понимает, то есть ты ему что-то говоришь, а он вообще не понимает что ты говоришь и тебе нужно как-то объясняться “на его языке”. Тебе нужно привести в пример какую-то метафору и перевести это на язык этого человека, как говорят, объясни так, чтобы понял пятилетний ребёнок или твоя бабушка. Соответственно, это решает вопрос того, что человек осознает, что ты ему говоришь, но проблема гораздо больше. Если вы видите какие-то очень сложные структуры, если вы видите взаимосвязи, умеете думать системно, то рассказывая какие-то вещи, люди понимают их, но не осознают. Нужно привести много разных вариантов, чтобы человек вообще тебя понял и очень сложно сделать так, чтобы он осознал. Соответственно, первоначальная задача стояла передо мной такая чтобы научиться передавать образы, передавать те структуры в голове, которые создаются, когда ты о чём-то думаешь. Я размышлял о том как передать все образы и эмоции появляющиеся в голове, а не просто слова, как погрузить человека во всю систему, и забегая вперёд, могу сказать, что я так и не нашёл этого метода на данном этапе. То есть довольно сложно передать человеку визуальную картинку, потому что мы часто мыслим не какой-то логикой, не фразами, не какой-то простой структурой, на которой мы общаемся, мы видим образы, видим взаимосвязи. То есть мы начинаем размышлять о том, что будет с компанией, и мы не то чтобы продумываем каждый шагок и анализируем всё, что будет происходить, а на самом деле, мы просто начинаем видеть что-то. Например, мы думаем о том, как внедрение какого-то обучения отразится на компании и логически появляются ответы что либо хорошо либо плохо. Но когда ты думаешь системно, когда думаешь образами и какими-то сложными структурами, ты начинаешь видеть картинку о том, как будет происходить сейчас внедрение этого обучения, просто видишь часть, группу людей из компании, которая, например, будет против и будет говорить, что всё это им не нужно, что всё это не нужно, бесполезно, и ты буквально видишь какое-то количество людей, можешь примерно представить какой это процент от компании, у тебя есть какой-то визуальный образ например, два человека из десяти куда-то отвернулись, отошли и ты видишь, что они недовольны и ты понимаешь почему они недовольны, потому что это твои образы в голове. И они будут, в том числе, говорить что-то другим, портить эту историю. И ты уже видишь проблему. Если забегать вперёд, то ты понимаешь, что вот эти вот люди, которые остались, те восемь человек, обучатся, у них что-то улучшится, какие-то из них не смогут учиться, ты видишь картинку как они плохо учатся и у них чего-то не получается. В конечном итоге примкнут и те, кто воротил нос, если обучение будет нормальное и это поможет общему коллективу, и, если вы поможете их соединить. Сначала будет определенный провал, люди будут отвлекаться от работы, люди будут нервничать, кто-то будет раскачивать лодку и в начале, скорее всего, ничего хорошего от обучения не будет. И это визуализируется на каким-то графиком, то есть можно увидеть объем сделок, объем выручки визуально в голове. И на первом этапе ты видишь, что идет провал и для тебя это норма, ты понимаешь, что новшество встречаются довольно негативно, система не любит внедрений, то есть система стремится к тому, чтобы быть такой, какая она есть и она очень не любит, когда её начинают расшатывать, когда в неё внедряется что-то новое она начинает противиться этому. Тем не менее, сначала график немного опускается потом вы видите в голове как он сильно поднимается, эффективность вырастает, но до какого-то опять предела. И через какой-то

промежуток времени, когда вы думаете просто о системе, анализируйте её без погружения в какие-то цифры, на основании информации только о том, что будет обучение, у вас буквально за 5 минут прокрутилось всё это в голове и вы видите уже, например, что будет происходить через месяц, а потом видите, что будет происходить через год. И там совсем другая картина. И вы начинаете видеть разные временные промежутки, они потом сформировываются в какую-то более-менее общую картину и у вас уже есть понимание, какие будут негативные части, какие позитивные. Именно это я и хотел научиться передавать.

## 2. Что это и зачем, как появилось (углубление мысли)

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1MOz6AmqZ\\_e6UuAAkXQs6N8uwchN\\_1MQg/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1MOz6AmqZ_e6UuAAkXQs6N8uwchN_1MQg/view?usp=sharing)

<https://drive.google.com/file/d/1tc13yQO6AzguRYKjQiWxqFNXuRazDlwQ/view?usp=sharing>

Итак, как появилась эта история и как она трансформировалась. В какой-то момент я столкнулся с проблемой о том, что я не могу передать свои мысли. Это касается, в первую очередь, бизнеса и в том числе это касается и отношений, и каких-то в принципе планов на жизни. Когда вы рассказываете человеку какую-то мысль, он проводит её сквозь свои фреймы понимания мира, он думает об этом по-своему, а вам часто нужно передать свою мысль, чтобы он её прочувствовал, чтобы понял и если вы говорите словами, зачастую это сделать очень сложно, потому что у каждого слова для каждого человека очень разные ощущения, понимания и глубина. Мы очень по-разному думаем о каждом слове. Вот эта вот глубина самого слова, это очень важная часть, насколько мы понимаем слово. Например, любовь. Для кого-то это безумные эмоции и адреналин, для кого-то это нежности и спокойствие, для кого-то это надежность и что-то более похожее на дружбу. В разное время, в разном возрасте, у людей к этому слову разное отношение и в принципе, так и должно быть. То есть, если вы скажете это слово другому человеку, другой человек поймёт это слово не так же, как вы, и в этом нет ничего плохого. Но если вы хотите донести свою мысль и в ней кроется много каких-то смыслов, вам недостаточно просто сказать это слово, вам нужно описать, что вы подразумеваете под этим словом сами, и только тогда человек начнёт вас воспринимать. И точно так же мы понимаем в разной глубине разные слова. Например, для кого-то любовь — это слово которое он пережил, для кого-то это слово, которое его разочаровало, для кого-то это слово, которое он испытывал, видит на остальных людях, видит какие-то тенденции и взаимосвязи. И для разных людей это слово будет отличаться от их опыта. Кто-то глубоко понимает это слово, например он уже пережил влюблённость, уже обдумывал как-то рефлексировал над этим словом, многое прошёл, было что-то негативное, позитивное, и для него это понятно. То есть ему говорят это слово, у него есть уже очень большая база

вокруг него. Само слово является для него является базой данных из воспоминаний, размышлений, ощущений, мнений окружающих, описаний в книгах и фильмах, структурирования этой информации внутри. Это не мая сущность, а огромная структура, которая живет у него внутри и она отличается от вашей. Для этого же человека например вы говорите слова гнев, а для него не существует этого слова в реальности, то есть вы передаёте именно гнев - это безумное состояние внутри, когда человека разрывает на части, или он наоборот сильно сосредоточен в точке своей злости, то есть вся злость сходится в одну точку и она очень-очень концентрированная, более хладнокровная и направленная, а для этого человека вот это конкретно слово означает просто сильную злость. Злость — это когда вы просто злитесь, можете сделать что-то необдуманные, но это более хаотичная история, она чуть более разнонаправленная, не такая концентрированная и не такая мощная. И для каждого человека, каждое слово различно. То есть вот у данного персонажа слово любовь — это глубокое понимание, а слово гнев — это поверхностное понимание и где-то вы можете с ним обсуждать глубину, а где-то вам придётся объяснять, что вы подразумеваете. Где-то ваши картины мира сходятся, а где-то сильно отличаются, а представьте сколько слов мы говорим в одном разговоре и насколько они вместе расходятся между собой у каждого в голове. И вот эта разная оценка слов, фраз, мыслей, очень мешает каким-то договоренностям, обсуждениям, что касается бизнеса в первую очередь, потому что в бизнесе это гораздо проще понять. Люди также не очень понимают насколько сильно нужно погружаться в какое-то понимание отношений и своих планов по жизни, то есть для них легче понять планы в бизнесе, чем в отношениях с другими. Это вроде как планируемое, это менее эмоционально и поэтому там вроде как можно всё рассматривать, думать с разных сторон оценивать и так далее. А отношения и какие-то планы на жизнь это всё более эмоциональные, не слишком сильно может быть запланировано и описано, структурировано. На самом деле и то, и то поддается определенной оценке и необходимо оценивать, прогнозировать, думать о разных взаимосвязях, разных последствиях в любом процессе. И если касаться примеров с бизнесом, вы начинаете с кем-то общаться, начинаете строить какой-то прогноз и предполагать, что получится далее.

Допустим вы принимаете решение о том, внедрить в компании обучение или не внедрить. И в первую очередь вы оцениваете очень поверхностные вещи - сколько вам это будет стоить и что это даст, то есть сколько денег вам это принесёт. Это чисто бизнесовый подход, он правильный. Об этом можно думать в первую очередь, не нужно погружаться сразу очень глубоко, потому что если вы будете погружаться в какие-то мелочи, тогда вы не примите вообще никаких решений, а закопаетесь просто. Но у разных людей, когда они поверхностно думают, у них возникает разное количество взаимосвязей сразу в голове, то есть разная глубина этой мысли. Один человек продумал обучение - это будет стоить одну зарплату преподавателя, это будет стоить зарплату какого-то его помощника, и потом это в среднем допустим на 5% увеличивает продуктивность каждого менеджера, и в итоге это принесет нам такое-то количество денег и это неплохо. Но если вы уже научились думать системно и с разных сторон, у вас возникает совсем другая

картина в голове. Вы, как только начинаете об этом думать и сразу понимаете, что обучение не обойдётся одним преподавателем, нужно как минимум несколько преподавателей, потому что они должны друг друга сменять. Вопрос сразу появляется относительно преподавателей - кто они, какие-то внутренние преподаватели, и тогда нужно как-то менять весь процесс и ещё найти тех, кто и хорошо знает материалы и может их преподавать и часто в этом тоже мало кто копается. Люди, когда думают, что другой человек что-то расскажет, если он в чём-то разбирается, это в любом случае даст большой эффект. Думают, что там такого, уметь преподавать. На самом деле это целое искусство, и у кого-то глубокое понимание того, как преподавать, у кого-то поверхностное. И вот когда в обсуждении этого процесса, вы говорите, человек, которого вы выберете на роль преподавателя, должен действительно уметь это делать, для человека, у которого поверхностное понимание того, что такое обучение, ваше высказывание он не поймет. Он может и согласится с вами, но для него это не будет настолько серьезным моментом, а значит он не придаст внимания вашим словам. А люди постоянно, когда принимают решения, раскидывают вопрос по разным критериям – важно, неважно, насколько важно. И они будут в первую очередь обращать внимание на то, что максимально важно. И вопрос того кто будет преподавать, может для них просто не быть важным. Потом вы начинаете оцениваете, а есть ли по-настоящему хороший преподаватели внутри, и вы начинаете думать о том, кто приходил куда преподавать, какой у кого опыт. Находите каких-нибудь людей, которые преподают у всех. И тут важно тоже понять, действительно ли этот человек разбирается во всех этих вещах, действительно ли он может быть хорошим преподавателем или просто он популярный. Часто популярность не имеет никакого отношения вообще к профессионализму и качеству. И когда вы думаете глубоко, вы оцениваете сразу эти вещи и можете может быть даже пригласить какого-то человека со стороны, не касающегося вашего продукта, может быть он лучше объяснит то что вам необходимо. Вы начинаете думать, кто действительно тут нужен и кого нужно пригласить, для того чтобы это в реальности было значимым шагом, а не просто решением, которое потом выкинется. Потому что, если вы один раз попробовали сделать подобный шаг и у вас не пошло, в бизнесе часто это приведет к тому, что вы закроете этот вопрос на очень долгий срок, особенно если вы принимаете решение не самостоятельно, а есть ещё какое количество партнёров. А значит сразу нужно сделать все так, чтобы это дало результат, а значит нужно продумать все хорошо заранее. Вы знаете что если что-то не получилось, это не означает что идея была плохая, а скорее вы неверно ее реализовали, но если однажды реализовали не верно, то второго раза может не случиться. Далее вы например начинаете понимать что нужны какие-то методологии, нужны люди которые будут следить за тем как проходит обучение, нужны какие-то способы проверки и контроля, что это будет онлайн или офлайн, насколько эффективно одно и другое, насколько это можно всё совместить, можете ли вы это себе сейчас позволить, насколько это улучшит показатели и главное кого нужно обучать, потому что люди с высоким уровнем знаний могут особо ничего не изучать, они скажут, что они и так достаточно хорошо все знают, а эти люди вам приносят 80% дохода. И вот на них обучение не повлияет никак, потому что они не придут. А те люди, которые приносят вам 20% дохода, будут приходить и, как вы и

предполагали, увеличат свою эффективность на 5-10%, а если они увеличить свою эффективность на 10%, это значит что вы заработаете не  $100 \times 10\%$  больше, то есть заработаете плюс 10%, а вы заработаете  $20 \times 10\%$  и это значит, что прирост у вас будет состоять не из 10%, а из 2%, потому что вот эти 20% дохода, которые приносят 80% сотрудников у вас увеличится на 10%. И это тоже важная мысль, это тоже надо оценить и понять. Естественно, вы не сможете предугадать, кто действительно пойдёт, на кого это как повлияет, но для первоначальной оценки это необходимо. То есть все эти вещи должны проработаться сразу, в момент того, когда вы принимаете поверхностное решение, потому что ваше поверхностное решения всё равно состоит из многих взаимосвязей, которые лежат в подсознании. Вы что-то прикинули, а когда что-то прикидывает мастер и что-то прикидывается специалист - это очень разные вещи. Мастера прикинул, пальцем в небо ткнул, а за этим тычком стоит огромное количество расчётов внутри головы, даже если он этого не понимает не осознаёт. Специалист ткнул, и он просто ткнул. И важно, насколько человек приходит в это состояние мастера, когда принимает такие мелкие решения. И соответственно вы начинаете обсуждать это, кто-то это воспримет негативно, кто это воспримет позитивно, какая группа людей не определится. Вы, например, начинаете об этом думать и сразу видите весь персонал и видите, несколько человек, который отошли в сторону и чего-то бубнят между собой и может быть ещё и рассказывают всем что всё это глупости и подрывает эффективность. Вот это вот тоже нужно сразу предположить и может быть если они будут недовольны, их эффективность сильно упадёт. А может быть те кто бубнят, это будут самые лучшие, тогда вот эти 80% просядут на 5% и это перекроет весь прирост тех, молодых. Может быть, если это произойдет, через какое-то время всё равно они увидят, что молодые стали работать лучше и тоже примкнут к этому и увеличат свою эффективность. И вы уже видите график, на котором сначала идёт просадка из-за того чтобы внедрили обучение, потому что любая система против изменений. Если идёт что-то, как идёт уже долгое время, если это довольно статичная система и вы внедряйте новый процесс, система будет противиться. Она пойдёт сначала в другую сторону, потом уже будет расти и если вы уже начали как-то думать разными фреймами, для вас это стандарт, вы видите любые процессы в графиках, в том числе. Вы видите эмоциональные взаимосвязи группы людей, как они взаимодействуют, как одна помогает другой, вы видите, что будет через какое-то количество лет или через просто какое-то количество времени, что сначала, что потом, как это отразится глобально. Вы видите график, на котором сначала, например, провал, а потом идёт обратный ход и весь график растёт. И вы начинаете прикидывать просто этот рост, насколько он выше этого падения, и всё это происходит в голове, всё это происходит в образах, в картинках. Вы не оперируете и какими-то реальными цифрами, не сидите над расчетами сутками, но вы это понимаете, вы это знаете в какой-то мере, оно автоматически начинает всплывать в образах внутри головы. И вам нужно это передать тем самым партнёрам, чтобы решение было принято правильно, и чтобы к нему правильно отнеслись, потому что на первый взгляд такое решение было довольно простым. Давайте начнём, а дальше посмотрим. А на самом деле там кроется гораздо больше вещей и как минимум вы на это должны вложить больше денег и больше сил, больше времени. Как известно время — это как раз-таки

деньги. И вот этот образ нужно как-то транслировать, иначе решение может навредить всем. Также параллельно вы можете подумать о том, произойдёт ли что-то, если я не сделаю этого, и как это отразится на компании. Вы тоже видите, как меняется компания через какое-то время и как это донести другим людям. Вот подняли вопрос - внедряем обучение или нет и у вас пробежались картинки в голове, которые на самом деле показали вам довольно сложную структуру и большую глубину. Вы хотите, чтобы люди это тоже просто увидели, вы не знаете правильно это или неправильно, но вы задумались о разных вещах, разные вещи просмотрели в голове, и хотите, чтобы другие люди оценили тоже самое, чтобы они оценили не просто внедряем или не внедряем, оценили проценты и сумму на одного человека, а чтобы они увидели процесс, чтобы принятое решение было действительно правильным. И вот как донести эту картинку, донести этот образ, в котором человек будет действительно видеть, чувствовать эти графики, отношения, эмоции у людей на лицах, временные интервалы, это был большой вопрос, на который я хотел ответить. И первоначально хотел научиться передавать вот эту образную информацию - как передать все образы из головы другому человеку. И сразу скажу, что я так и не нашёл этого ответа, возможно через какое-то время придёт, но пока нет. Но параллельно с этим я начал оценивать каким образом я думаю, каким образом я вижу эти картины, как мозг всё это выдаёт. Начал разбивать это на определённое фреймы, чтобы доносить эту информацию людям. Начал разделять какие-то общие вещи на фундаментальные модели видения и фреймы мышления, через которые можно описать большую часть вещей. И записывал пример о том, что такое действительно донести мысль. Когда вы описываете какой-то процесс, вы, например говорите ребёнку - радуйся пока у тебя детство, пока ты можешь играть, фантазировать, не погружаться какие-то процессы. Радуйся пока ты ходишь в школу, пока ты ходишь в детский сад. Понятно, что у кого-то сейчас вот эти фразы вызовут какой-то негатив, потому что у кого-то школа была негативной, у кого-то детский сад, тем не менее у тех людей, кто думает об этом из взрослого состояния, когда он уже прожил всё это, когда он уже погрузился во взрослую жизнь, когда он понял, чем они отличаются, понимание этих слов будет, а у молодежи нет. Я не говорю о том, что взрослая жизнь неинтересная, а детство интересное, но они сильно отличаются, и вот эти отличия вы понимаете. Если вы ребёнку скажите просто радуйся, пока у тебя есть вот эти вот свободы, он этого не поймет, потому что у него большинство этих свобод не были отобраны, они не понимает, что такое жить без них, не понимает, чему радоваться, у него нету вот этого оценочного суждения, ему не от чего оттолкнуться, нет опыта. И поэтому многие вещи говорят - подрастёшь поймёшь. Но это неправильно. Для этого человека, который говорит подрастёшь поймёшь, это правильно, потому что он говорит, у меня есть опыт, я это уже всё прошёл, а ты, когда подрастешь, тоже придёшь к этому опыту. Может быть он прав, а может быть и нет. Может быть его опыт был такой, что он из него неправильные выводы сделал.

Но если он просто это скажет, это не возымеет никакого эффекта. Ведь человек должен понять, что вы ему говорите. И вот часто, для того чтобы человек понял, говорят, попробуйте описать свою мысль так, чтобы это понял 3-5 летний ребёнок,

я думаю, скорее пятилетний, или чтобы разобралась ваша бабушка, обычно так говорят о технических вещах - попробуйте описать таким образом. Есть определённая методика тоже описание профессиональных вещей, если это касается бизнеса, или если это касается каких-то психологических историй и многих профессиональных направлений. Попробуйте описать всё без какой-то профессиональной терминологии, то есть любые термины заменяйте на обычное описание и тогда вы гораздо проще поймёте, что вы рассказываете и у вас сложится другая структура в голове, и вы по-другому поймете процесс сами и человек сможет это понять. Потому что термины для него не что-то, что он осознает. И если вы так опишите какой-то процесс, то, скорее всего, человек вас поймёт. Он действительно поймёт, что вы хотели сказать. Но тут есть вторая история, что он не обязательно примет то, что вы говорите. Это может быть из-за того, что вы не правы, а может быть из-за того, что он не осознал этого. Тут приходит на помощь НЛП или какие-то другие психологические истории, которые позволяют сделать так, чтобы человек принял эту мысль, чтобы он решил, что она правильная. Но опять же принял и решил, что оно правильное, не означает, что он её действительно осознал, что он её прочувствовал, что теперь она в нём полноценно, что у него действительно появился опыт. То есть если вы заставите человека принять какую-то вашу мысль, он это примет как данность, как правило, а правило никогда не расширяет понимание. То есть, если у вас информация хранится в голове как правило, это значит, что вы их туда жестко забили и они не трансформируются, не развиваются и вы всегда будете скорее всего смотреть на мир однобоко и соответственно не принимать какие-то решения, которые действительно хотя бы приближены к правильности. Если вы заставляете человека согласиться, то он примет ограничение. То есть согласится, создаст внутри головы правило, которое не будет совмещаться с системой, не будет жить и развиваться. Если вы правильно описали и человек понял, то он просто понял, но у него не сложилось эта картинка. Вот это изначально история, о которой я говорил. Когда вы начинаете видеть обучение и начинаете думать, что здесь важно, кто будет преподавать и насколько он грамотно будет обучать людей, насколько он будет внедрять свои мысли в людей и какие это будут мысли, вы это не донесете простым предложением или логическим доводом. То есть человек может понять, да, действительно важно кто будет обучать, но он не прочувствует это, и он не будет всё равно копать в эту сторону, то есть это мысль не останется у него в голове, так как она не будет ощущаться значимой, а без ощущения мысль не так важна и наши ощущения у нас встроены не просто так, он не будет подсознательно продолжать решать этот вопрос. И в такие моменты, с точки зрения бизнеса, не нужно сразу погружаться в эти вещи, иначе вы действительно не примете решение. Но большинство вещей нужно хотя бы осознать, потому что эти мысли, даже если вы в них не копаетесь, если не вам нужно будет в них разбираться, а вы просто контролируете процессы, есть другие люди, которые этим занимаются, вам нужно чтобы у вас это крутилось в голове, чтобы это подсознательно обрабатывалось, чтобы в момент, когда вы будете принимать новые решения у вас уже сложилась другая картинка в голове, и вы более качественно понимали этот процесс. И в начале все эти вопросы нужно задать. На них можно не ответить, но их нужно задать и нужно осознать. И в общем-то как раз

вот это я и пытался понять, как сделать так, чтобы люди начали осознавать, принимать идею, чтобы она буквально внедрялась в их организм, чтобы она меняла их восприятие мира полностью, и научиться делать так, чтобы люди в итоге могли это применять везде. И пока создавались вот эти фреймы, общие вещи, мысль ушла к тому, чтобы научить людей через эти фреймы видеть всё. То есть встроить в само мышление эти фреймы для того, чтобы человек мог просто любой процесс, любую систему оценивать с разных точек зрения и действительно глубоко понимать любой процесс, любое слово и понимать мир, бизнес и все с чем сталкивается. И возможно в какой-то степени эта система к этому приведёт. И чтобы ещё раз попытаться осознать эту мысль, весь этот смысл всего что будет далее, можно вспомнить сколько всяких мемов или цитат ходят по интернету. У нас есть ВКонтакте в котором есть уже мем о том что люди постят какие-то фразы великих людей и общаются фразами великих людей, читают постоянно цитаты и общаются цитатами. И в каждой цитате, если вы прошли этот процесс, если вы глубоко понимаете эту цитату, содержится огромный смысл. То есть когда вы что-то прочитали и поняли, это один уровень, вы просто поняли смысл. Есть цитаты, которые вы прочитали и поняли, если это метафоричная какая-то история. А через какое-то время вы прочитываете эту цитату и понимаете, сколько вообще смысла человек закладывал в эту фразу на самом деле, насколько она обширная и насколько теперь вы понимаете её глубоко, что там скрывается за этим смыслом, какой объем информации. То есть вы и раньше понимали о чём она, но теперь вы действительно её прочувствовали, она действительно ваша. И все мысли они условно делятся на ваши и не ваши. Если вы прочувствовали мысль, если она пошла в вас, если вы её понимаете, чувствуете и видите в мире, она ваша, если нет - это просто мысль и вам ещё предстоит её осознать.

И просто представьте сколько цитат вы прочувствовали, а сколько ещё нет. И подумайте сколько людей их читают и для них они не означают вот этих вот глубоких вещей, как для вас. И именно это нужно передать, научиться об этом думать и самому научиться всё это видеть в мире и научиться этому обучать в том числе других, если это необходимо. И все вот это подытоживает хорошая определённое цитата, не знаю чья, о том что мудрец найдёт смысл глупости, а глупец и в мудрости ничего не поймёт. И вот она описывает всё, что я говорил сейчас полчаса и говорил до этого. То есть теоретически я мог бы просто написать эту цитату, вы бы ее прочли и вроде как всё понятно, но даже сейчас, если вы не прочувствовали эту историю ранее, скорее всего вы не осознаёте ее ещё в той глубине, а значит можно ещё дальше погрузиться ещё больше там найти. Чем я больше об этом думаю, тем больше нахожу каждый раз. Уровень глубины не предельный, он может развиваться.

И здесь описана именно вот эта история, что вы говорите какую-то вещь, а человек действительно не понимает в чём содержится её мудрость. Он понимает смысл, но не мудрость, он её не чувствует, он не на уровне профессионала, не на уровне мастера, он на уровне специалиста её понял, или даже не на уровне специалиста. А мудрец видит мир, видит какую-то мелочь, какую-то глупость и вокруг этой глупости строит такой большой мир в голове, он столько видит этих взаимосвязей,

возможных вариантов, изменений в будущем в прошлом, каких-то паттернов, историй, которые кроются за этой мыслью, которые повторяются периодически. Многие используют те же фразы, высказывания, цитаты, но это даже близко не то что понимает в них мудрец. И вот это мышление мудреца. Он видит что-то и начинает всё это разбирать, начинает погружаться в глубь фразы и начинает расширять это на другие вещи. И вот чтобы немного прийти к этому, чтобы немного научиться заниматься подобными вещами и была описана вот эта вот структура фреймов

### 3. какие цели этого фрейма

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1ayeBclQ5hr1pZDd-VHULtvD7Um4AiByY/view?usp=sharing>

Ещё небольшое отступление, чтобы описать для чего была создана данная модель. И первое - это понимать мир, то есть понимать любую часть того, что мы изучаем, как заниматься наукой, понимать как устроены взаимосвязи на уровне отношений, на уровне компании, государства, работы с природой, на космическом уровне. Изучив эту методику, не будет сразу понятно все во всех системах, но будет гораздо проще всё это осознать, воспринять и начать думать о вещах, о которых раньше не думали. Все гениальные люди, которые что-то изобрели, просто чуть по-другому смотрели на мир. Он был для них более расширенным, в нём было больше точек, за которые они могли зацепиться. То есть первое, это понимание мира, процессов и возможность что-то изучить. Второе - это общая философия, философия того как устроен мир, как в нём жить, почему он такой, какие в нем есть части, почему эти части взаимосвязаны между собой, каким образом и как на это влиять, нужно ли на это влиять в принципе и создавать описание мира. Это, во-первых, интересное исследование, во-вторых, это даёт спокойствие, возможность найти свою цель, своё желание, убрать на задний план то, что неинтересно и то, что неважно. Следующее - это через понимание этих принципов философии осознать, как взаимосвязаны системы, какая у них история и как всё это влияет на людей. Мы часто думаем, что кто-то прав, кто-то виноват, кто-то сделал что-то не то и лучше бы кого-то в жизни не было. И часто это не совсем так. Часто человек попадает в какую-то ситуацию, из-за этого он меняется, совершает какие-то поступки, которые мы считаем, что они не должны совершать, но так работает система и через вот это понимание, приходит осознание того, что не всегда человек самое важное звено, а важнее система, в которой он находится, и понимание человека, понимание того, почему он так поступил, почему так должно было быть, даёт нам очень много возможностей для коммуникации, для того, чтобы ему помочь или для того, чтобы избежать каких-то следующих проблем. Потому что, если мы видим определенные взаимосвязи, мы понимаем, к

чему это может привести конкретного человека, и что может быть потом, а не жить в иллюзиях, что всё прекрасно. Или наоборот, видеть какие проблемы были у человека как они на нём отразились и проявлять какое-то сочувствие, иметь возможность помочь этому человеку. Особенно это важно например в воспитании, так как там очень много мелочей, которые формируют будущую систему и надо учитывать огромное количество свойств системы, для того чтобы внедрять в ребенка правильные мысли и развивать его. Также тут есть большой пласт о том, как разделяются люди - почему есть люди, условно, злые, добрые, можно ли истребить этих злых и нужны ли они вообще, как система. И в какой-то момент начинаешь осознавать, что нужны и те и те, всё это части системы, все занимаются своими делами, исполняют свою роль, и, во-первых, становится легче, во-вторых, если вы хотите этим управлять, то проще будет управлять понимая принципы системы. Приходит какое-то спокойствие и в том числе вы можете прогнозировать, что будет происходить дальше. Следующая история - это определённая футурология, понимание того что произойдет далее на разных уровнях. Это зависит от того на каком уровне вы хотите посмотреть - на уровне бизнеса, отношений или на уровне мироустройства, развития технологий, чего-либо еще.

Следующее - это естественно, бизнес, оптимизация процессов, понимания чего происходит, почему так, что делать дальше, как из этого выйти и как вообще смотреть на общую систему, как ее оценивать, видеть этот полностью живой организм.

Далее - это отношение - то есть как понимать все взаимосвязи в отношениях, как прогнозировать, что будет происходить дальше, как менять всю эту систему и где есть какие точки, над которыми надо работать, что может привести к чему.

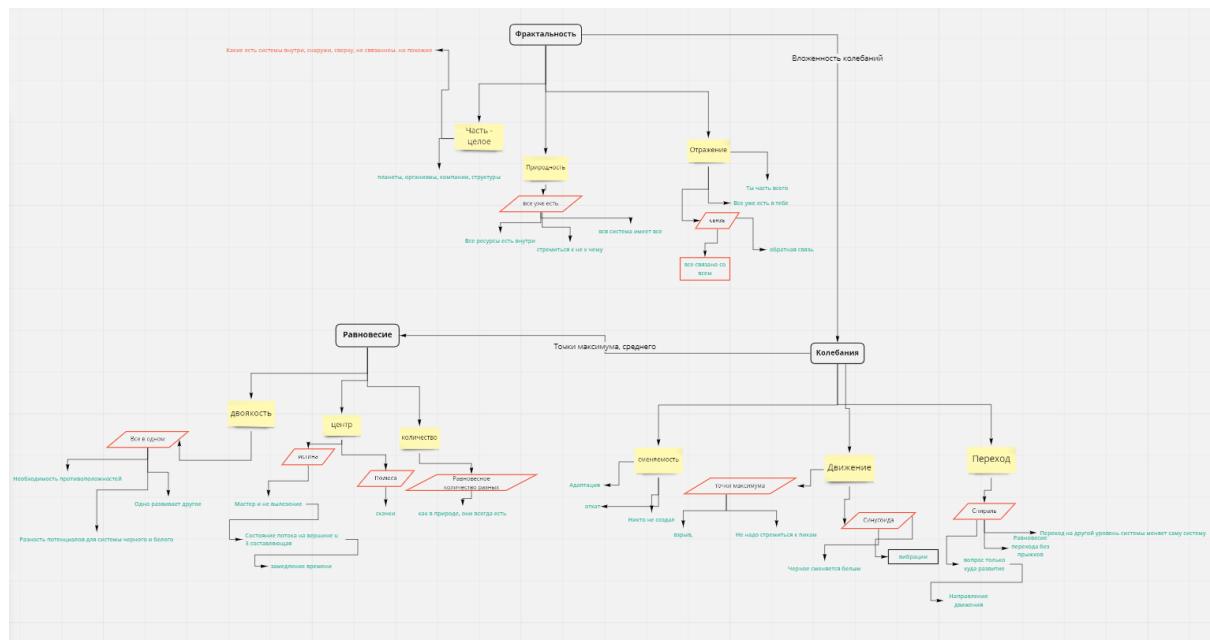
И следующее - это передача мыслей, то есть объяснение с разных точек зрения, доносить доводы для людей и в том числе обучение. Как сделать так, чтобы человек понял вашу мысль, действительно ее осознал, в том числе как сделать так чтобы ребёнок чему-то научился, чтобы он не просто что-то зазубрил, а чтобы он действительно понял. Как и во всех школах всегда есть те, кто зубрит, те, кто не понимает на самом деле о чём идёт речь, но помнит всё, может на все ответить и получает пятёрки. И есть те, кто понимает процессы, может думать, при этом они часто не стремятся за высшими оценками, потому что для них понятен смысл, они могут и так с этим работать, даже если не помнят каких-то вещей, они могут в общем-то их осознать и потом дойти до необходимого ответа, а дальше перейти на новый уровень мышления. Это действительно важная, очень приятная и неожиданная часть, когда вы начинаете это отслеживать в себе, как действительно меняется этот мир, когда вы проходите вот эту вот точку бифуркации. Когда происходит переломный момент в вашем мышлении, то есть вы, например, считали, что все люди добрые, и это было ваше убеждение. А потом вы, например, осознали эту мысль и поняли, что такое добрые и почему они такие, и почему к этому нужно относиться именно так, и ваш мир меняется в корне, то есть мгновенно происходит какой-то скачок, к которому вы естественно долго шли, накапливали какую-то критическую массу мыслей и знаний, и потом происходит

этот переход. На самом деле это относительно плавный переход, но ощущается это как просто изменение всего мира, изменение всей жизни вы как в матрице начинает видеть мир иначе, ваше озарение делает ваше видение всех процессов гораздо глубже и уже даже ради этих моментов стоит напрячься и исследовать данную модель.

## 4. общий фрейм 1 часть

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1tGRaDEWXeOmtiNTc1IL318BzR8NHpeKW/view?usp=sharing>



Итак, общий фрейм - из чего, в принципе состоит вся эта теория. Тут есть три главных модели, у каждой есть подкатегории, в которых разные смыслы, содержащиеся в корневом понимание. Зачастую, когда начинаешь описывать какой-то процесс и подкатегорию, не всегда понятно к какой именно подкатегории или категории отнести этот факт, так как все три категории сильно связаны между собой и содержаться друг в друге, но для простоты, я разбил их по пунктам. **На картинке жёлтые, это основные категории, далее идут подкатегории. Зеленым и красным обозначены основные мысли, где красным обозначены мысли верхнего порядка.** А дальше уже просто огромное количество примеров, проходя через которые постепенно, смотря на абсолютно разные примеры из разных областей мозг будет привыкать к этой мысли, делать так, чтобы она внедрялась в голову, чтобы вся эта философия начала жить внутри человека.

**Три главных мысли**

На данной картинке обозначены главные категории без примеров, потому что с примерами это выглядело слишком громоздко. Всё оценивается с точки зрения трех главных мыслей - это фрактальность, колебания и равновесия. Колебание — это движение каких-то частиц, энергий, это в принципе движение, разные позиции на графике. Если мы говорим о бизнесе примером может быть — дороже, дешевле, или выручка то больше, то меньше. Равновесие — это позиция и количественная с одной стороны, и качественная, с другой. Количественное, это и равновесие каких-то конкретных вещей и равновесие ментальное. Равновесие мыслей и фрактальность — это про систему, которая повторяется сама в себе, то есть бесконечное повторение одного и того же шаблона на всём, по сути схожесть всего и это про то, что можно найти описание большей системы через меньшую и наоборот. Хотя это не всегда так конкретно, потому что совокупность малых частей не даёт нам полноценную часть, не даёт ей понимание. Это как совокупность молекул, если мы знаем все молекулы из которых состоит предмет, то мы не знаем какими свойствами он будет обладать при соединении всех этих молекул. Мы знаем состав воды, но мы не будем знать, какие свойства у воды, если нам дадут только информацию о том из чего она состоит, например, что там она будет мокрой, и будет использоваться нашим организмом, насколько будет состоять наш организм из неё, то что она будет замерзать, испаряться при каких температурах, при каких давлениях и так далее. То есть эти свойства, появляются именно тогда, когда части соединяются и образуют совершенно новую систему.

### **фрактальность**

Тут написаны ещё определённые связи этих моделей и категорий друг с другом. Например в фрактальности есть категория часть - целое, и если рассматривать планету, организм, компании, то по структуре они будут схожи, по устройству и принципам структуры. Есть определенная схожесть между тем, из чего состоим мы и из чего состоят планеты солнечной системы, галактики. Если посмотреть на то, как выглядят наши атомы и электроны и их движение по орбитам, это очень похоже на то, как выглядят планеты, оно не идентично и одно такое совпадение может быть случайностью, но это лишь одно совпадение. Если посмотреть на наш организм, который живёт на планете Земля и общается с другими такими же организмами и есть много других разных животных, то это очень похоже на то, как внутри нас тоже живут разные живые организмы, для которых мы уже являемся планетой земля. И если например бактерии, которые живут в нас чувствуют себя так себе, чего-то у них не то происходит в жизни, а причиной может быть наше не совсем правильное поведение, например если мы нервничаем и питаемся непонятно чем, это может отразиться на бактериях, а значит и на всём организме и наоборот, то как чувствует себя организм может отразиться на всех этих бактериях. То же происходит с планетой - если мы что-то делаем это отражается негативно на всей планете и почему планета не может быть условно живым организмом - может быть не таким живым как мы привыкли думать, но условно живым, тоже жить, развиваться, взаимодействовать со своими бактериями и по меркам планеты "болеть". Тут одна и та же структура, одно и тоже взаимодействие. Тоже самое может быть и на уровне каких-то космических систем.

Они все друг на друга влияют и как электроны движутся по орбитам, так и планеты и галактики. Работа внутри семьи, распределение каких-то обязанностей, ролей очень сильно может быть похоже на работу в компании. А отдельные части компаний, то есть отделы, работают примерно как работает вся компания, если заменить отдел на человека. То есть вся компания думает отделами, отдел думает отдельными людьми, которые занимаются своими направлениями, и это все очень похоже, это фрактальная система. То есть можно посмотреть на то, как условно взаимодействуют животные в какой-нибудь стае и понять, как может происходить взаимодействие в компании. Всё вокруг нас очень похоже и из всего можно достать какую-то информацию, прикинуть, сложить. И если двигаться по данной методологии, то один из шагов, это подумать, какие есть системы внутри, снаружи, сверху, несвязанные, похожие. То есть, чтобы оценить какую-то систему, нужно понять, на что она похожа, какие есть вложенности, в чём находится система. Это и будет верхнеуровневое рассмотрение фрактала Вложенность у отдела - это люди внутри компании, сам отдел находится тоже внутри большой компании, у которой есть взаимодействие отделов. Компании тоже как-то взаимодействуют между собой на уровне государства. Государства тоже как-то взаимодействуют между собой и всё это очень похоже и работает примерно одинаково. Вы можете оценить, как друг с другом сотрудничают государства переведя это в плоскость наблюдения за тем конкурируют компании, или как конкурируют люди внутри отдела, или отделы внутри компании, везде вы найдете общие паттерны и осознаете на понятных для вас примерах ситуацию глубже. Например чтобы понять как взаимодействуют государства, нужно сильно погрузиться в политику, иначе это сложно понять, но если вы переведете наблюдение на сотрудничество и работу внутри отделов, то на этих примерах вам будет понятнее что происходит там. Так как взаимодействия отделов для вас видимы и поэтому и понятны, а государства не видимы и не понятны, но если найти общие закономерности, то и взаимодействия государств становятся понятнее. Но тут естественно нельзя фрейм какой-то позиции полностью переносить на другую позицию, потому что там есть разные элементы всё равно. То есть процесс взаимодействия людей внутри компании не идентичен государственным отношениям, но принципы там могут быть максимально похожи и понять на примере гораздо новый процесс, если сделать его более привычным для себя, пропустить через имеющийся опыт, а не пытаться думать что это что-то супер новое, что мы до этого не знали совсем. Это очень важная часть, на которую нужно обращать внимание.

### **Природность**

В фрактальности есть категории, которые описывают понятие фрактальности чуть подробнее, разбивая его на несколько частей. Например первая категория, это природность. Природность это про то, что в природе уже всё есть, все ответы и примеры. То есть мы пытаемся чего-то изобрести, создать что-то новое, а на самом деле фрактальность везде, всё это уже придумано. Мы не можем придумать вообще ничего нового, потому что в том или ином виде это уже есть в системе, мы просто берём какую-то модель, которую видели где-то в природе, в бизнесе, ещё в чём-то и переносим её на какой-то другой процесс. То есть, в мире уже всё есть,

стремиться по сути не к чему, мы не можем чего-то изобрести прям супернового, оно плюс-минус одинаково, то что мы придумали, где-то уже можно посмотреть. Но это не означает, что не нужно куда-то идти, и не нужно к чему-то стремиться, но как такого глобального смысла может быть в этом и нет, однако развиваться и стремиться, это ваш личный смысл.

### Вся система имеет всё

Вся система имеет всё, то есть в системе уже есть всё, что вы можете придумать, и что можете использовать, а вокруг есть всё, что вам нужно, для того чтобы дойти до любого результата, оно просто вокруг вас. Это пример того как работает вся визуализация, о которой так много сейчас говорят, если не вдаваться в какую-то там магическую историю, что человек визуализирует и к нему всё само приходит. Естественно он должен тоже что-то делать для того чтобы ему что-то пришло, а не только визуализировать. Но как работает в принципе эта модель? Мы начинаем думать о том, что нам нужно, представлять результат и настраиваем мозг на то, чтобы он видел возможности. Перед нами всегда огромное количество возможностей, они постоянно проходят мимо и большинство из них мы не видим, за большинство из них мы не цепляемся, а оно всё уже есть, то есть придумывать ничего не надо, нужно только увидеть возможность и схватиться. Подсознание же наше видит гораздо больше и с помощью визуализации мы просим его как бы показать нам эти возможности. И в том числе все ресурсы есть внутри, то есть если мы будем оценивать что-то вне нас, мы можем понять, что внутри, то, как мы устроены - это уже ответы на большинство вопросов, которые мы в принципе можем задать. В нас существуют огромные миры, бактерии живут внутри нас, не помню сколько, но вроде порядка 3 кг или что-то такое и в принципе говорят, что бактерий в нас больше, чем клеток у нас в организме и они как-то взаимодействуют между собой, живут своими жизнями. У нас есть атомы и молекулы, которые тоже как-то взаимодействуют, и вообще мы в принципе не из какой-то там плоти, у нас просто эти атомы и электроны, протоны, всё это связывается и всё, мы какая-то жёсткая структура энергии, а жёсткие мы потому что одни энергии отталкиваются от других энергий и нам кажется что стол жесткий, ведь связка наших молекул не может пройти сквозь связку стола, который тоже в свою очередь на самом деле лишь энергии. На самом деле ничего жёсткого и угловатого там нет. Если философствовать о том, можно ли изучить мир, не видя его в принципе, или можно ли ответить на вопрос с помощью подсознания, если у вас нет какого-то дополнительного источника информации, то получается что в принципе можно, потому что, теоретизируя все процессы, которые может могут быть во вне, в том или ином виде есть внутри нас. А так как наш организм это мы сами, мы на самом деле знаем о нем все, а значит и об устройстве окружающего мира, как минимум основные законы и структуры. То есть мы должны у организма условно спросить, а что вообще происходит здесь, а как делается вот это, а как работает вот это. Наше подсознание управляет всем нашим организмом и управляет взаимодействием с этими бактериями, обменивается с ними информацией, управляет каждым органом, который состоит из каких-то своих живых существ, своих клеток, которые живут своими жизнями, своими статьями, своими интересами в конце концов. Всё

это можно увидеть уже внутри, то есть не нужно обращаться во вне чтобы что-то узнать, но и не нужно никогда упираться чисто в себя, это тоже не выход, так как информация на сознательном уровне все равно потеряется. Это уже изречение из равновесия, из следующей части после фрактальности, но я говорил что все фреймы тут сплетены между собой.

### Отражение.

Мы отражаем всё что есть вокруг и всё что есть вокруг уже есть в нас. И мы часть всей вот этой истории, мы можем через себя понимать, как всё происходит во вне. Это очень похоже на то что мы уже обсуждали, но оно и не должно сильно отличаться, потому что это все категории фрактальности, одного закона.

### Связь.

Все связано со всем и отсюда вытекает обратная связь. Из-за того, что, система находится сама внутри такой же системы - это взаимосвязанные разные системы, и они не могут существовать друг без друга. То есть фрактал это большая система созданная из своих копий и они неразрывны, они одно целое. Опять же, возвращаясь к тем же бактериям - бактерии не могут жить без нас, а мы не можем жить без бактерий, вот так устроен сейчас наш мир и мы с ними связаны. Мы влияем на них, если мы, например создаем какие-то негативные мысли. Эти негативные мысли определённо сказываются на работе наших органов. Эти ощущения, которые мы чувствуем например от злости или печали, это же не просто мозг создаёт ощущение, он создаёт ещё определённые вещества в организме, он на определённом уровне травит организм и опять же тут большой вопрос, что такое травит. Потому что раньше цари пили яд, чтобы не болеть от отправления, а для того чтобы не умереть от яда, пили его мелкими дозами, но тем не менее это яд. И этот яд от наших негативных мыслей, когда он образуется, может влиять например на других каких-то микроорганизмов, которые живут в этом органе. Нам и так от этого яда плохо и бактериям тоже плохо и они, например, из-за того, что им плохо, начинают уходить и нам не хватает с ними какого взаимодействия, то что они в нас привносили. Потому что в большинстве случаев они нам всё-таки помогают, они живут в симбиозе, а не в паразитизме. Или у них условно помутился рассудок они начали что-то дербанить и вот у нас появилась какая-то язва. И оказывается, что мы болеем из-за того, что на нас нападают бактерии, а на самом деле на нас нападают бактерии из-за того, что мы думаем как-то не так и сами же на это злимся. А может быть такое что бактерии что-то начали делать, это как это отразилось на нашем организме, у нас начало что-то болеть или начало что-то происходить не так, но мы этого не понимаем, а из-за дискомфорта начинаем нервничать, злиться и портить отношения с окружающими автоматически. Мы можем начать нервничать, терять физические силы, моральные, начинаем ссориться с другими людьми из-за этого, и в итоге какие-то бактерии отразились на том, что мы допустим поругались с близким человеком человеком или накричали на кого-то в метро. И обратная истории тоже может быть, то есть всё связано со совсем и нет ничего отдельного, нельзя рассматривать

отдельные части только отдельно. Можно об этом думать, но нужно понимать, что есть всегда взаимосвязи они очень, очень важные и очень сильные. То есть эта наша связь с нашими бактериями - это процесс, который работает в две стороны и крайне сильно отражается на нашей жизни, поведении, в конце концов наших решениях и если утрировать, то бактерии внутри нас по сути управляют нашим выбором, так как если они влияют, значит мы уже точно не только сами управляем своей жизнью.

### Колебания

Следующая часть этой триады, это колебания. Да, всё в мире колеблется, колебание — это движение. Как часто говорят движение — это жизнь. То есть, если животное останавливается — оно умирает, если молекула останавливается — она умирает, если останавливается движение какого-нибудь атома, электрона — там всё разрушается. То есть должно быть движение и оно всегда круговое, колебательное, спиральное, какое-то движение, которое в какой-то степени повторяет ещё само себя. И это связанность частей между собой, то есть колебания не могут быть одиночными, так как одно колебания внутри себя содержит другое и наоборот оно находится внутри какого-то еще большего колебания, это и есть фрактальность этой части.



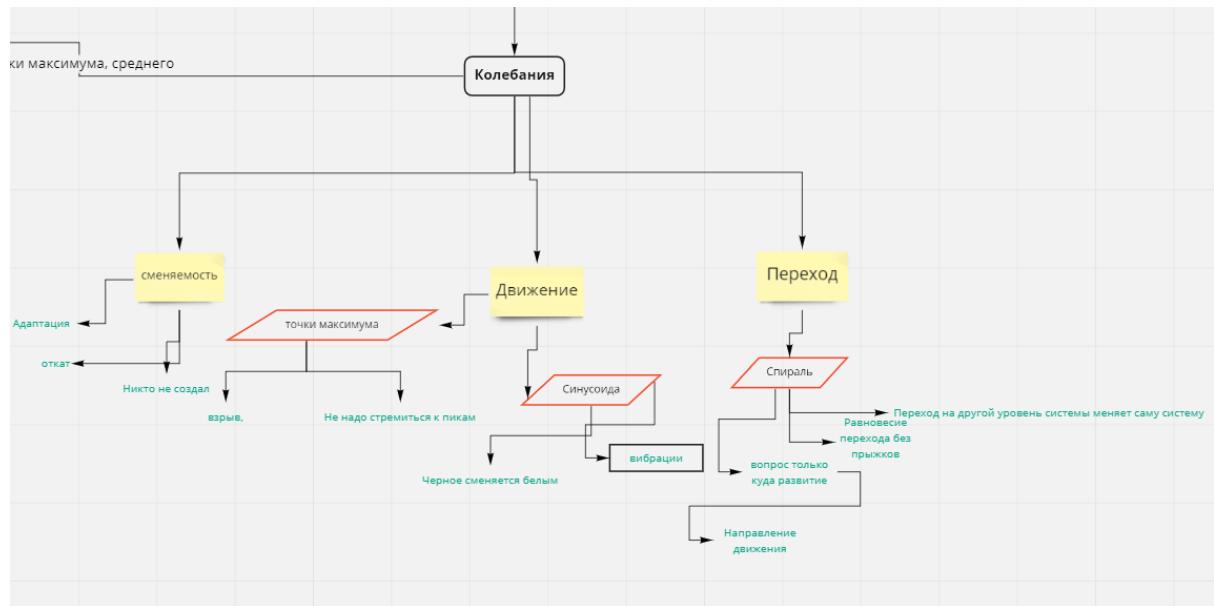
Везде

есть постоянные скачки и движение. Если Вы посмотрите на прибыль компании, она постоянно меняется, она постоянно идёт вверх-вниз, вверх-вниз, вверх-вниз по какой траектории, но тем не менее она меняется. Если в этом месяце у нас там замечательно, то вероятность того, что в следующий месяц будет хуже, очень высокая. И прибыль меняется в течение дня, года, квартала, полугодия, там везде есть колебания, которые стремятся суммарно либо к росту, либо к падению и имеют разные временные промежутки, то есть частоту и амплитуду. То же самое в отношениях, в какой-то момент в них все прекрасно, а потом становится не так хорошо, потом опять улучшается и они не могут быть идеальными целыми днями, они должны меняться.

## 5. общий фрейм 2 часть

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1xUmzglvVaT4eAta-As9DY5sOoLgQhM/view?usp=sharing>



### Движение

Это движение похоже синусоиду, то есть движется вверх-вниз, при этом есть определенная траектория и есть определённые изменения. Чёрное сменяется белым - это все связанные вещи, как я говорил раньше. Их можно убрать, как перенести одно в другое, но легче понять это таким образом, что движение есть, по графику похожее на синусоиду, где черное сменяется белым, всегда есть верх, низ, верх, низ. Каждый следующий низ может быть там ниже предыдущего, или выше какого то из верхов на графике, не важно, главное что всегда есть движение вверх и вниз.

**Вибрации** – это тоже самое, это жизнь, мы вибрируем, звук вибрирует, все состоит из определенных вибраций. Нет вибраций, нет системы.

**Всегда есть точки максимума** и не надо стремится к пикам иначе может произойти взрыв. То есть если мы меняем систему – она растет и потом падает, растет и потом падает, и мы сокращаем вот эти вот падения вниз, чуть увеличиваем движение вверх и тем самым выращиваем общую траекторию, то мы идем вверх постепенно. Если мы резко поднимаем что-то, до какой-то пиковой точки, происходит взрыв и оно падает вниз, так как должна быть компенсация, которая исходит из третьей части – равновесия. Например, в НЛП есть метод уничтожения заинтересованности, чувств, любви, за счет того, что вы начинаете все сильнее и сильнее проживать это чувство. Вы накладываете разные фреймы, через которые смотрите на отношения, меняете настройки того, как вы видите эту ситуацию, как вы ее слышите, это называется в НЛП субмодальности, и тем самым усиливаете, например, это ощущение. И если его сильно усиливать, то в какой-то момент оно просто взорвется и упадет вниз, и вы перестанете это ощущать и это произойдет мгновенно. Оно идет и идет вверх, потом

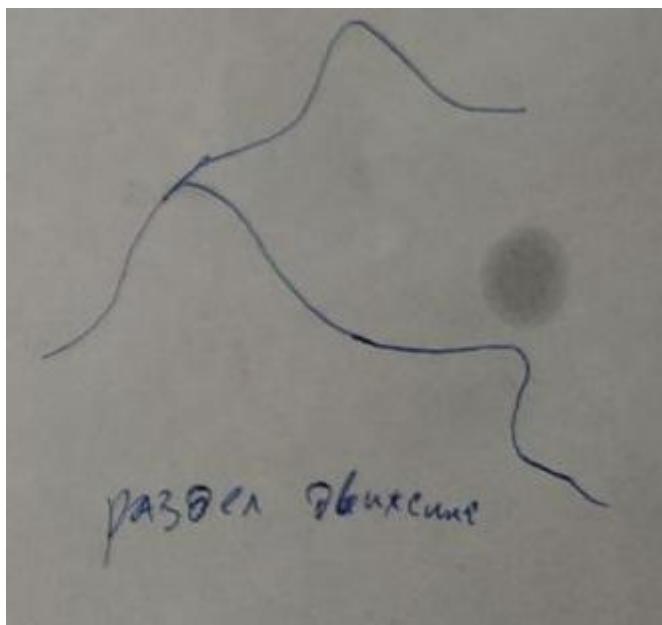
доходит до пика и сразу падение. И чем больше мы стремимся к пикам, специально увеличиваем что-то гипертрофированно, тем больше будет падение. И это нужно ожидать везде – в отношениях, чувствах, бизнесе, в том, как вы развиваетесь – сегодня вы усвоили информацию очень хорошо, а завтра – нет. И есть определённая вложенность этих колебаний, потому что вот сейчас 10 минут все отлично, а следующие 3 минуты так себе, а потом еще 8 минут отлично, потом еще 1 минуту так себе и это и есть движение, необходимое для нас. Сейчас вы сосредоточены, через какое-то время вы не сосредоточены и это нормально. Как если вы сильно упираетесь в изучение какого-то материала, прям целый день об этом думаете, потом это взорвётся и провалится. Например, как переучить стих, ты учишь, учишь в детстве и в какой-то момент перегружаешь себя и минуту назад ты помнил стих, а сейчас за мгновение, и ты перешел через точку взрыва и весь стих совсем стерло из памяти. Ты долго шел к этому пику, но прошел его за мгновение. Вы перестаете помнить вообще что-либо, потому что переучили.

### **Сменяемость**

Сменяемость – это опять же синусоидность, это про то что все движется вверх – падает вниз, потом опять вверх и опять вниз. Чёрное на белое не просто так всегда меняется и если у вас в отношениях начало все становиться прекрасно, то будет откат обратно в любом случае, вопрос только насколько сильно и куда движения общая траектория. Если все было ужасно, оно в любом случае пойдет вверх, в какой-то момент, на малый шаг или большой – неважно, главное, что откат в другую сторону будет. И всегда есть адаптация системы, то есть, если вы сильно что-то поднимаете, она адаптируется, она спускает этот процесс, она управляет системой так, чтобы она уравновешивалась менялась. Сменяемость – это обучение, адаптация. Обучение системы делает так, чтобы она становилась прочнее, потому что, если вы постоянно что-то улучшаете – например, если постоянно у человека только улучшается положение в компании, то через какое-то время он перестанет обращать внимание на компанию, он посчитает, что это норма и станет хуже работать. Сменяемость того, как он себя ощущает на работе в том числе помогает ему двигаться вверх. Есть даже феномен того что мозгу нужен стресс, чтобы работал эффективнее, просто в небольших дозах.

### **Переход.**

Все движется по спирали, это похоже на круг, то есть колебания идут тоже вверх и вниз, только по кругу. Если спираль разложить на график, то получится синусоида, где в какой-то момент она переходит на новый виток повыше, и это неотъемлемая история – вы движетесь, движетесь и в какой-то момент вы получаете достаточное количество энергии, опыта, какую-то критическую массу и переходите на другой уровень и движетесь там. То есть вы двигались по синусоиде вверх и вниз, при этом траектория была направлена вверх, в гору и в какой-то момент вы доходите до вершины, откуда два пути, либо спуск, либо следующая гора и если вы набрали опыт, то переходите на следующий виток или гору, а если нет, то спускаетесь.

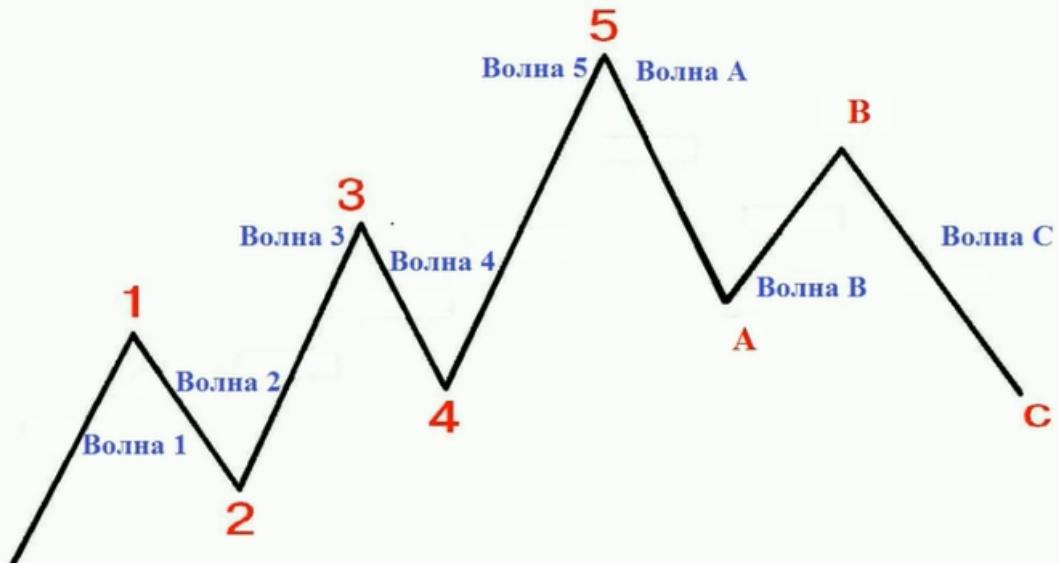


И переход на новый уровень системы меняет саму систему, то есть вы думали, что все люди добрые, потом осознали это. Эта мысль внедрилась у вас в голову, и это поменяло всю систему, вы сейчас совершенно по-другому относитесь к миру, к людям и ко всему этому убеждению, вы уже обратно не вернетесь, можете провалиться куда-нибудь, разочароваться, поменять убеждения, но без этого вы будете также колебательно двигаться, только эти колебания будут на уровне этого убеждения и понимания. Но на каком-то этапе вы будете двигаться дальше вверх и в какой-то момент опять откатитесь, либо перейдете еще на следующий шаг. Опять же, если вы не подготовились, если вы быстро перешли, мгновенно на этот уровень, вы, естественно, пойдете вниз, потому что система не готова, нельзя перепрыгнуть куда-то. Переход на другой уровень это тоже самое, что вода стала льдом и все ее функции поменялись. Компания из стартапа стала большой компанией – все поменялось. Отношения в начале, первые несколько месяцев и отношения через несколько лет – это абсолютно разные вещи. Все меняется, переходит на другой уровень.

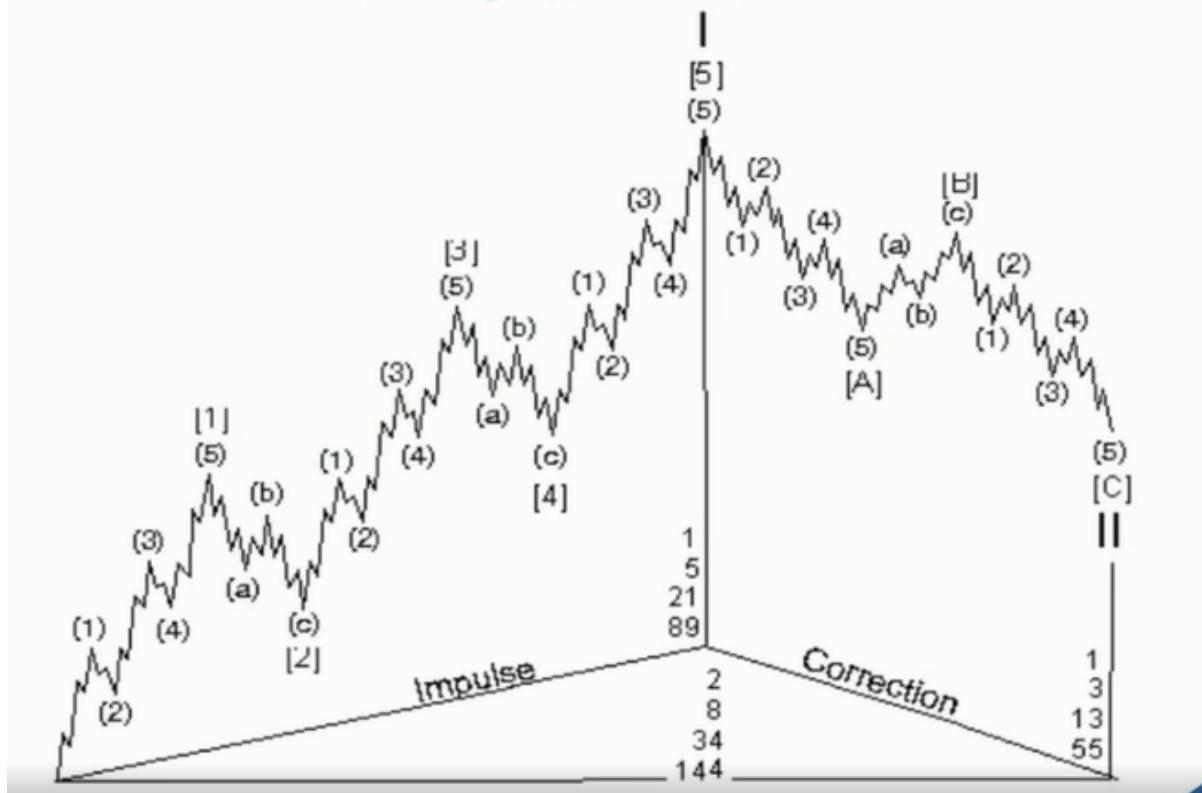
Переход происходит равновесно, без прыжков, если вы прыгаете, а система не готова – она откатится назад, никакого равновесия и никакого колебания около центра не будет. Равновесие – это когда вы перешли на этот уровень и у вас движение не скачки, когда вас швыряет от одного к другому и вы ни в чем не можете определиться, а это определенные убеждения, которые двигаются чуть-чуть вверх-вниз, и непременно остаются на том же уровне. Всегда есть направление куда вы движетесь и тренд движения, на который нужно обращать внимание, когда вы к чему-то идете, нужно понимать, вы идете вверх или вниз.

Есть хороший пример который я к сожалению не изучал, но очень похоже на все, что я описывал – это структура волновой модели Элиота на уровне колебания рынка.

## Структура волновой модели



## Волны внутри волн



Там есть волны, та же модель, те же колебания, где тренд вверх и вниз. Это фрактальная система, где видно что прямая на самом деле это колебания, а колебания находятся внутри колебания. И то же самое у нас происходит везде. Такой

график можно построить относительно большинства процессов, они всегда фрактальны и движутся то вверх, то вниз с общим трендом.

### Точки максимума

Колебания, естественно, сопровождаются точками максимума, которая конечно находится вверху, точками минимума и каким-то средним уровнем. Есть вот эта равновесие, переход, на котором происходит как раз изменение мышления, когда мы доходим до равновесной точки. И равновесие — это еще одна важная часть, она часть колебания, но мы выделяем это отдельно в следующую часть.

### Равновесие

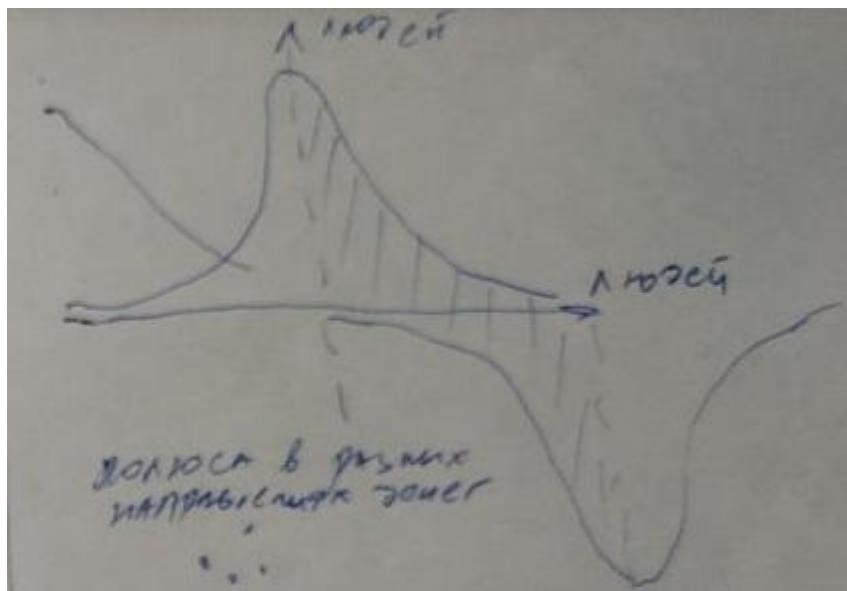
У равновесия тоже есть три подкатегории – это двоякость, центр и количество.

#### Количественное равновесие

Равновесное количество разных веществ и элементов в природе. Это про то, что система уравновешивается с помощью разных, разнонаправленных вещей. То есть, есть охотники, есть хищники, есть травоядные. Их должно быть определенное количество, для того чтобы система существовала в равновесии. Если хищников будет слишком много, они съедят всех травоядных и сами начнут вымирать. Система уйдет с условно равновесной позиции и начнет разрушаться, это естественно, и потом она будет адаптироваться обратно. То есть она все равно поменяется к похожей системе, при этом она поменяется и появится новая система, она может быть не хуже старой, но старая система изменится, она разрушится. Она существовала, пока есть равновесие, пока есть определенное количество хищников и травоядных. И количество оно плюс минус тоже где-то может быть похоже, это в том числе, например, если обращать внимание на то, какие люди есть в группах. Люди тоже делятся по разнонаправленности мышления – кто-то рожден лидером, но, если будет слишком много лидеров, им делать будет нечего, лидеры должны будут вымирать, потому что их необходимо небольшое количество. Если будут одни лидеры – никто не будет работать. Если будут одни рабочие – никто не сможет этим управлять, никто не сможет принимать решения и тогда система тоже разрушится, нужен лидер. И не всем людям нужно быть лидерами, хотя сейчас общество пытается навязать всем что они все должны стремиться к этому.

При этом, количественное равновесие, оно не считается 1 к одному, оно уравновешивается с учетом сил или энергий каждого элемента. Например, 1 лидер по силе действия может влиять на 100 человек, у каждого из этих человек в данной стратегии энергии получается кратно меньше, чем больше этих человек в равновесной системе. Соответственно, если будет 2 лидера, там будет слишком много энергии которая не нужна и один выйдет из системы, чтобы она могла уравновесится. Если есть группа без лидера, он должен там появиться и прийти туда. Если группа разрослась, то либо она должна разделиться со своими лидерами, либо перейти на другой уровень системы, где есть 5 лидеров с энергией на 20 человек каждого и 1 лидер, который по энергии равен 5 энергиям этих лидеров. Также уравновешивается например количество бедных людей, которых много и у них мало денег и тех кого мало, но у них много денег.

И тоже самое с хищниками и травоядными, так как если будет слишком много травоядных, нужно будет больше хищников чтобы их регулировать и наоборот, если слишком много хищников, то должно больше рождаться травоядных или вымирать хищников. И тут совсем понятно как будет создано равновесие, то есть просто из-за количества еды будет либо больше, либо меньше хищников, с другими системами вроде экономики, управления компанией, отношения, тут все сложнее увидеть, но принципы одинаковые.



То же самое происходит в компаниях, в каких-то стаях, везде, примерно одна и та же система, везде есть похожесть по лидерам, по всему, просто это по-другому выглядит.

### Двоякость

Это уже про такую ментальную равновесность, то есть здесь должно быть определенное количество разных позиций. Здесь про один и тот же процесс. В одном и том же процессе должно быть и условно плохое и хорошее, и качественное, и некачественное, глупое и умное.

**Необходимость противоположности** – это как супергерой и антигерой. Супергероя не будет, если нет антигероя, если нет плохих побуждений – ни у кого не будет создаваться сильно хороших, то есть герои не могут существовать, если нет злодеев. То есть их, как вида не может быть, потому что незачем геройствовать и если у вас нет проблем, нет развития. То есть вам нужно развиваться, но для этого вам нужны проблемы. И всегда есть противоположности и именно это создают систему, и именно это ее движет.

**Одно развивает другое**, и без откатов, без разностей, не может быть развития. Это важная штука для понимания того, как в принципе устроен мир и как на него смотреть, как на него обращать внимание.

**Разность потенциалов для системы между черным и белым**

Разность потенциалов – это разница между верхом и низом колебания. Чем больше их разность, тем больше потенциал движений, тем больше скорость, то есть если разность не большая, то система и движется не сильно. Если есть уход в сторону очень сильный, то обязательно с другой стороны будет большая энергетика чтобы вернуть его назад. Если человек не сильно энергичный, если он не сильно на чем-то заморочен, у него спокойная размеренная жизнь, то вряд ли от него можно ждать каких-то экстраординарных открытий, действий. Если же у человека, был какой-то психологический надлом и это увело их в минус, а плюс вырос с другой стороны, в творчестве. Например, часто актеры, это люди, у которых каким-то образом была надломлена жизнь. Здесь у них сильная энергия, потому что их откатило в другие части и разность потенциалов дает вот эту возможность. И, естественно, не нужно создавать большие проблемы для того, чтобы поиметь что-то большое и хорошее, в этом нет ничего хорошего для спокойствия человека. И не всегда ты предугадаешь, что произойдет дальше, если ты создаешь проблемы, но разность потенциалов создаст что-то с другой стороны, если проблемы не переводят человека на другой уровень, не провалят по спирали вниз. То есть, если на рынок выходит очень маленькая компания, она приложит максимальное количество сил, чтобы вырваться вперед. То есть разность потенциалов ей поможет усилиться, увеличится. А разность потенциалов тут будет между их разбросом с большой компанией. При этом стремления у них уравновесятся, те что в большой компании много чего есть, чего нет в малой, а в малой будет много того, чего нет у большой, например энергии, стремления и креатива. Ну и конечно, малых компаний должно быть на одну большую много, чтобы создалось равновесие.

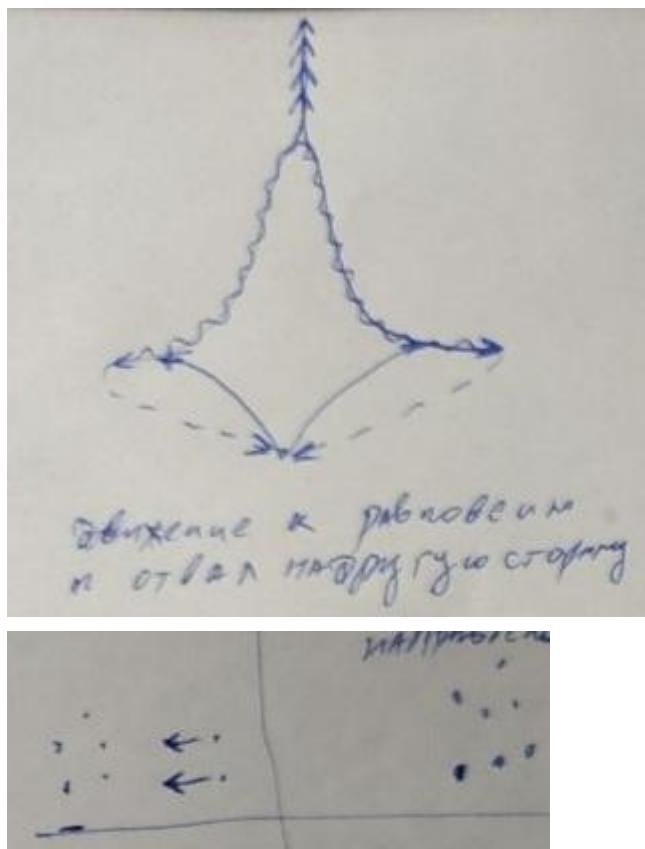
## Центр.

Если рассматривать график, где по равновесию, то это одно колебание, где слева один параметр системы, чем дальше от центра, тем больше этого параметра, а справа противоположный параметр. В центре же находится равновесие, где уравновешиваются как раз эти параметры и чем ближе к центру, тем элемент более развитый и более самостоятельный, уравновешенный. То есть, если человек очень жесткий, ему нужен кто-то мягкий, чтобы они уравновесили и смогли совместно как два элемента развивать друг друга. Если человек находится где-то в середине, то развитие ему там так много не надо, оно уже развито и человек в данном случае самобытен, он уже не нуждается так сильно в этом втором элементе. Но конечно у этого человека есть и другие части личности, которые требуют равновесия, так что сам человек один все равно остаться не может.

Чем ближе к центру, тем график эффективности растет выше, как в колебании, но есть малая точка наверху, в самом центре, в точке нуля, где максимальная эффективность, это точка истины. Истинность, это не про стандартный центр, это место крайне не стальное, так как в таком ресурсном состоянии нельзя находиться слишком много времени, как раз его силу уравновешивают левая и правая часть. В этом состоянии вы сверх эффективны, то есть график движется вверх, а в нуле или в местах ближе к нулю, график начинает расти вверх практически вертикально. Это средний уровень, который максимально выкидывает тебя вверх. И это по сути про состояние потока,

замедление времени внутри этого места, это состояние мастерства и нирваны. Если вы медитируете, то вы знаете что у вас есть состояние очень заряженное, в котором нельзя медитировать, надо успокоиться, расслабиться, а есть состояние очень расслабленное, оно с другой стороны графика и чем более вы расслаблены, тем ближе вы к состоянию, где способны уснуть вместо медитации, а есть состояние где-то в центре, которое нужно поймать и именно там вы находитесь на точки равновесия сознания и подсознания. При этом, когда вы находитесь в состоянии транса, вы находитесь близко к центру, если со стороны подсознания, то вы больше погружены в него и можете не помнить например как вообще провели время в медитации, если с другой стороны близко к центру, то сильное состояние сознания, а значит вы будете не так глубоко, но будете больше все контролировать, так как сознание чуть сильнее. Состояние самого центра, идеальное равновесие, это совсем другое состояние, это состояние реальной нирваны. Когда вы медитируете, вы близко к центру и уходите в себя, но не до конца, не так, чтобы уснуть, но и не так, чтобы быть в бодрствующем состоянии. И есть какая-то часть графика, близко к центру, которую вы ловите и как только вы ее поймаете, вы входите в состояние транса и транс может быть стандартным, не сильно отличающимся от других ваших состояний. Большинство людей, когда испытывают транс, в принципе не понимают, что они были в подобном состоянии, но если поймать вот это самый центр, то это выкидывает вас очень высоко. И в этот момент можно перейти в состояние нирваны, например. Состояние нирваны кардинально отличается от всего того, что может ощущать человек в обычной жизни. То есть это очень сильная разность потенциалов и из-за того, что это такой высокий скачок, он обычно не длится долго, там сложно удержаться, это очень тонкая часть графика. То есть в негативе можно быть долго, в позитиве можно быть долго, а вот из центра выкидывает довольно быстро. В той же депрессии, ты не можешь постоянно там находиться, у тебя не хватит сил чтобы постоянно думать негативно. У тебя есть времена, когда ты думаешь позитивно или нейтрально. Просто, когда ты в депрессии у тебя тренд на уменьшение и из-за этого, когда ты думаешь о том, как у тебя происходила жизнь, ты думаешь только о негативных вещах, замечаешь только их, а на позитивные не обращаешь внимания. Поэтому ты думаешь, что депрессия – не пропадает, а вы находитесь в ней постоянно. И то же самое противоположное – состояние эйфории, где человек тоже думает только о позитиве. Середина же очень малая часть, которая не сильно долго длится, но она максимально энергетическая, максимально свободная и есть состояние, в котором ты чувствуешь себя всем, очень похоже на нирвану. В обычной жизни, это когда ты чувствуешь с одной стороны свое какое-то божественное начало и всемогущество, с другой стороны у тебя нет каких-то стремлений к тому, чтобы кому-то навредить или кого-то как-то улучшить, ты просто находишься в мире и находишься в максимально сильной позиции, когда твой мозг решает практически любые задачи. Это состояние когда ты идеально понимаешь то чем занимаешься сейчас, находишься в этом потоке, но максимальном, где живешь процессом, знаешь его изнутри, чувствуешь, а не пытаешься напрячься чтобы ответить на какой-то вопросы, ты скорее проживаешь ответ. Это позиция мастера, а мастер как известно, не вылезает, он не кричит во все стороны что он мастер, он просто знает свои способности и не старается это доказать и показать, ему это не необходимо как тем кто не чувствует себя достаточно уверенно. Если вы видите человека, который максимально рассказывает о своей жизни и только о плюсах, и о том какой он классный и потрясающий и как ему должны все завидовать, то скорее всего у него есть большой провал какой-то в уверенности, в радости в жизни, которые

должны внутри уравновесить то что этот человек несет во вне. Или человек звезда, слишком много к нему интереса, он его подогревает, все думают, что у него все потрясающее, на самом деле, у него в каком-то моменте все очень плохо. Потому что с одной стороны у него параметр гипертрофирован, и создается разность потенциалов, которую нужно уравновесить. А мастер, он не будет куда-то вылезать, он не будет гипертрофировать, и он не будет так же отрекаться полностью от мира, то есть он должен находиться и там, и там, он должен получать информацию с обоих полюсов, чтобы стать мастером, находится в центре равновесном состоянии.



И вот состояние потока, это то же самое, когда мы по синусоиде двигаемся наверх и находимся в самом верху. Когда мы находимся на этой максимальной точке горы, там можно задержаться, и получить огромный эффект, огромную силу, энергию, но нужно учесть все составляющие. То есть, если ты на вершине, когда ты и там, и там, у тебя есть и левая часть графика, и правая часть графика, оно совмещается. Ты действительно в равновесии, ты не в середине, а в равновесии этих частей. И именно тогда появляется этот прорыв.

### Завершение

Это все основные фреймы данной философии, через каждый из них можно провести любой процесс, понять, где там фрактальность, какие там колебания, на каком уровне вы сейчас находитесь. Колебание пошло вверх или вниз, какой тренд, что происходит, как этот тренд отразится в будущем, как он будет двигаться по пятилеткам, где это равновесие, где вы отказываетесь от каких-то противоположностей и не развиваетесь, где у вас есть большая разность потенциалов, которыми можно пользоваться или

которые можно нивелировать. То есть, все это позволяет вам оценить в полном объеме вопрос над которым вы думаете и очень сильно, качественно улучшить его понимание и понять, запомнить всю суть, потому что как только вы его понимаете, вы его запоминаете автоматически лучше. И как только вы его проведете по всем этим фреймам он врежется внутрь вас, вы начнете видеть мир через этот процесс, и он уже станет вашим и вам его не нужно будет так сильно тренировать и изучать, он будет расти вместе с вами, он будет интегрирован в вашу жизнь, после чего конечно вам будет в разы проще обращаться с этим процессом, улучшать опыт, находить решения, понимать всю систему, создавать новые идеи.

## 6. модель понимания процессов через фреймы

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/11b4Jaw3Q1JygOQJ1k2J5P6Cnme-9zoYg/view?usp=sharing>



Чтобы понять как можно с этим работать и как обращаться, разберем как использовать данную модель для обучения.

Это не полностью сформированная модель и она может быть по ходу улучшена, исходя из потребностей, плюс будет понятна хорошо модель конечно когда мы пройдем всю модель по всей книге, после чего можно вернуться опять к этому месту. А пока это описание поможет понять смысл и применение.

### Модель - осознания

Модель - осознания – как нужно понимать какой-то процесс. Это модель о том как образовываться, как учится, как понимать процесс. Сначала мы переходим на уровень фрактала и смотрим, где еще есть похожие процессы, то есть где есть схожесть в

принципах. Всегда важно думать и о схожести, и о различиях, но для того, чтобы осознать какой это процесс, для того чтобы его понять и запомнить, просто нужно понять где еще есть подобный процесс. То есть, прежде чем сильно погружаться в то, что он из себя представляет, какой он есть и как с ним работать, нам нужно понять, а где мы это видели еще. То есть обратиться к предыдущему опыту, чтобы этот опыт склеить вместе, потому что, думая о вашем прошлом опыте, понимая этот процесс, вы это понимание будете постепенно переносить на текущий процесс, который вам нужно изучить и он начнет становиться все более понятным.

Далее идет метафора. Нужно придумать метафору, это тоже, по сути, фрактал, метафора – это что-то другое, которое говорит о том же самом. То есть, косвенно похоже на какую-то ситуацию или объект. И метафора очень хорошо запоминается, поэтому нужно эту метафору проработать. Нужно обязательно ее придумать для того чтобы быстро запоминалось, и можно было поставить галочку и мы могли обращаться к вот этому кусочку информации очень быстро. Потому что метафорическое мышление обычно очень яркое, емкое и это занимает маленький пласт в нашей голове, нужно не много места в памяти, а сам кусочек памяти он очень яркий. Из-за этого нам легко потом, блуждая по нашим дворцам памяти, вспомнить об этом процессе. Как он устроен и что это такое.

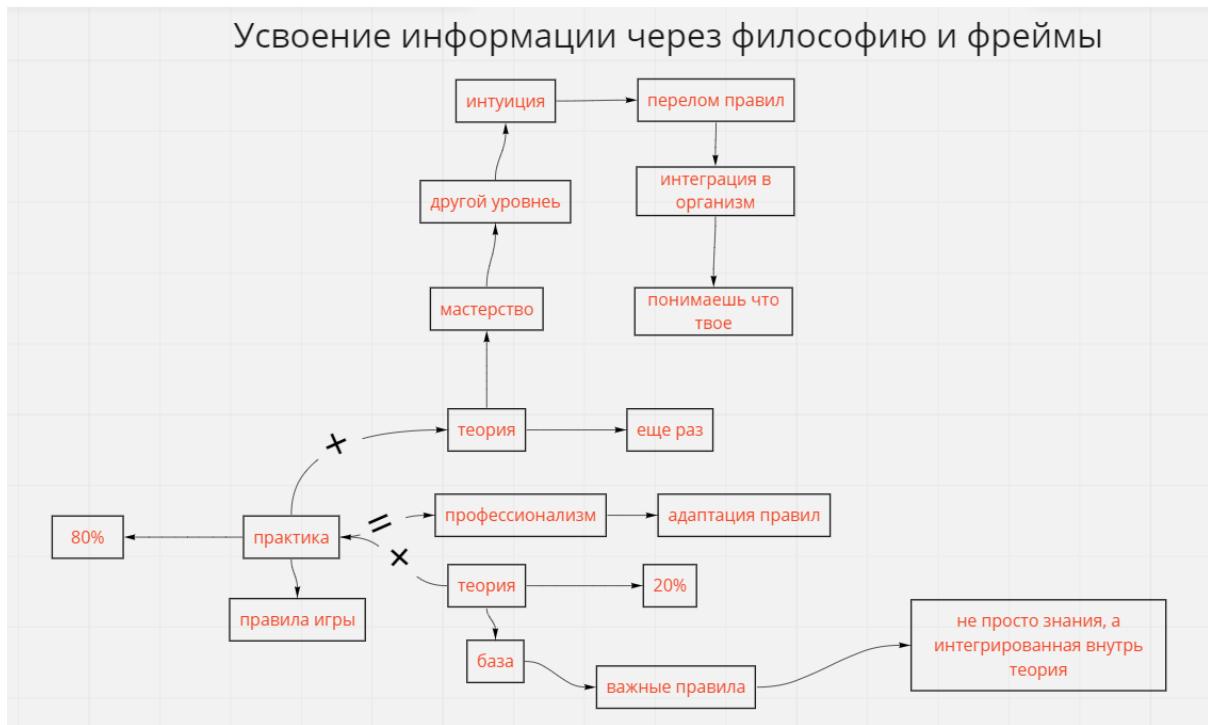
Далее, мы переходим к колебаниям. Это процесс, в котором мы пытаемся понять, а где мы находимся сейчас. То есть какие есть колебания в принципе у этого процесса, куда идет тренд этого процесса, где мы можем отследить эти колебания, на каком уровне находится в том числе развитие этого процесса. То есть понимание того, как он вообще работает. Текущие параметры на верхнем уровне или на нижнем и куда идут. И здесь смотрим на сам процесс и какие колебания есть внутри процесса – микроколебания, макроколебания и смотрим немножко со стороны, уже переходим опять во фрактал. Смотрим со стороны, как этот процесс изучен, насколько он вообще точен, понятен и т.д. И собирая все вот эти колебания мы погружаемся еще дальше.

Следующий шаг – это понятие равновесия – то есть мы должны понять, какие у этого процесса есть левая и правая часть, где середина, где этот взлет условного КПД. Какие части есть и как они помогают друг другу, какие есть противоречия, которые могут помочь, противоречия, которые могут развить систему, как ее перевести на другой уровень. И дальше мы возвращаемся во фрактальность и смотрим – этот процесс, как он присутствует в нашей жизни, конкретно у нас – может быть в организме, в отношениях, на работе, может быть в каких-то других делах, которыми мы занимаемся, но обязательно у себя – где мы встречаемся с этим процессом внутри своей жизни. И если вот этот шаг пройти, то становится понятно, что это такое. Этот процесс не нужно будет сильно запоминать, он будет описываться и далее и постепенно будет очень просто интегрирован в жизнь. И он будет быстро восстанавливаемый, то есть будет еще маячок, к которому можно обратиться быстро и понять, что это такое вообще на самом деле есть.

## 7. правила обучения 1

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1KJzqt6c9Hj-R\\_64tlAPJculhDMY8M5NK/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1KJzqt6c9Hj-R_64tlAPJculhDMY8M5NK/view?usp=sharing)



И следующая неразрывная часть — это правила обучения. Люди, знающие одно и тоже — не равны в своих знаниях. И это очень важная часть. Если я знаю, что такое например конверсия, или я знаю, что такое психология, это совершенно не тоже самое, что вы это знаете. Где-то у меня знания могут быть лучше, где-то хуже. Где-то понимание этого процесса, его внедренность, глубина — где-то больше, где-то меньше. Если люди знают одно и то же, или они прочли одну и ту же книгу, между ними просто разница, в том, что они сейчас знают. То есть один человек получил опыт и понимание на 2%, а другой на 50%. Одна и та же книга, одна и та же мысль, фраза — дает просто невероятно большую разницу в понимании для разных людей. Это нужно осознавать, когда вы чему-то обучаете. И если вы что-то сказали и человек сказал — да, кивнул, понял — это необязательно так. Он может действительно понять, потому что у него это есть в жизни, он это уже прошел через свои другие фреймы, все это уже проанализировал, а может просто сказал — ну да я понял и все. И у него это может быть, как говорят — в одно ухо влетело, из другого вылетело. Как раз вся эта история, про то, чтобы человек действительно понимал.

Итак, схема обучения. Вот здесь написано, что философия — эта одна из самых важнейших частей, потому что, если знаешь практику — ты не мастер, тебе нужна философия, теория, которая вмонтируется внутрь тебя и будет симбиозом для тебя, будет жить в тебе. То есть создаст какую-то семечку, из которой будет рождаться новое и новое. Когда будет работать интуиция, а не только правила, будут меняться правила и вот это процесс трансформации в мастера он обязательно идет через теорию и через философию.

Чем это, в принципе, отличается. Ну вот, как мы рассматривали колебания, мир так и движется, колебаниями. Раньше в институтах очень много теоретизировали и все говорили, что это очень плохо – никто ничего не знает, никто ничего не понимает. Все знают теорию, на практике никто ничего не может сделать. Ты отучился в институте, а работать не можешь, потому что в реальности все происходит иначе. Потому что теория – не есть реальность.

Сейчас вот это же колебание, пошло в другую сторону и люди начали говорить – практика, нужно просто практиковаться, нужно просто делать. Обучать должны практикующие люди, то есть бизнесмен должен обучать бизнесу. А может быть он не понимает бизнес, может у него получилось проработать, ему где-то повезло, где-то у него была большая развитая команда, где-то он был прав, а где-то нет. Это не обязательно означает, что он может дать вам действительно правильные советы. Например, этот человек учит вас, как быть счастливым. И в его понимании, счастье – оно одно, а в вашем оно другое, и он не может вам его передать. Нужно понимать разницу, недостаточно практики и недостаточно теории. Человек, который изучает только теорию – ничего не умеет, он не может вас обучить, потому что он не знает с чем вы действительно столкнетесь, он не может к этому подготовить. Человек практик не знает большинства основ, и поэтому он не может быть мастером, на мастерство приходит только в симбиозе между практикой и теорией (состояние близкое к равновесию) и если мы рассматриваем наши фреймы, то мы сейчас увидели колебания, как у нас двигалось образование – сначала теория, потом практика, потом опять будет сдвиг в теорию ну или как-то колебания будут меняться, будет какой-то тренд, может быть переход на другой уровень, а может быть потом снизятся колебания и это приведет к равновесному состоянию, когда и то и то будет работать в системе. То есть обучать начнут и практике и теории одновременно и это будет одинаково важно для обучающихся. Тут мы затронули двоякость, которую обсуждали ранее, необходимость противоположности. По сути теория и практика – это противоположные вещи, и они необходимы. И есть пример как сейчас работают самые эффективные методики – 20% теории и 80% практики. И то это на самом деле не совсем правильно, теории должно быть гораздо больше, и она должна быть более глубокой. То есть она должна быть проработанной, это не просто теория, которую тебе рассказали и все, она должна давать вам понимание, как вот эта структура, должна давать вам понимание того, как смотреть на разные процессы. Практика дает правила игры, то есть вы понимаете, как это работает сейчас, нарабатываете мышечную память, вы не понимаете, как это будет меняться, что будет происходить дальше. Если вы через практику получили теорию, вы можете предвидеть будущее развитие системы, если нет – то вы просто практик, специалист, но не более того.

Если вы добавляете теорию, то есть базовые знания, важные правила, которые тоже могут меняться, то вы тогда сможете добраться до профессионализма. Теория никогда не будет базовой, если она не меняется, никуда не сползает. И как только вы стали профессионалом, вы начали адаптировать правила, больше правил нет, вы начали их менять, вы стали профессионалом, начали использовать и то, и то, скрещивать два противоположных поля, вы стали профессионалом и начали менять правила игры, менять вообще подход. Добавляя еще раз к этому теорию, вы переходите в мастерство и это уже совершенно другой уровень управления. Мастер – это не профессионал, мастер – это тот, что находится в верхушке, которая действительно

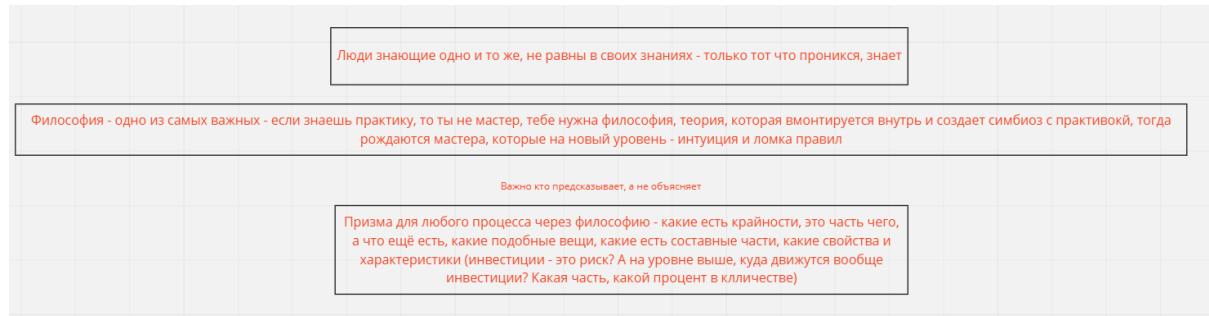
осознает вот эту базу, понимает всю ее значимость и может скрепить это практикой. И тут вы переходите на другой уровень.

У вас добавляется интуитивное мышление, происходит перелом всех правил, все интегрируется в организм и вот тогда ты понимаешь, что это твое. То есть вот он, этот процесс.

## 8. правила обучения 2

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1NBo0eZ2AdhWEcJJ\\_-BAJQyH8jyDK02rO/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1NBo0eZ2AdhWEcJJ_-BAJQyH8jyDK02rO/view?usp=sharing)



Важно кто предсказывает, а не объясняет

Призма для любого процесса через философию - какие есть крайности, это часть чего, а что еще есть, какие подобные вещи, какие есть составные части, какие свойства и характеристики инвестиции - это риск? А на уровне выше, куда движутся вообще инвестиции? Какая часть, какой процент в кийчестве)

## 9. теория обучения и НЛП

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1myfPhNTbGQ5eh54std5p0OtthP8k0s/view?usp=sharing>

А теперь пример того как это трансформировалось, того как в реальности менялось обучение. В начале, как мы говорили, обучение в основном шло через теорию, причем, неосознанную теорию, а просто выкладывание мыслей о теории. Далее это трансформировалось в новый стиль обучения и об этом говорили практики НЛП в курсах. О том, что чтобы эффективно работало обучение, нужно чтобы было 80% практики и 20% теории. Это хороший посыл, но я не уверен, что нужно так мало теории, потому что все-таки теория — это база и она должна частично в начале объяснять, что будет, донести смысл и создать такую ментальную чашу, в которую далее будет погружен опыт на практике и тем самым закреплена теория. И если эти 80% практики объединить с теорией, то есть пока люди практикуются объяснять им как это связано со всеми философскими ответвлениями, со всеми постулатами, то наверное это будет около идеального варианта, потому в этих курсах, семинарах, они эффективны, то есть люди гораздо больше оттуда уносят, чем с обычных курсов и это такой довольно таки неоспоримый факт. Они действительно умеют учить и они знают, как работает мозг, это постепенно начали перенимат и остальные, в том числе какие-нибудь курсы онлайн образования и так далее. Но люди выходят с набором частичных практик, они погружаются в состояние, проживают эту историю, чувствуют, что такое на примере НЛП и что такое НЛП, как именно это ощущается в организме, что это такое, какое состояние ты используешь, когда все это выполняешь, какие у

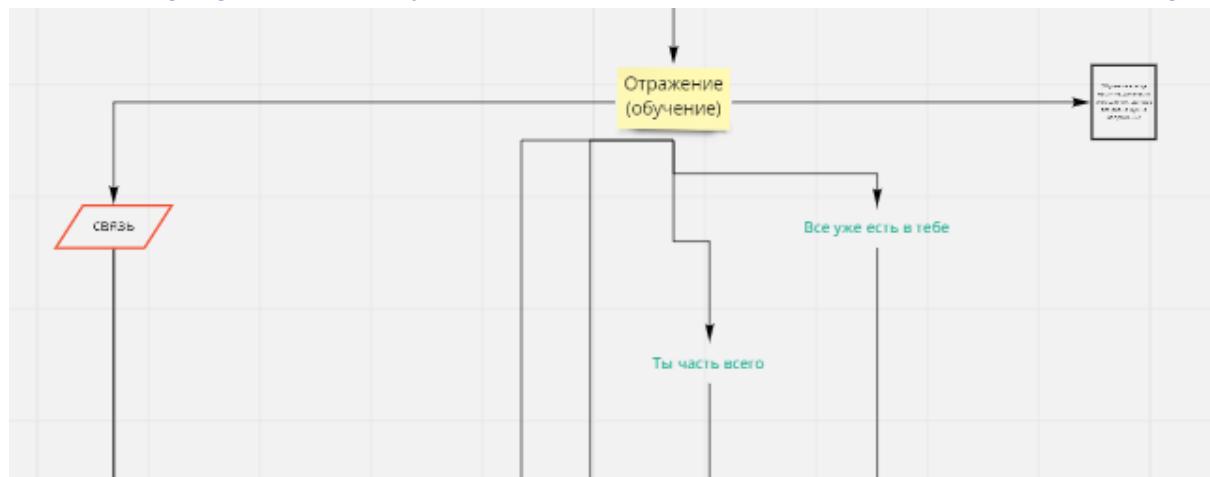
тебя возможности открываются, насколько ты становишься сильным и таким разнонаправленным, разносторонним, но люди уходят без основного понимания. Есть, общие законы НЛП, которые называются пресуппозиции НЛП. Например, карта на территории, когда ты знаешь, что то что ты видишь, не отражает действительность и частично мы об этом говорим. Что когда произносим какие-то слова, какую-то мысль, доносите ее до человека, эта мысль на словах означает не то, о чем вы думаете – то есть внутри на самом деле все иначе, а когда это попадает к человеку, у него появляется своя карта. Когда вы рассказываете о какой-то территории, только карта у вас своя, у него своя и вот эта вот часть, она слышится, люди понимают и люди осознают, что такое карта территории. Но если бы им просто сказали такую фразу, то большая часть бы не поняла. Ее объясняют на примерах и люди начинают понимать – они понимают, что это такое, но они не проживают эту историю, то есть после вот этих курсов люди не выходят с этой позицией в мир, они не оставляют это у себя в голове, у себя в теле, в душе, в сердце, как хотите. То есть это не вмонтируется в их стандартно поведение, они через какое-то время не смотрят на мир. И если бы они вот эту позицию действительно применяли бы, если бы они действительно погрузились в себя, если а она стала их частью и интегрировалась в них, они бы совершенно по-другому понимали НЛП. И вот, после этого курса, когда они уже научились чем-то пользоваться, они бы гораздо лучше осознавали, как они этим пользуются, как это можно применять, что с этим можно сделать, почему это работает так, как это использовать еще. И они бы проще относились к другим ситуациям, то есть даже если ты изучаешь НЛП, отлично владеешь своим организмом, у тебя все равно возникают моменты, когда тебя выводят из равновесия, когда у тебя вот эти позиции не встроенные, это совсем другое, это щит, в место постоянного латания дыр – то есть если вы знаете методики, с помощью которых можно успокоиться, вы можете успокоиться в моменте. Вы начали злиться и раз, у вас все прошло, потому что вы использовали какую-то технику. Если вы специалист или даже профессионал, если это не какой-то мастерский уровень и вы хорошо знаете НЛП, хорошо им пользуетесь и знаете, что в какие-то моменты вас что-то может вывести из себя, вы можете это предупредить и создать какую-то модель, которая защитит вас в тот момент, когда вы окажетесь в этой ситуации, то есть на вас кричат, вы начинаете злиться и в любом вы начинаете злиться и перестаете себя контролировать. Не можете собраться с мыслями, не можете конструктивно вести диалог или просто любой человек при приближении начинает вас злить – все это можно убрать на постоянности основе. Все это можно убрать относительно конкретного человека и это можно убрать относительно всех подобных примеров. Все это возможно на уровне хорошего владения этими практиками. Но это происходит, когда вы это осознаете. А если человек большинству позиций и большинству базовой теории действительно в себя вобрал, то большинство этим проблем, которые у него могли произойти и от которых он потом бы избавлялся, они бы просто не произошли. То есть человек уже был бы ментально к этому готов, он бы уже по-другому смотрел на эти ситуации, у него просто картина мира действительно сильно поменялась, и он бы ее не менял по кусочкам, а она менялась целыми и огромными пластами, не вся, это не какой-то идеальный был бы человек, со своими сложностями, со своими проблемами, но обладая вот этой базой, вот этим фундаментом, не зная о его существовании, а впитав его в себя, это было бы совсем другой организм, другой человек. И вот этого и касается обучение – база должна быть внедрена, и она должна про чувствовать, она должна быть интегрирована в организм. Только так при склейке с практикой получится какое-то

мастерство, не на одной теории человек не вылезет, на практике – тоже, он будет тыкаться в разные места, иногда у него будет получаться, иногда – нет, но действительно каким-то мастером своего дела он станет только если у него будет вот эта полностью прочувствованная база и вот эта практика, которая опирается на эту базу, даже если он эту базу потом поменяет и все переделает, главное, что в начале она у него была.

## 10. фрактальность - обучение отражение(1)

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1yWcssZZIEoAeGoAc5sqasTR0zrD7ZtfU/view?usp=sharing>



Далее мы разбираем каждую большую часть из 3-х подробнее. В каждой части у нас будут категории, в них подкатегории и примеры из разных направлений жизни, из бизнеса, отношений, природы, здоровья и развития. И в следующих трех главах мы подробно разберем каждую из трех частей. Примеров столько и главы построены таким образом, чтобы не обязательно было что-то запоминать, а чтобы информация постепенно усваивалась и интегрировалась в мозг. А начнем мы с фрактальности и первая катология в ней отражение.

Начинаем мы с одного из главных фреймов, это фрактальность, так как он задает тон в исследовании остальных. Ведь в дальнейших фреймах мы тоже будем искать их внутренние фракталы и применять на них первых фрейм чтобы понять лучше. Самый знакомый нам фрактал начинается с того что мы знаем все – бог создал нас по своему образу и подобию, это что все создано по подобию бога, все такое же, как и он. Но это не буквальная история, не то что мы люди, он человек, и мы выглядим одинаково, то есть не про то что мы идентичны, а именно про подобие, про схожесть принципов и действительно, все что нас окружает, по большей части создано по определенному подобию частиц, материи, веществ. В принципе, мы можем оценивать мир либо через подобие, либо через различия, и это очень похожие вещи сами по себе, они две стороны одной монеты, противоположности, что делают равновесие. Наш мозг учится через подобие, он начинает видеть взаимосвязь, начинает видеть, что есть в

окружающем мире такого же, что он уже видел. Он должен опираться на это и не может потреблять бесконечно много разнообразной информации, он пытается все сложить и на этом научиться. Есть методика того, что мы начинаем искать различия и это тоже развивает наш мозг, когда мы начинаем этим заниматься, но легче всего учить наше мышление и наш мозг через схожесть, через эту фрактальность процессов, через то, что все примерно основано на одних и тех же законах, на одних и тех же принципах и есть различия, но они не столь значительны и не всегда это различие на самом деле сильное. Условно, мы смотрим на животных и видим, что животные не могут жить под большим давлением. И мы понимаем, что если мы окажемся на глубине, нас сплющит. И мы считаем, что под водой не может быть жизни, потому что все же создано по нашему подобию, животные там должны быть такие же, как и мы, такие же, как и другие животные, насекомые, млекопитающие, кто угодно. Но там мы не выживем и значит эти животные там тоже не выживут. Но, если посмотреть на более общий принцип того что есть равновесие и принцип необходимости противоположного, который из него вытекает, то, если есть такие животные, которые сильно реагируют на давление, должны быть и другие животные, которые этому давлению не подвержены, которые не смогут наоборот выжить в нашем мире, так как они с другой стороны этого равновесия. Они такие же, основаны на тех же принципах, но попали в другую среду, которую надо уравновесить тем чего не было у нас и они просто развиваются с этим. Это не означает что они созданы как-то еще, это один и тот же наш мир, он примерно одинаков в своих законах. Если мы спустимся на микромир, то там совсем другие законы, мы не очень хорошо знаем, что там вообще творится. Мы пытаемся объяснить через какие-то модели, но не сильно осознаем их, и с нашей точки зрения, с того как мы смотрим на этот микромир, там все живет совсем иначе. Это про квантовый мир. Но не факт, что, если мы погрузимся туда, если мы станем той же частицей, мы не найдем там все тех же принципов, все тех же законов, просто чуть иначе уравновешенных, так как есть каких-то несколько основных характеристик, что сдвинуты по шкале равновесия относительно наших и мир там компенсирует именно их. Там может быть увеличена скорость в несколько раз или просто время течет по-другому, может быть что угодно, но при этом с их позиции оно там примерно то же самое, что и у нас. И вот бог создал нас по своему образу и подобию, это не про религию, это про то, что действительно все создано более-менее одинаково.

### часть-целое

Далее пройдемся по отдельным частям фрейма фрактальности и первая категория это – часть-целое. Это про то, что всегда у целого есть какие-то части, более мелкие структуры, которые живут как бы своей жизнью, но они все части этого целого, и все это взаимосвязано между собой. И они с одной стороны отдельны, а с другой стороны это то же самое. И все это живет в синергии. Например планета, организм, компании, структуры, все это части единого целого, которое живет примерно одинаково.

### Природность

Природность это про то, что все уже есть в системе, все, что мы можем создать, все, что можем изобрести, это уже существует в нашем мире, мы черпаем информацию из природы, из того, что нас окружает и мы не можем ничего придумать, не к чему стремится, так как все уже есть, все уже давно придумали или уже существует в

природе, мы просто можем подсмотреть и создать то же самое но в другом месте, перенести фрактал в другую среду. То, что мы создаем тоже самое, что уже существует, не означает, что мы не делаем открытий и что на самом деле бесполезно к чему-то стремится. Но по факту природа уже обладает множеством вариантов, из которых мы просто можем выбирать.

### Все системы имеют все.

Это тоже про то, что все уже есть. Если вам что-то нужно, оно уже где-то есть. Просто нужно это взять и с чем-то скрестить, как-то по-другому использовать.

### Все ресурсы есть внутри

Это про то, что мы говорили до этого, про то, что все есть вокруг. Вокруг есть любые вещи, к которым мы можем стремиться, искать, при этом все ресурсы еще есть внутри, и внутри нас существует целая вселенная и весь этот разнообразный мир бактерий, клетки, строящие какие-то вещи, все это отражение, это фрактал внешнего мира. То есть изучив то, что живет внутри, как это все это там уживаются, можно более или менее понимать что находится снаружи. И еще раз повторюсь, что это не доказанная теорема, это именно фреймы мышления, через которые проще понимать окружающий мир, об этом нужно помнить.

### Отражения обучения

Это тоже про то, что все есть уже в тебе, никто не нужен, с одной стороны, а с другой стороны ты ничего не можешь без других, потому что ты часть всего. То есть здесь два этих понятия соединены, ты не отдельная единица, то есть ты не существуешь один и не можешь, ты существуешь в системе, ты часть системы, и не можешь без этой системы и при этом все есть в тебе, тебе никто не нужен для того, чтобы существовать в этой системе, все что ты можешь найти во вне, ты можешь найти внутри. И это принцип противоположностей, который говорит о том что противоположности существуют параллельны и должны возникать как только какой-то процесс сдвигается по графику равновесия и все есть и то, и то.

### Связь.

Все связано со всем и всегда есть обратная связь. Это значит, что мы как элементы связаны со всем, что происходит снаружи, со всем миром и изменения в нас отражаются на окружающем мире в любом случае. И окружающий мир в любом случае на нас отражается. И подкатегория тут – это обратная связь, то что, если вы что-то делаете, мир на это реагирует, и он отправляет вам обратно вашу реакцию. Вы начинаете ее искать. Тут есть и прямая обратная связь, например, вы посмотрели на человека, вам он не понравился, вы с ним поздоровались так, что он прочитал по-вашему лицу. А мы подсознательно знаем все эмоции, знаем все что говорят остальные люди, просто подсознание не всегда это отдает в сознание. И после того как он прочел это, он подсознательно тоже начал о вас думать плохо, потому что он вам не понравился, и отправил вам этот сигнал. Вы в свою очередь тоже подсознательно это прочли и убедились в том, что человек плохой, сработала петля обратной связи и вот все, вы уже не любите друг друга, хотя для этого не было

оснований. И с одной стороны, если вы отправляете в мир какой-то негатив, вы будете этот негатив и получать, мир будет вам отдавать его же, с другой стороны, если вы будете отдавать в мир негатив, вы и сами будете искать этот негатив этом мире. То есть, вот на чем построен принцип визуализации – исполнение мечт, за счет того, что вы о чем-то думаете. Если смотреть на эти принципы – вся система имеет все и петля обратной связи, то они объясняют весь принцип визуализации. Вокруг вас есть огромное количество возможностей, какой-то человек обладает именно теми навыками, которые вам нужны, какой-то человек обладает теми знакомыми, которые вам нужны, где-то мимо проходят люди, с которыми вы хотите познакомиться, и они могут решить ваши проблемы, и вы постоянно сталкиваетесь с тысячей разных возможностей и успешный человек — это тот, кто умеет эти возможности увидеть и использовать. Не успешный тот, который не видит и не использует. Когда вы начинаете что-то визуализировать, думать об этом, настраивать мозг на то, чтобы он думал только об этом, мозг из этого мира, из всего того что происходит вокруг, начинает вычленять информацию. Информации слишком много и мозгу нужно сообщать что искать. Если вы думаете постоянно негативно, вы говорите – ищи негатив, он его ищет. Если вы говорите ищи позитив, он будет искать позитив. Если вы говорите – найди мне решение вот этой проблему, он может сосредоточиться над этим и увидеть возможности вокруг, которые имеет система, для того, чтобы найти вам решение вашей проблемы. Понятно, что вся эта история работает при многих если. Например сама визуализация, во-первых, там должен быть принцип того, что вам это не сильно нужно, потому что, если вы фанатеете от чего-то, вы отправляете в мозг информацию о том, что я схожу с ума и он будет говорить – нет, тебе это не надо, это рождается из принципа равновесия, так как он должен уравновесить фанатизм и увести тебя от этого в другую сторону. Если для вас это норма и стандарт и вы говорите, ну вот успех это нормально для меня и вы действительно так считаете и ощущаете, мозг говорит, ну если нормально, то вот тебе, пожалуйста, успех. И им нужно правильно воспользоваться, эту информацию нужно правильно отправить в мозг, это не совсем простая штука, но при этом, это никакая не магию, это работает и во многих других моментах. Наш принцип достижения или не достижения каких-то вещей основывается на внимании к тому, о чем мы думаем, к тому, кто что сказал и на принятие решений в тех возможностях, которые нам предоставляются, вот и все. И это основные моменты всех этих подчастей фрактала. Далее пройдемся по каждой.

## Бизнес.

Структура управления бизнесом. Бизнес в какой-то степени как организм, если мы будем смотреть на то, как работают органы, как работает весь наш организм, как в нем взаимодействуют бактерии, клетки и как устроена вся система, мы можем найти вариант, как управлять всем организмом, всем бизнесом. Потому что ты – часть системы вокруг. Система такая же как ты – часть. В компаниях всегда есть иерархия и определённая система управления, она похожа и на управление государством и на управлением муравейником у муравьёв и на пчелиные улья. Там всегда есть какая-то часть рабочих, творцов, исследователей, управленцев, воинов и так далее. Даже если воин нужен государству или пчелиной рою, но вроде бы как не нужен в компании, на малых уровнях компании они превращаются в тех кто делает прорывы или тех кто защищает систему от того чтобы она развалилась, работают неформальной охраной, а обычные сотрудники, могут быть воинами в войне с конкурентами, но воюют они

другими принципами. Когда компании рассказывают о том, что они живут так, что у них одни профессионалы и говорят, найдите профессионалов, найдите в свою компанию только профессиональных людей и будет вам счастье, как например делал нетфликс, это посыл для единиц, потому что сколько профессионалов? Их определенное количество, около 5% и вот 5% компаний начнут набирать одних профессионалов, ну а всем остальным что останется? Им уже будет не чем работать, у них просто не будет людей. То есть глобально такая система работать не может, так как она противоречит общим принципам эволюции и управления. Противоречит не значит так не должно быть, как раз появление таких компаний закономерно. Ведь есть компании где много разных людей и некоторые являются настоящими профессионалами, таких компаний большинство, но если есть такие компании, более менее уравновешенные по этому критерию, должны быть и те, кто находится с других сторон по графику равновесия, но их должно быть гораздо меньше, но они должны существовать. И таких компаний где все сотрудники плохие или все хорошие, крайне мало, но они есть. Это просто закономерность разнообразия системы, в ней должны быть разные элементы и в данном случае мы сделали сами структуры компаний элементами.

#### **Отношения.**

Своенравие и невозможность жить без общества. С одной стороны вам не нужен никто для того, чтобы жить. Все ваши мысли, успехи или неудачи – они в голове, вам не нужны другие люди, для того чтобы поддерживать себя. С другой стороны, без общества человек не выживает в большинстве своем, мы общественное животное, должны жить в системе, нам необходимы другие люди, мы должны видеть в них какое-то отражение, они определенные зеркала, через которые мы смотрим на себя. Нам нужно через кого-то смотреть и они нам это показывают. Есть оба элемента и они показывают нам друг друга.

#### **Здоровье.**

Все, чем можно лечиться, все есть уже внутри. У нас есть вообще все необходимые клетки, функции для того, чтобы вылечить что угодно, кроме, пули в голову. То есть любое лечение, какие-то новые методы, это отражение того что уже используется в нашем организме, либо в каких-то других.

#### **Развитие.**

Это важная и классная часть, про то что все заложено в нас с детства и мы учимся, а потом теряем те знания и навыки которые у нас были. Все, что есть в развитии, оно есть у нас изначально, то есть когда мы родились, мы уже знаем, как развиваться. Мы начинаем играть, о чем-то фантазировать, создавать ассоциации, спрашивать, интересоваться и вот это лучшее обучение. Дети изначально появляются с задачей научиться и адаптироваться, поэтому они делают это лучше всего и мы можем понять что нужно делать в образовании, просто отслеживая толчок уже есть. Даже хорошая память и мышление даны нам изначально. Мы в детстве обладаем отличной памятью и это обусловлено не только тем, что у нас в мозгу крайне мало информации, это не из-за того, что ко взрослому времени у нас уже заполнена "коробочка" и мы больше не можем туда ничего засунуть. Это все из-за того, что у нас не правильный подход, у нас есть энергия изучения, мы хотим изучать, мы мотивируемся, играем изучая. Мы

напрягаемся, нам не нравится делать только то, что нам дается легко, то есть как только нам что-то дается легко в детстве, мы начинаем это забрасывать, это уже не интересно, надо переходить дальше. При этом мы не беремся за то, что нам дается слишком сложно, мы не будем пахать, если мы совсем не можем это получить, мы подождем. И теория обучения и в том числе достижения результатов говорит о том что нужно ставить цели, которые даются не слишком легко, но и не слишком сложно, иначе эффективность падает в разы. У нас есть ассоциативная память, это самая лучшая память, которая пока придумана, все эти техники и дворцов памяти, все это берется из детства, они таким образом запоминают - придумывают истории, создают у себя яркие образы, именно это нужно для запоминания и у детей это работает идеально, они помнят в сотни раз лучше какие-то факты чем мы. В детстве мы максимально креативны. То есть мы думаем логически, но при этом у нас есть еще креатив, а потом мы начинам его терять. В какой-то момент, во взрослой жизни, мы начинаем думать, а как же вообще людей учить. И вместо того чтобы посмотреть на то, как вообще мы думаем с детства, как устроен наш мозг, как он учится, мы начинаем придумывать что-то свое, а что-то свое работает хуже, потому что все уже есть. Мозг умнее, чем мы, умнее в том плане, что он сделан сложнее чем мы можем придумать. Все что мы можем придумать – это дойти до того, как он устроен. И в данном случае нам легче посмотреть на то как уже сделано обучение и скопировать его.

Другое ответвление которое может помочь образованию, это то, что есть подсознание, в котором всегда было и будет все, чему мы можем научиться. Например взаимодействуя с другими людьми, подсознание уже знает о них всё, на что они согласны, а на что нет, где соврали, чем человек болеет и т.д, знает все, что происходит с другими людьми. И оттуда можно черпать ответы, но не на всё и не всегда, иначе у нас не будет развития, а значит система будет разваливаться, поэтому стопоры у подсознания должны быть при передачи информации в сознание. Плюс, если мы вберём в себя всю информацию и будем развиваться ещё сильнее, то это будет не постепенный переход по спирали развития, а прыжки с одного витка на другой, а значит не будет накоплено необходимого количества опыта и это будет не стабильный прыжок, от чего система опять же начнет разваливаться, а значит сама система будет препятствовать подобному соединению и потом откатывать обратно результаты и создавать силы противодействия. Тем не менее, ответы от подсознания получать можно. Например есть история про то, что японцы или китайцы натренировали определять по запаху рак у другого человека и они это делали лучше чем технические средства, просто раньше замечали. Ничего особенного тут нет вообще, так как когда мы болеем, у нас меняется тело, оно болеет и болезненное тело и отдельные органы меняют свой запах, а его может определить собака запросто, ее нужно просто обучить тому какой запах нужно регистрировать. Даже человек может по запаху, особенно изо рта определить что другой человек чем-то болен, просто непонятно чем. В нас вся эта информация тоже попадает автоматически, даже если нам кажется, что мы ничего не чувствуем, вопрос только в том, что подсознание будет отдавать в сознание. Если подсознание будет все отдавать в сознание, наш мозг взорвется, мы не сможем обрабатывать такой объем информации. И подсознание всегда решает какой-то пучок информации нам отдать. И по сути все ответы, все вопросы, уже есть внутри, мы знаем все нам не нужно ничего изучать, нам не нужно что-то придумывать, мы можем у подсознанию задать любой вопрос, но оно не ответит на все вопросы, так как это разрушит систему. Второй вопрос уже в том, как это

спросить. Когда мы начинаем над чем-то работать, усиленно думать и ломать голову, загружаем туда кучу информации, мы не можем найти ответы, но потом в какой-то момент, вдруг, мы находим решение. И вот это вдруг, это просто подсознание открыло нам этот доступ, потому что мы трудились, потому что мы потратили туда много сил и потому что мы направили подсознание туда и сказали – дай нам оттуда информацию и потом оно просто вывело нам решение и сказали вот так и вот так. Есть и другие методы, как правильнее задавать вопросы подсознанию, чтобы оно быстрее давало нам ответы, всегда есть какая-то информация, которую нужно изучать перед получением ответа, так как решение не может даваться слишком легко и оно должно быть плюс понятно, а для этого нужна какая-то база. Например, в подсознании нет понимания того, как решить математические задачи, если вы не знаете, что такое математика. Но в подсознании есть все ответы на все задачи, если вы знаете, что такое математика. То есть методы решения уже всё есть в голове, подсознанию нужно либо выбрать подходящее, либо соединить пару из памяти и как именно решит это подсознание для вас, является параметром того на каком уровне вы решаете эти задачи, на постом или на уровне олимпиад. Тоже самое у нас ещё с детства есть всё методы для того чтобы определить, что у человека в голове, так как дети чувствуют это лучше. Они не понимают что происходит с точки зрения логики, но понимают отношение к ним или между родителями на уровне чувств, то есть подсознательно и делают это тоже кратно лучше взрослых. Почему люди начинают болеть, в каких случаях и как это лечить – все это уже есть, оно все там в голове. Но это не может включиться у всех идеально, тогда не будет развития, не будет проблем, а это необходимый элемент для развития, должно быть напряжение для того чтобы мозг перестраивался. Никто не хочет, чтобы было слишком просто и подсознание для нас этого не хочет. И оно устраивает испытания и неважно умрешь ты или выживешь, важно, что ты выберешь и все. Поэтому когда мудрецы говорят что-то в фильмах или в жизни, они не дают ответы, они говорят метафору, в которой скрыт смысл и он очень глубокий, они знают, что если ответят сразу, то человек не научится, не станет сильнее и умнее, чтобы потом справиться с новым препятствием и тем самым они отберут у вас опыт, но они дают подсказку, которая развернётся потом, в тот момент, когда мы получим достаточно опыта и уже сможем понять всю глубину. И как только мы получили эту базу, эта метафора распевает и заполняет всё пустоты, отвечая и на наш первоначальный вопрос и открывая нам множество дополнительных граней и это действительно происходит как говорят в фильмах именно в тот момент, когда мы к этому готовы. Сама метафора при этом ведёт нас по пути изучения этого вопроса, чтобы мы задавались правильными вопросами, а в конце ещё отвечает на множество вложенных вопросов.

Я изучаю различные методики мышления и психологии уже много лет, сейчас это наверное порядка 18 лет и всё что я изучил за это время, это то, что всё методики лечения, которыми я пользуюсь вместо таблеток, всё методы развития мышления, это всё у нас было в детстве, а потом мы стараемся это моделировать, то есть база уже заложена, но мы должны её развивать. В какой-то момент я создал свою методику для развития мышления "легион", которая помогает мне отвечать на необходимые вопросы и она для меня эффективнее чем всё что я изучал до этого, а в основе её работы лежат всё те же принципы, которыми пользуются дети, а потом мы перестаём это делать, для них это норма, а для взрослого человека уже нет. И конечно тут стоит сказать о том что в самой методике нет ничего нового, она собрана из всего того что

уже есть в других методиках и в отличие от мелких методик, которые используют сразу как только прочли, то что я создавал основано на том что описано в этой книге, на том что нужно вначале изучить базу, покуситься дополнительную информацию и практику из других направлений, а потом уже слепить из воедино. Может быть ребёнок смог бы использовать её и сразу, а вот взрослому нужно сначала до неё развиться.

### Всё есть в семечке

У мудрецов все завернуто в метафору и это про, опять же, то, что есть в систему. Как мудрецы описывают любой процесс – можете прочитать любые притчи и там есть основы всего мира, все, что нам может быть нужно для правильной и нормальной жизни. И все это они описывают через метафоры, а метафора — это фрактал, это понимание мира через какой-то другой процесс, и мы видим в каком другом процессе ответ на наш вопрос и начинаем его разворачивать, начинаем понимать. Мудрецу не надо ничего изучать сверхъестественного, он может описать то как растет какая-то семечка и в этом изложить все устройство мира. Они видят взаимосвязи и думают фрактально, в отдельных качествах и событиях они видят принципы, поэтому они отличаются от остальных. Видя какие-то косвенные вещи, они из малого количества информации начинают наращивать ответы на тему как будет работать вся система, что будет в будущем, как будет выстроена система управления, чем завершится процесс и эта система. Например по руководителям компании можно довольно быстро прикинуть что из себя представляет компания - если генеральный не понимает бизнес, может ли быть так что бизнес работает нормально? Нет, кроме случая где генеральный номинальный, иначе он будет распространять своё мышление на и остальных и вся система будет работать не корректно. А если не адекватный исполнительный или операционный, ведь они меньшие фигуры? Тоже нет, потому что если они устроились в систему, то значит система их приняла такими, значит сама система такая, иначе она бы их отвергла. И получается что даже по мелким элементам можно примерно прикинуть что из себя представляет вся система, так как она фрактальная.

### Своё я и развитие в мы

Эта часть больше про то что ты – часть всего. Мы это целая вселенная, каждый человек. Но при этом, каждый человек, объединяется с другими людьми в такую же систему, в похожесть, во фрактал, появляется большая система одинаковости. Например команда формируется когда есть общие вещи, когда люди начинают загораться одной идеей, начинают доверять друг другу, а доверяют они если у них похожие ценности и тогда они начинают совмещаться. Сначала ты – это ты, потом ты присоединяешься к себе других таких же как ты и становишься чем-то большим. Тут понятно что элементы системы, а в данном случае команды должны усиливать друг друга, то есть быть разными, но общий вектор, который есть в целях, моральных принципах у них один. То есть это одни и тебя же люди, но с разными навыками и параметрами мышления. То же самое близость, тут есть и принцип равновесия, и принцип фрактальности. С одной стороны, в вашей половинке должно быть отражение вас, то есть какие-то ценности, какие-то основные понятия, основное что вами движет, оно должно отражаться в вашей половинке, тогда появляется близость. С другой стороны, как и ребёнок, развивающийся в игре, вы понимаете, что есть противоположности и у вас каких-то навыков и знаний нет, какие-то вещи у вас защищены,

но не выращены, мы не можем вырастить все. То есть, если есть шкалы навыков, то у нас в принципе не могут они всё быть на максимальном уровне, иначе не было бы развития, мы так не работаем. Мы люди разные, каждый человек из определенной группы, если говорить о каких-то типированиях может они не совсем все корректны, но тем не менее, мы люди все разные – одни человек такой, другой – другой, один человек – лидер, другой – нет и тот человек, которой не лидер, ему лидером становиться не нужно, это не его путь, ему это будет не интересно, он будет ломать себя и в итоге это будет излишней для него же нагрузкой. Тот, который лидер, он не сможет работать нормально, он не сможет быть обычным сотрудником и наслаждаться простой жизнью, если его в реальности изнутри разрывает на части от желания куда-то что-то двигать, вести людей, не управлять, а именно вести, это его путь, он так сложен изначально и это не говорит о том, что кто-то лучше, кто-то хуже. Рождаясь и развиваясь мы создаём какую-то модельку, у нас что-то прокачено, что-то нет и мы начинаем видеть в другом человек еще и нашу противоположность, и начинаем понимать чего нам не хватает и в паре, либо учимся друг у друга и приводит с разных полюсов графика равновесия наши навыки ближе к центру, либо остаёмся на тех же уровнях, но за счёт того что они противоположные, уравновешивает друг друга. Если посмотреть на бизнес, там то же самое. Мы набираем людей в команду тех, кого нам не хватает, тех кто знает то, чего мы не знаем и не можем делать, команда из одинаковых совсем людей не может нормально существовать, она будет слишком однобокой, а разнонаправленную команду будет развиваться в любой ситуации, так как опыт у нее есть во всех областях, а за счёт того они объединены общей идеей и ценностями, они могут работать вместе и обмениваться опытом, а главное они работают вместе гораздо лучше чем их суммарная эффективность, так как они становятся единым организмом и приближаются к равновесию, а оно по эффективности гораздо выше. Для этого конечно элементы должны синхронизироваться и попасть в общую вибрацию, совместиться между собой. Тогда ваше я превращается во что-то большее, в мы, в команду и вы становитесь этой командой, так как команда руководствуется теми же принципами и моралью, а значит она тоже что и вы и границы начинают размываться.

### **Развитие и духовность.**

С одной стороны, мы должны быть отдельным существом, оторванным от общества, быть самостоятельной и осознанной единицей на которую не влияет окружение, не нужно обращать внимание на мир вообще, для того чтобы прийти к духовности, а с другой, мы должны стать всем, стать больше и превратиться из отдельного я в мы. Вы должны стать чистой энергией, ощутить себя и окружающий мир, а с другой стороны, через эту трансформацию и разрыв с внешним миром, мы с ним соединяемся. Это опять про противоположности. Чтобы достичь наивысшего уровня, вы должны стать всем и никем одновременно, а значит попасть в центр между этими понятиями. И когда мы выходим на этот уровень, самый высокий уровень и попадаем в точку равновесия, мы чувствуем себя совершенно отдельной точкой и эта точка абсолютно интегрирована во все, вы чувствуете себя богом, который чувствует весь организм, понимает его. И это и есть развитие и духовность.

И природа отношений это переход от я к мы. С точки зрения природы — это развитие в мы. Мы – это природа. Идет движение от я к мы и так мы развиваемся. В начале, чтобы развиться и чтобы выстроить хорошие отношения, нужно обратить внимания на себя, понять что для нас самих самое важное, а потом мы начинаем прикреплять к себе новые элементы и становимся больше. Как только мы находим себе пару, мы становимся ячейкой общества и в этой роли, наше я пропадает, так как мы становимся чем-то большим, становимся парой. Точно также мы можем стать семьей, группой коллег, которые тоже превращаются в мы, то есть команду, в группу соседей, которые становятся большей общностью, основанной на своем признаке сходства, или группой энтузиастов, ученых, которые увлечены одним и тем же и становятся большой субстанцией с сильной энергией, которая их сдерживает, а когда вы доходите до высокой точки, то для вас все люди на земле становятся семьей, они становятся вами, а вы чем-то гораздо большим, целым человечеством.

Все эти структуры создания все большего я похожи между собой по основным принципам, эта подобность и есть фрактал. Всё процессы в той или иной мере подобны, работают как фрактал, например управление бизнесом подобно управлению в природе каких-то стай животных или регуляции развития целой экосистемы организмов, строительство подобно тому как строит природа, что максимально отражается в бионике и биотехнике, причём, чем ближе мы становимся к изначальным природным принципам в строительстве, тем более эффективным оно становится по параметрам. Постепенно люди двигаются по этому пути и стараются переносить всё больше окружающих принципов, но это гораздо сложнее, и во первых очень сложно сделать систему такую, как в природе, во вторых это дорого и поэтому человек ее упрощает и делает что-то по хуже, но постепенно люди переходят в биотехнику, в бионику. Отношения природные – законы во всех аспектах. То в чем мы считаем себя индивидуальными и особенными, например в отношениях, является природным элементом, наши человеческие отношения не сильно отличаются от того как взаимодействуют животные, насекомые, так как мы действительно сделаны по одному подобию, что отражается в работах по изучению генома. И когда говорят, что мы сильно отличаемся от животных, потому что у нас есть эмоции и связи – это все чушь. У животных тоже есть связи, они тоже чувствует, у них тоже есть эмоции, они тоже кого-то любят, кого-то бояться, кто-то сильный, кто-то слабый. У животных в стае тоже есть градации животных – лидер рождается лидером. Не каждый кто рожден лидером, становится им в итоге, конечно нужны еще дополнительные внешние факторы, но они рождаются также разными как и мы, с разными свойствами и меняются по ходу жизни. Мы считаем что животные живут лишь инстинктами, но это не так, они учатся, меняются, это стандартный процесс для мира природы, так как рождаемся мы с инстинктами, которые являются обучением предыдущих поколений и следующие поколения тоже продолжают учиться, меняться, чтобы внести свою лепту в будущие инстинкты своего рода. Мы всё эволюционируем, переходим на новый уровень развития во время жизни, переходим при определённом накопленном уровне опыта на новый виток спирали и потом плаваем по волнам развития там, стремясь к новому переходу и новый переход вида, это как раз опыт, который мы на генном уровне передаем будущим поколениям. О переходах по уровням развития мы будем говорить дальше, в главе про колебания.

Здоровье.

В нас живет огромное количество населения, буквально внутри нас, от самих наших клеток, которые живут отдельной жизнью, соблюдая свои функции, до бактерий, которые тоже живут внутри нас, мы просто целый большой мир разных обществ, разных организмов, разных видов. Фрактально, мы как земля, так как являемся для них всем миром и для них наши проблемы в органах могут быть такими же природными катастрофами, как ураганы, цунами и землетрясения для нас. Земля сейчас вращается по своей орбите, а мы и другие животные на ней такие же маленькие элементы, как для нас бактерии и мы также зависим от того что происходит с землей, а её состояние зависит от того что мы с вами делаем, это симбиоз. И скорее всего земле мы для чего-то тоже нужны, непонятно пока для чего, но может быть у нас такая же функция как у каких-то клеток организма, а скорее всего как у каких-то бактерий. В нас то же самое - клетки бегают, что-то делают, у них есть свои задачи, они живут своими принципами, это заложено в них, они должны так жить для того, чтобы мы жили, а мы живем для того, чтобы они жили. При этом, мы можем решить что клетки не похожи на нас, так как даже если они живут где-то, то не перемещаются по всему организму, всегда выполняют какую-то функцию и подконтрольны программе, которая заложена в них, но ведь и мы тоже делаем то что заложено в нас геномом и как сейчас говорят учёные, мы всё равно движемся по той же траектории, которая заложена в генах, а значит у нас скорее всего и функция внешняя есть, просто мы не понимаем её. Все устроено подобно, фрактально и естественно основываясь на этом, можно сказать что и деревья с растениями, что-то ощущают, что уже начинаем подтверждаться опытно. Это может быть как-то по-другому, нежели, чем у нас, то есть форма может быть другая, но принцип будет подобен, у них тоже есть ощущения, они тоже общаются между собой, что уже подтверждено, но мы считаем что у нас общение это мыслительный процесс, то есть что-то высшее, а когда растения передают информацию, это уже как машинный код, этот процесс не содержит в себе сознания. Деревья, если их начинает кто-то их есть, например отправляют пыльцу по воздуху или через корни отправляют информацию другим деревьям, чтобы они подготовились и начали выделять какой-то элемент, который отпугнёт от них этих животных. Мы говорим о том, что мы, как человек делаем это сознательно, то есть мы заботимся о других, а они делают это неосознанно и вот с чего мы это взяли? Просто потому что думаем что так должно быть, но мы даже не знаем, что такое сознание, что такое осознанность, что такое неосознанность, а также что такое забота, это инстинктивные эмоции, которые продиктованы программой или осознанное действие основанное на чувствах. То есть, как нельзя утверждать что животные не умеют думать и действуют инстинктивно, также и нельзя утверждать что человек на самом деле чувствует, что-то осознаёт и выбирает, а не просто его эмоции прописаны в генетическом коде, который на основании правил создаёт нам эмоции, а мы как машины следующем им. Триггер - реакция, определенного рода, у всех людей одинаковая, мы – биологические машинки. Мы всегда реагируем на опасность страхом, заботимся о близких, пытаемся улучшить свое положение в мире, так же как и животные, это просто алгоритмы. Животные не чувствуют так как мы наверняка, но принцип-то один, они должны чувствовать, для того, чтобы жить и развиваться, просто могут делать это иначе. Если развивать эту мысль, то вопрос есть ли еще разумные существа во вселенной – это слишком наивный вопрос, на который ответ точно да, потому что вселенная просто бескрайняя и учитывая количество повторяемости процессов и принципов, можно с уверенностью сказать что подобный принцип - сознания, есть ещё и в других местах и скорее всего очень во многих. И это значит, что где-то есть примерно такая же планета, с примерно

такими же существами, может они выглядят по-другому, чувствуют по –другому, может у них все по-другому, относительно нашей точки зрения, так как мы считаем что что-то похоже, только если того совсем идентично, но они могут быть другие, созданные по тому же принципу и если покопаться внутри, то они тоже разумные, у них тоже будут какие-то эмоции, они тоже будут существовать на похожих принципах. Может быть они будут созданы из чего-нибудь другого, например как пишут фантастические предположения про существа созданные из кремния и это вполне может быть, так как принцип будет тот же. Не может быть уникального человека во всей вселенной, это глупость. Вполне вероятно что других людей или сильно похожих на людей или наших животных больше нигде нет, но это не касается принципа сознательности. Да и сам принцип может быть для нас непонятен, как мы всё ещё не понимаем принципы мышления у животных или растений. . Этот мир создается примерно по одним лекалам. Эти существа, которые живут на других планетах, они в каких-то основных вещах похожи на нас. Насколько похожи с нашей человеческой точки зрения – неизвестно, но все подобно, и мы не какое-то суперисключение среди животных, все, что мы можем – это рассказывать, что-то придумывать и передавать, это самая большая наша супер сила. У нас есть речь, которая очень сильно вытащила нас вперед, и способность чуть больше мыслить, хотя учитывая какие решения зачастую мы принимаем, кажется что этой способности у нас пока ещё нет. Но и если говорить о других животных у них тоже есть речь, просто она не такая сложная, да у нас она усложнилась, мы начали думать обширнее, передавать гораздо большее сложные конструкции другим людям, но это не совсем другой процесс. Животные живут нормально, у них нет такого, что они, например, убивают остальных животных, для того чтобы запастись едой, которую они не будут есть, это и проблема и в тоже время менее потребительское отношение чем у нас и тут уже возникает вопрос о том, а у кого же на самом деле сознание работает лучше. Мы не особенные в этом плане даже на нашей планете, а говорить о вселенной уж вообще не стоит. Мы чуть более развитые, с точки зрения обширности мышления, просто из-за того, что передавали друг другу навыки и знания и это позволяло ещё быстрее развиваться и увеличить разрыв.

## Гены

Система уравновешивает себя и даже мелкие элементы являются сознательными. Например есть ген, который при определенном количестве повторений ведёт к болезни, что приводит к смерти во взрослом возрасте детей с вероятностью 50%. То есть статистически на большой выборке минимум 50% людей с этим геном умрут раньше срока и не смогут ничего с этим сделать. При этом, люди, у которых активируется этот ген, зачастую рожают больше детей чем теперь, у кого их не активируется и тем самым система уравновешивается, так как ген ведёт и к смерти и к тому что рождается больше. Это если смотреть на систему, а если смотреть на сам ген, то он тем самым распространяет себя, регулирует воспроизведение новых организмов, в необходимом количестве и с этой точки зрения уже сам ген является осознанным.

Многие лингвисты, в том числе один из самых знаменитых из них, Стивен Пинкер, заявляли что у людей сильно похожи принципы лингвистических моделей. То есть,

если взять разные языки, принцип в них будет один, как только язык сформируется. Это говорит о том, что эти принципы заложены у нас внутри, мы рождаемся с этой базой, она лежит на уровне инстинктов и дети чувствуют эти инстинкты гораздо лучше, что позволяет им быстрее учить новые языки. То есть языки по сути своей тоже фрактальны. При этом, когда язык образуется, он обычно довольно корявый и сложный для понимания, но это если его создавали взрослые и прошло немногого времени, однако когда проходит поколение и им начинают пользоваться дети, они доводят его до такой степени, что он становится похож на другие современные языки.

В одной из стран дети изобретали свой язык глухонемых, но так как их инстинкты ещё были сильны, они смогли ещё в одном поколении сделать его по сложности и правилам подобным современным. То есть база, по которой мы развиваемся заложена внутри, а этот принцип возникает на основании общих принципов в мире. Даже когда среди языка находят сильные различия, вроде того что в Германии и России есть двойное отрицание, как наша знаменитая фраза "да нет наверное", чего не существует в английском, тем не менее, сами люди в общении всё равно это применяют, то есть это базовая лингвистическая модель внутри нашего мозга.

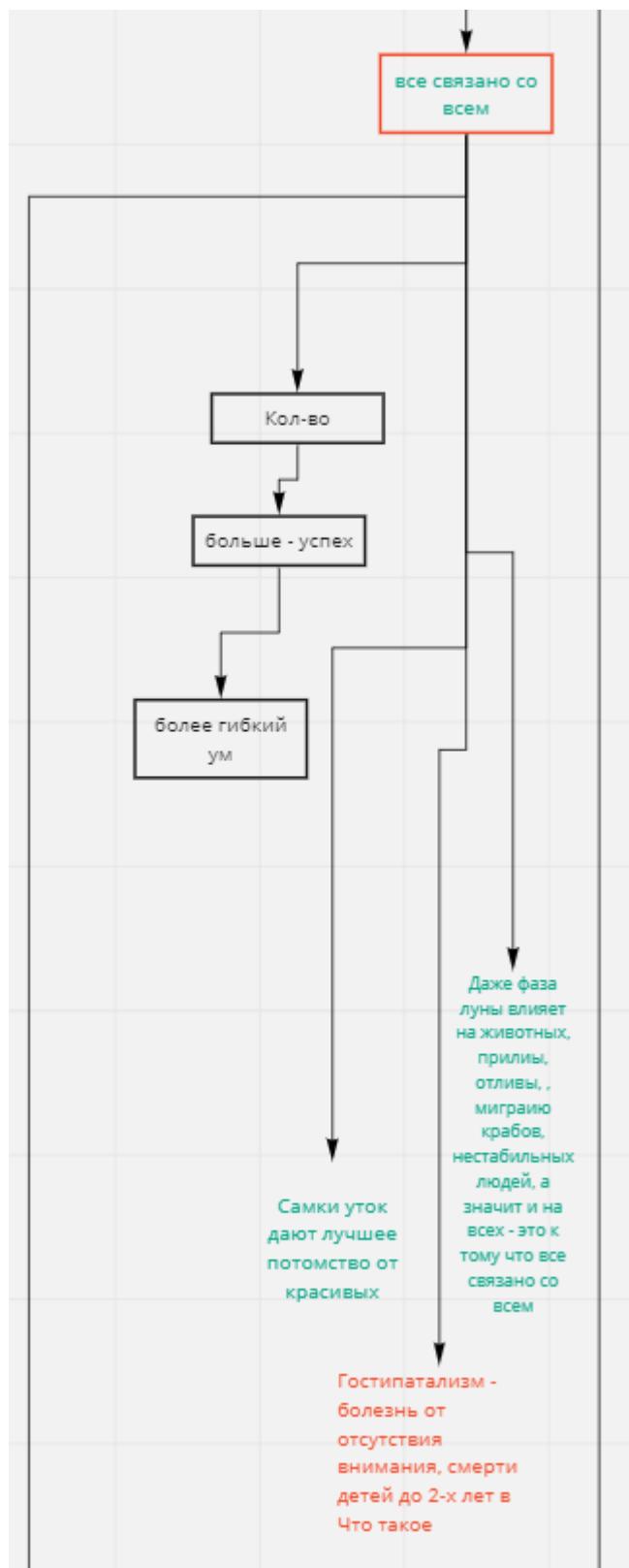
В генах существует такая часть как минисателит, это часть гена, которая как бы сигнализирует о том что в эту часть гена нужно что-то добавить и трансформировать её. То есть, геном постоянно развивается и изменяется, мы всё знаем что есть случайные изменения генома, как будто бы ошибки, которые позволяют животному миру эволюционировать. То есть, в какой-то момент происходит мутация, которая оказывается эффективнее остальных и начинает развиваться, заменяя не такие эффективные модели. Эти мутации по нашему мнению должны были быть случайными, но оказалось, что есть ген, который указывает где эти изменения должны происходить, а значит этот процесс чуть более сложный и прописанный заранее, в какой-то программе. То есть система будет развиваться и тестировать новые эффекты по заранее продуманному плану. Это всё тоже про то что система заранее продумана на основании каких-то принципов и есть базовые вещи во всей системе, а это и есть принцип фрактальности о котором мы говорим.

Ученые исследовали развитие развитие эмбриона у муhi дрозофилы и человека и оказалось что они одинаковые, да и всех остальных живых существ этот принцип идентичен, то есть само рождение и первоначальное развитие, это фрактал, общий принцип, а значит исследуя любое существо, мы можем понять себя, не нужно изучать человека, чтобы понять его, можно изучить того, кого понять проще и весь мир откроется перед вами.

- **10. все\_связано\_со\_всем**

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/19JurpUrhLgo2IOw\\_5rEcbPOeesy9Kc8K/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/19JurpUrhLgo2IOw_5rEcbPOeesy9Kc8K/view?usp=sharing)



Еще одно ответвление, связь о которой мы уже говорили – все связано со всем. Связь может быть количественная, то есть больше связей, больше успеха. Чем более разнообразными частями нашего мира вы связаны, тем большая вероятность успеха, более гибкий ум, это про то, что мозг научается думать различными вариациями. То есть он не сосредоточен на чем-то одном, он умеет обдумывать, рассматривать с

разных сторон, принимать разные точки зрения, это и есть успешный ум. При этом, большое количество связей, это определенная аналогия успеха, потому что, с чем большими вариациями в мире всяких систем, людей, информационных потоков вы связаны, тем больше вероятность того, что к вам придет этот успех. И так же, чем больше успеха приходит, тем больше успеха, так как это замыкается в петлю обратной связи, конечно если соблюдается общий принцип движения по синусоиде и колебаний. Вы начинаете направлять себя, направлять свое мышление, связываться с разными частями, которые являются привлечением успеха и дальше по аналогии ваши эти связи распространяются на тех, с кем связаны эти успешные события – люди, знания и т.д., оно все совмещается, все похожее ищет похожее и начинает объединяться. Ему нужно для развития что-то отрицательное, но соединяются они на похожести, на общем принципе, на той части фрактала, вокруг которого они выстроены. Только представьте насколько всё связано со всеми, если даже фазы луны влияют на животных, приливы, отливы, миграцию крабов, нестабильных людей и их психические отклонения, а значит и на все. И влияние на приливы и отливы – это физическое явление, которое мы как-то ещё можем объяснить со стороны физики, если мы говорим о миграции крабов, то это можно объяснить влиянием на природу, но это влияет и на нестабильных психически людей, знаете, говорят, что луна влияет на сумасшедших, что они активизируются или весна, влияет на шизофреников, это все факт. Но влияние на них мы видим, так как оно очень отчётливо для вас, но не думайте что это не влияет на вас лично, на настроение или даже принятие решений. Тут не может не быть влияния, так как это большая часть системы. Как и все теории про астрологию, которая звучит смешно и естественно, с точки зрения науки является шарлатанством, а людям из науки совсем не интересно, но глупо отрицать факт того в такой связанной и зависимой системе расположение планет сейчас или при рождении не играет никакой роли. Всё это работает не так, как это преподносят тебе кто продаёт эти знания, вроде того что как-то выстроили планеты и всё, вы начнёте зарабатывать или случится трагедия, но будет какое-то изменение среды, которая может становиться более опасной для вас или более понятной, что влияет а развитие событий. Настолько глобальные вещи не могут на вас не влиять, и они влияют в любом случае, вопрос в том, как вы к этому адаптированы, как они влияют и что происходит в окружающем мире. У вас складывается своя картинка, вы совершаете свои действия, принимаете решения, ваш мир отличается от других людей, но общая тенденция будет похожа.

Самки уток дают лучшее потомство от красивых и это удивительный факт, о том, что животные дают лучшее потомство от других животных, которые выглядят красивее. Красивее, это по сути без каких-то особых дефектов. У нас в принципе понятие красоты больше сдвигается в сторону одинаковости, то есть, если отражение одной части от другой не сильно отличается. Оказывается, что если самец красивый, то потомство будет сильнее, более приспособленное к выживанию и это кажется странным, но это нам говорит о том, насколько все взаимосвязано и насколько всякие мелочи влияют на то, что нас окружает. Есть особенно грустное исследование, которое говорит о важности всех элементов системы и речь там идёт о госпитализме – это болезнь из-за отсутствие внимания, и смерти детей до двух лет. Исследования рассказывают о том с чем сталкиваются дети, которые растут без родителей в доме ребёнка или других подобных местах. Если ребенка не трогают пока он совсем маленький, не гладят и не обнимают, если ему не говорят ничего позитивного, он

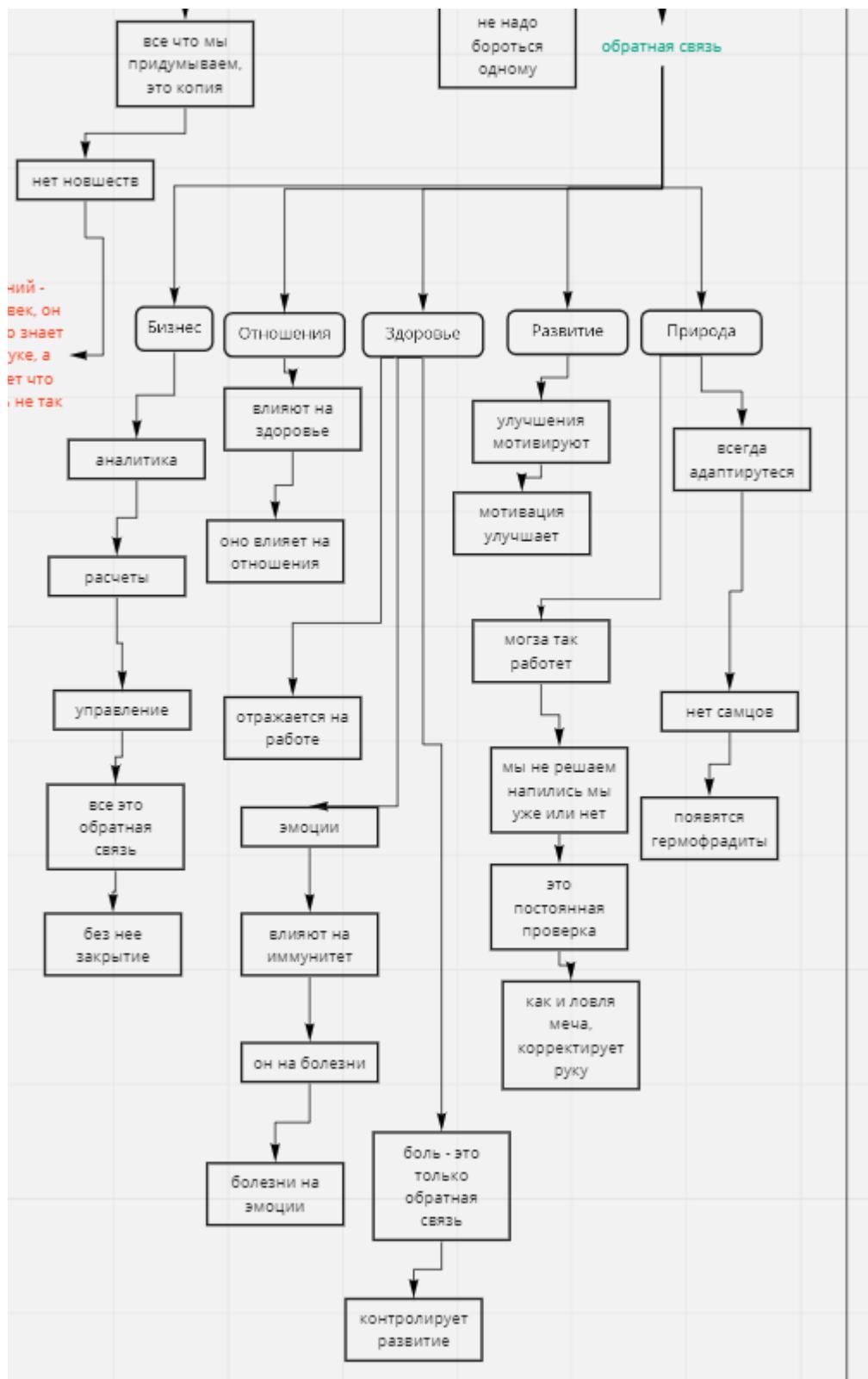
просто там живет, его кормят, одевают, он находится в тепле, но ни с кем не общается, вокруг есть другие дети, они всё нормально спят, им дают лекарства, если они болеют, в общем у них нормальная жизнь, кроме того что отсутствует необходимый контакт, в таком месте дети умирают. С точки зрения биологии, жизнь прекрасна, что еще может нужно ребенку? Ведь ему не нужно развитие, какой-то успех, ему нужно, просто жить, а дети умирают. То есть без прикосновений, эмоций, физический организм умирает. Были детские дома и в России и в Америке, где была политика того что детей трогать не нужно и в них была просто тотальная смертность маленьких детей до двух лет. Через какое-то время люди поняли, что с детьми надо обращаться как с детьми, их нужно обнимать, целовать, гладить, разговаривать с ними и все, смертность исчезла вот в том объеме, в котором была. Просто задумайтесь, какое влияние оказывает простые какие-то поглаживания и объятия, вне зависимости от того в каких условиях живёт ребёнок. Есть теории о том что если о ребенка слишком заботиться, он вырастет безответственным и не способным к принятию решений, но если не давать ему необходимого внимания, то он может просто умереть.

**Связанность и согласованность** – это важные вещи, так как один промах создает другой и так далее. Это про то, что одно притягивает другое, и про количественный успех. Если у вас начинаются какие-то провалы, то вы начинаете к этому привыкать, вы начинаете склоняться к этому ваше мышление и провалы преследуют вас и дальше. Эту цепочку нужно разорвать, нужно менять позицию, отходить в другую сторону. Без провалов жить невозможно, и без провалов не бывает побед, вы не учитеь без провалов, такого не бывает. Потому что, если у вас все идеально, тогда вам нечего учиться и тогда вы деградируете, и тут не может быть устоявшегося состояния, вы либо двигаетесь вверх, либо двигаетесь вниз, это одно из правил колебаний и движений системы. И соответственно, нужно чтобы все было связано и согласовано – в бизнесе, в жизни, в отношениях, в ваших действиях, все элементы должны быть связаны и согласованы. Если одно что-то работает плохо, оно отражается на всем остальном, вне зависимости от того, управляете вы компанией или рассматриваете отношения. В компании это особенно понятно – если один отдел работает плохо, это будет отражаться на всех. Допустим вы создали идеальный сервис клиент в восторге и на самом последнем этапе ему кто-то нахомит – это перечеркнет всю систему. Если в одной части бизнеса у вас плохо, это будет отражаться на всем бизнесе, как бы вы ни хотели закрыть на это глаза. И это правило работает везде.

## 11. обратная связь

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1daktJgJXwuc3pQKReQCod4Q6v0TFxUut/view?usp=sharing>



В продолжении той ветки, о том, что все связано и согласовано. Помимо того что в нас есть какие-то химические процессы, в нас заложены гены, на нас влияет окружающая обстановка, друзья, политика, то место, где мы родились, мельчайшие происшествия и события в детстве, луна в конце концов. Чем ближе время к началу рождения, тем сильнее идет отражение на нашей личности. То есть, чем раньше время, тем больше

оно впитывает новое и формирует какую-то общую структуру. Все это влияет на то, как мы живем, на то кем вырастем, как поступаем и в какой ситуации. И в тот момент, когда мы делаем выбор как поступить в какой-то ситуации, на нас влияет всё что окружает и что мы сами накопили незадолго до этого или наоборот давно. Мы поели или мы с кем-то поругались или мы просто встали в каком-то не в том состоянии, все это повлияет на любой наш выбор. Проводили опыт о том как судьи выпускают досрочно людей из тюрьмы. И там выяснили, что, если слушание проходило до обеда, когда судьи были голодные, большинство заключенных не выходили по УДО, при этом, после обеда, когда они наедались и у них было определённое спокойствие, расслабленность, они были более лояльны к этим людям и количество тех кому подтверждали Удо было кратно выше. То есть вот такой маленький фактор, который никак не относится к сути дела, влиял всю целую судьбу человека, потому что для того, кого выпускали или нет, это были не просто приговоры, это по сути годы жизни, а зависели они в большей степени от обеда. И это все облако событий влияет на всю нашу жизнь. При этом в нас еще живет огромное количество разных клеток, которые живут своей жизнью и если мы как-то живет не так, если мы устраиваем им какую-то не очень приятную жизнь или делаем что-то, что противоречит их жизни, например мы можем злиться и портить жизнь клеткам, буквально создавать яд для них из тех веществ, которые образуются при том что мы злимся. Например у меня самого есть такой эффект, что когда я злюсь, у меня может появиться где-нибудь прыщ, то есть настолько сильная может быть злость, что она создает определенные химические элементы. Ну и естественно, там где прыщ, тело болит, все остальные клетки находящиеся в этом месте где есть болевая точка и скопление этих вредных веществ, влияет на них негативно. И естественно, любая злость, ложь, зависть, влияет как яд на весь организм. И конечно же, испытывая негативные эмоции и создавая яд внутри организма, мы делаем так что клетки внутри страдают, у них нарушается жизнь и состояние, что оказывается на нас и дальше по кругу. Это тоже самое, что раковые истории – когда рак возникает вследствие того что человек совсем не туда идет именно ментально. Он может совершать правильные действия с точки зрения общества, правильно жить, ничем себя не травить, жить в нормальном месте, где нет множества вредных веществ в атмосфере, при этом, он например предает какие-то свои идеалы и свою жизненную позицию, слишком много отдает людям или слишком мало отдает. Что-то в рассогласовании. И появляются вот эти вот клетки, которые создают самопожирающиеся структуры. Это война клеток, у них это какая-то война за независимость, условно, а для нас это война за наше выживание. И помимо всех вот этих клеток, которые живут так же внутри нашего организма начинают ладить друг с другом или воевать, у них есть такие же войны, которые охраняют нас, это клетки иммунитета. Там есть уборщики, врачи, доктора, какие-то мозговые центры, там огромная экосистема, это целая жизнь, это то же самое, такой же формат есть и в генах, где есть те что следят за тем чтобы не было нарушений, а есть те что отвечают за лечение, они также умирают и оживают как мы, гены или нейроны, тоже происходит в обществе, где есть разные должности и специальности, это такой же фрактал внутри. И помимо этого у нас есть огромное количество микробов, которые живут в нас и все они живут в симбиозе с нами, они питаются нами, а мы питаемся ими, в плане обмена какими-то веществами, очистка организма и неизвестно, насколько там много разных вариантов взаимодействия, но мы живем с ними и без них прожить не можем. То есть если из нас удалить всех этих микробов – мы умрем, мы не приспособимся к жизни, так как мы связаны с природой всеми этими вещами, при этом, самих микробов в нас

больше, чем клеток в организме, по некоторым данным. То есть количество этих отдельных существ, живущих в нас, которые касаются не нашего организма, гораздо больше, чем собственных клеток и около 2-3 кг., если их на вес считать. И мы живем с ними соединенно, зависим от них, от того что происходит в их обществе. Даже одна только клетка является уже целой огромной системой, которая содержит свои заводы и своих медиков. Мы как земля, а микробы живут на нас, мы фрактально земля, у нас что-то может происходить, какие-то природные катаклизмы. Прыщ на теле может быть для них как вулкан, а они могут портить территорию, на которой они живут и тогда нам становится хуже, мы начинаем болеть, начинают страдать наши клетки, мы начинаем ссориться с другими людьми, начинаем хуже думать и все это закручивается, усиливается. И потом это все равно уравновешивается, то есть это настолько большой хаос, настолько огромное количество разных факторов, что это невозможно предсказать и кажется, что все это должно разрушаться, но природа настолько грамотно устроена, что она максимально хорошо умеет адаптироваться ко всему, то есть она всегда уравновешивается, она всегда находит возможность уравновесить лево и право, зло и добро и тд. в большой системе. И все, где мы живем, это создано, в том числе нами, мы создаем огромное количество каких-нибудь железяк, которые разбросаны по всей земле, пластика, создаем дома, у нас огромное количество земли просто усеяно какими-то зданиями, которых до этого не было, мы все это создали. Мы создали целый мир, поменяли экосистему, потому что огромное количество животных вымерло из-за того что мы загрязнили планету, и она поменялась. Но помимо этого, мы еще живем в системе, которую создали животные, то есть нет такого, что земля взяла и образовалась и она родила каких-то там животных, существ. Животные существа начинали появляться, они начинали взаимодействовать с какими-то элементами, вырабатывать тоже определенные химические элементы, как растения вырабатывают кислород. Кислород формирует всю нашу экосистему, защитную оболочку над нами, которая защищает нас от ультрафиолета и множества других опасностей. То есть, вот эти сцепки элементов рождают оболочку всей земли, которая защищается в том числе от метеоритов за счет того, что в атмосфере они сгорают, а атмосфера создана в том числе живыми существами. Потому что именно они в таком количестве начинали выделять какие-то химические элементы и все это не случайные невероятные события, все произошло именно так, чтобы мы все могли тут жить и прекрасно существовать. Если природа начинает меняться, животные и растения начинают меняться, они начинают подстраиваться, для них эта система, в которой они живут становится идеальной системой – кто-то умирает, кто-то рождается и система адаптируется. Принцип смерти и обновления является неотъемлемой частью всех систем, от звезд и людей, до животных, микробов, генов, клеток и нейронов, которые умирают для того чтобы развиваться, иначе весь организм начинает болеть и умирать раньше времени, все процессы фрактальны и необходимы системе. И мир, в котором мы живем, создает нас, а мы создаем мир – это связанная система, то что работает в одну сторону и сразу же возвращается в другую сторону. Но важно понимать, насколько просто все это связано, насколько вся наша жизнь, вся наша планета – это общий и единый организм, который весь связан между собой во всех точках. И когда мы общаемся, мы общаемся огромным количеством данных, словами, но помимо этого у нас есть еще общение движениями, запахами, какими-то энергиями, которые мы не понимаем и не чувствуем, но все равно передаем, тембром, голосом и так далее. То есть мы не общаемся просто словами, это огромная совокупность, именно поэтому подсознание всегда знает, когда человек врет, потому что есть

рассогласованность. Что такое в принципе ложь – это рассогласованность того, что вы думаете и того, что вы транслируете. Может быть неосознанная ложь, вы можете не знать, что вы врете, потому что вы просто не знаете, что происходит, а думаете, что знаете, но в основном это рассогласование. И естественно все это рассогласование влияет на вас негативно, как и на остальных и они всегда это видят и чувствуют, вопрос того, насколько они будут обращать на это внимание и насколько подсознание отдаст эту информацию. Но мы завязаны на всем этом, то есть уберите у человека зрение и у него уберется большое количество информации. Уберите у него обоняние и его отношение поменяется, отношения с людьми поменяются, потому что он потеряет часть информации, он перестанет на нее обращать внимание и это может так повлиять, что хорошие отношения испортятся из-за подобной мелочи. Это хорошо было видно на последнем вирусе, который выключал обоняние и люди перестали понимать друг друга или появлялись ссоры. И возвращаясь к обратной связи, можно сказать что бизнес это в принципе технология обратной связью – вы что-то пробуете и смотрите, что произошло. Анализируете то что произошло и делаете следующий шаг, бизнес не статичен, это не история про отсутствие обратной связи, то есть вы всегда коммуницируете с миром. Вы что-то отдаете миру, мир как-то реагирует, вы оцениваете это и реагируете, это постоянная петля.

### **Отношения.**

Отношения – это тоже абсолютная петля, если вы хорошо относитесь к человеку – к вам начинают хорошо относиться, если вы плохо относитесь – к вам отношение тоже будет ухудшаться. И все это накручивается и отношение одного усиливает отношение другого, этот негатив, рожденный просто петлей начинает прятаться за какими-то другими причинами, скрывая то что главное тут петля, но сам негатив конечно же не спрятать, а петля либо его раскручивает и усиливает, либо наоборот гасит или усиливает позитивное влияние. Также есть крайности, когда мы слишком хорошо к кому-то относимся и это должно скомпенсироваться исходя из равновесия, о котором мы будем говорить дальше и тогда второй человек должен начать относиться к нам хуже, может быть не с точки зрения негатива, но с той точки зрения что человек не будет обращать внимания на наши потребности, так как это будет прямая противоположность тому, что мы слишком много думаем о том насколько комфортно или нет другому человеку. Поэтому, отношения всегда – петля. И отношения также влияет на здоровье, а здоровье влияет на отношение. Это пример дополнительной обратной петли, между разными процессами. Если у вас в отношениях с людьми все плохо, тогда вероятность того, что вы будете болеть – очень высокая. Если вы будете болеть, вас это будет напрягать, это будет создавать негатив и, скорее всего, у вас будут нарушаться отношения с окружающими, так как проблемы со здоровьем будут портить настроение, а значит это фоном будет влиять на отношения и получается замкнутый круг, но на самом деле, это не такой замкнутый, его можно разбить и повернуть в другую сторону, просто плавно и почему именно плавно, мы будем говорить дальше в главе про переходы между состояниями.

### **Здоровье.**

Здоровье отражается на работе, работа отражается на здоровье, это такая же петля. Если вам плохо на работе, вы будете плохо работать, если вам хорошо на работе – вы

будете хорошо работать, а будете хорошо работать, работа будет отдавать вам обратную связь в виде материальных составляющих, отношения коллег, начальства, общества и друзей, так как если вы хорошо работаете вам это с большей вероятностью будет интересно, а увлечённые люди нравятся всем гораздо больше. И конечно, если вы будете перебарщивать, то есть будете уходить опять не в двоякость и не в равновесие, а в какие-то пиковые состояния, это будет отражаться негативно. Ну, например, вы чересчур хорошо работаете - это плохо скажется на вашей работе, потому что это начнет не нравиться остальным людям, они перестанут обращать внимание на то, как вы работаете, в конечном итоге это станет нормой и на вас будут вешать гораздо больше, считая что это норма, а если вы станете потом работать чуть меньше, будет расцениваться негативно, плюс это будет расхолаживать остальных, так как они привыкнут свои задачи частично перекладывать на вас, в итоге элемент, который работает лучше всех, будет прогинать всю систему вниз по принципу равновесия и все пойдет вниз, плюс система будет не равновесная по центру, а будет перекошена и сильнее зависеть от одного элемента и сильная трудоспособность, которая должна отражаться исключительно позитивно, в итоге навредит и самой системе.

### Эмоции.

Эмоции влияют на иммунитет, а иммунитет влияет на болезни, болезни в свою очередь влияют на эмоции, что создает абсолютно прочную обратную связь. Если вы злитесь, вы начинаете болеть, если вы начинаете болеть, вы начинаете злиться и постепенно падает иммунитет, вы начинаете еще больше болеть, начинаете еще меньше контролировать себя и еще больше злиться и так постепенно закапываете себя. Все это работает на негативных петлях и мы рассматриваем их, так как они больше понятны, больше врезаются в мозг, потому что мы чаще пытаемся бежать от негативного, чем стремимся к позитивному. И не так хорошо верим в то, что создается что-то позитивное, если мы делаем что-то позитивное, нежели нас припугнуть. Но и как только мы понимаем принципы регуляции системы и принципов равновесия, мы начинаем понимать что это работает во все стороны, в том числе и в позитивную, но для того чтобы это понять, нам не достаточно этот прочитать или услышать, нам нужно это действительно осознать, что я надеюсь сможет сделать эта книга и которая постоянна таким образом, чтобы осознание приходило.

### Боль

Боль это в принципе инструмент обратной связи, это сам её сигнал, она контролирует развитие. Обратная петля в виде боли – это отличный инструмент и очень показательный пример. Нам кажется что боль это что-то неприятное, то что всегда мешает и от этого хотелось бы отказаться, но если у вас не будет боли – вы умрете скорее всего гораздо раньше, а если не умрете, то вам будет тяжело жить. И такие примеры есть – люди, которые не чувствуют боли, очень несчастные люди. Они может и счастливые ментально, так как из-за своих проблем больше ценят жизнь, а то счастливые мы или нет зависит только от нашего восприятия, но физически – нет, физически им довольно тяжело, они ломают себе постоянно чего-нибудь, получают вывихи и не понимают, когда у них что-то болит и может внутри что-то произойти, они не успеют это вылечить. У них часто неправильно развивается тело и скелет, так как боль не сигнализирует им о том как правильно надо наступать на ногу например. У них

риск умереть кратно выше, чем у всех остальных. Боль вам просто сигнализирует, что на что-то нужно обратить внимание, боль – это потрясающая штука, от нее нельзя отказываться и в ней нету вообще ничего негативного, боль – это позитивная история, которая создана для нашего комфорта, как бы это странно не звучало. Это позитивная обратная связь. Если у вас болит зуб – его нужно лечить, не нужно пытаться уменьшить боль, вам нужно ее вылечить. Как только вы вылечите то, что вам нужно, боль пройдет. Если у вас убрать боль, вы просто забьете, не станете это лечить, даже если вы будете знать, что это серьезно. Поэтому эти вещи – это очень важные составляющие организма. И это касается любой боли, она всегда вас коррелирует, направляет, даже если это ментальная боль, она лишь говорит вам о том что нужно что-то изменить и она тоже пройдёт сразу же, как только вы начнёте идти в правильном направлении и вылечите то, что должны.

### Развитие.

Улучшение мотивирует, мотивация – улучшает. Если у вас что-то становится лучше, если вы чему-то учитесь и у вас что-то начинает получаться лучше и лучше, то у вас появляется дополнительная мотивация, вам начинает это быть интересно. Как говорят, если человек что-то научился делать, он захочет в этом развиваться, ему это будет нравиться. Людям не нравится то, что они не умеют и людям всегда нравится то, что они умеют. И получается, что, если у вас что-то начинает получаться хорошо, у вас увеличивается мотивация это делать, а чем больше у вас мотивация, тем больше вы вкладываете усилий и тем лучше вы начинаете этим заниматься. И получается позитивная петля обратной связи, которая развивает. И также абсолютно работает негативная обратная связь – ничего не получается, падает мотивация, падает мотивация – ничего не получается. И конечно тут по принципу равновесия, есть регуляции пиковых моментов, то есть, если получается всё слишком хорошо и просто, то мотивация упадёт, так как станет не интересно.

### Природа.

Мозг работает на обратной связи, мы не решаем напились мы уже нет в просто так, внезапно, это постоянная проверка, это как ловля меча, которая корректирует руку, или как мы в принципе едим и насыщаемся, как мы оцениваем, что происходит во вне. Когда мы пьем у нас нет такого, что вот мы пьем, пьем, пьем и в какой-то момент мы напились воды, утолили жажду. У нас происходит постоянная петля обратной связи, то есть мы чуть чуть выпили, сделали глоток, этот глоток провалился, сработала обратная связь и она дала обратную реакцию – хватит или не хватит. И вот мы пьем и в какой-то момент, когда происходит насыщение, отправляется реакция в мозг – все хватит, мы напились. Или мы ловим баскетбольный мяч и кажется, что мозг идеально просчитывает сразу куда ему нужно двинуть руку, для того чтобы поймать этот мяч. На самом деле он делает два действия одновременно. Он, во-первых, заранее просчитывает куда должна двинуться рука, чтобы поймать мяч, во-вторых, каждую долю секунды он пересчитывает траекторию, то есть он смотрит, правильно ли он руку ведет, туда ли рука движется, а туда ли всё ещё движется мяч. И он начинает корректировать. И по мере того, как баскетбольный мяч летит к вам, и вы ловите его, вы постоянно корректируете полет своей руки и постоянно корректируете траекторию того, как движется мяч в своей голове, синхронизирует эти два процесса между собой.

То есть это огромное количество итерация и петель обратной связи, постоянный просчёт, и в какой-то момент вы его ловите.

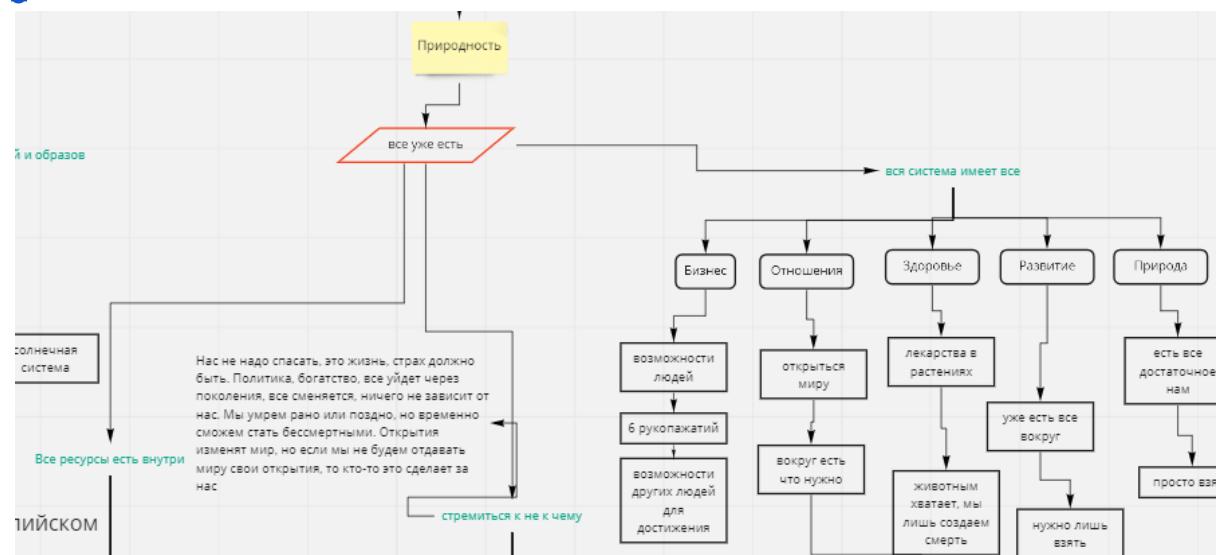
Таким образом регулируется всё у нас в мире, реагируя на какие-то действия и параметры и внося изменения.

Природа всегда адаптируется, например - нет самцов, появляются гермафродиты. То есть петля обратной связи это про адаптацию и про эволюцию. И позиция разнополых существ, это определенный виток эволюции. Природа приняла, что это необходимо для того, чтобы развиваться, для того, чтобы было левое и правое на графике равновесия и чтобы потом создавалось это равновесие между ними, чтобы было развитие было эффективнее. Когда мы развозим 2 точки в равновесие, в двоякость, в одну и другую сторону, то есть необходимость противоположностей, как например мужчина-женщина, система лучше учится, потому что есть разнонаправленность и потом эта разнонаправленность совмещается, плюс — это разный набор опыта, гораздо больше количества информации, которую получает генетически ребенок, потомство, потому это лучшая система. Но если вдруг нет самцов, которые должны оплодотворить самку, она может стать гермафродитом и есть животные, которые способны к этому и есть, которые не способны. И недавно только говорили о том, что животные, которые не способны к тому, чтобы быть гермафродитами в этой ситуации, это акулы, при этом с удивлением обнаружили что у какого-то вида акул, когда они попали в такую ситуацию, самки стали гермафродитами и все таки продолжили род. И никто не подозревал что такое вообще возможно, но природа изменилась, адаптировалась к текущей ситуации и начала жить дальше. Потом, когда появятся самцы, скорее всего, все вернется обратно. Но в этот момент произошло вот это изменение, то есть обратная связь, работает настолько мощно, что меняет даже базовые как нам кажется законы природы.

## 12. Все ресурсы есть внутри

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/12X-AvMnM3u\\_HBqo0945LgREJkRERKZiZ/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/12X-AvMnM3u_HBqo0945LgREJkRERKZiZ/view?usp=sharing)



Итак, мы перешли теме "природность", которая говорит нам о том, что все уже есть вокруг. Эта тема делится на три подтемы. Оно опять же про фрактальность и обратную связь, что само по себе является фракталом - отражение одного процесса в другом. Связь всего со всем, это матрица, которая соединяется сама с собой. И все уже есть в системе, это то, что любой слой примерно такой же, как и другой слой, куда бы мы ни спускались, ни поднимались. То есть опускаемся мы на уровень отношений, здоровья, отношения, природы, бизнеса – везде примерно одни и те же законы. Мы смотрим на взаимодействие людей и видим то же самое примерно на уровне взаимодействия компании. Мы видим, что взаимодействуют у нас еще и внутри клетки, а клетки живут с какими-то бактериями, а внутри клеток тоже органы, которые тоже как-то живут друг с другом и взаимодействуют и все это похоже друг на друга и можно искать информацию как во вне, так и внутри. И вот "вся система имеет все" – это про то что снаружи уже есть все, что нам нужно, не нужно ничего создавать, придумывать, уже все есть, просто бери и все. И также "все есть внутри". То есть все что нам нужно на самом деле есть и у нас внутри, снаружи нам ничего не нужно. При этом одно без другого не существует. Система снаружи не существует без системы внутри, противоположности должны существовать одновременно. И "стремиться не к чему", это то, что уже все есть, ничего особо не изменится. Система будет продолжать работать. Но это не означает, что ничего не нужно делать.

### Вся система имеет все.

Если мы говорим о бизнесе, у огромного количества людей вокруг нас есть огромное количество возможностей. Есть теория 6 рукопожатий, которая говорит о том что мы можем через 6 рукопожатий добраться до кого угодно вообще на земле. Ну то есть, можно найти такую группу людей из 6 человек, чтобы последний шестой человек, знал любого человека, с которым мы хотим быть знакомы, вплоть до генеральных директоров крупнейших компаний, каких-то философов, которых мы хотим знать, естественно, в современности, президентов и так далее. И, соответственно, если смотреть на эту историю, на то, насколько есть много варианты в этой системе, которая уже сформирована, а все эти друзья и знакомые – они уже есть, то есть для того, чтобы через них куда-то пойти – ничего делать не нужно, не нужно искать новых людей, нужно идти через них. При этом, это далеко не конечный круг. У нас еще много вариантов еще с кем-то познакомиться и поиметь новые возможности. И у всех этих людей есть какие-то способности, запросы, есть какие-то желания и очень многие из этих людей могут помочь в движении к каким-то целям. Это не означает, что вы просто так вот щелкнете пальцами и решите все свои проблемы с помощью других людей, потому что нужно знать, что ими действительно движет, какие у них способности, что они могут сделать, чего они не могут сделать, к чему они могут вас привести, к кому. Но возможности эти есть, и они уже вокруг вас. То есть если опять возвращаться к теории визуализации, мозг может вас просто провести по правильной дорожке людей к вашей цели, причём очень простым способом и это только одна из теорий, которой уже вполне достаточно чтобы дойти до большинства целей, но далеко не единственная теория. Вокруг нас настолько много возможностей, что это даже осознать не так просто, особенно когда сами они на нас не падают из-за чего кажется, что их и вовсе нет.

### Отношения.

Нужно открыться миру, вокруг есть то что нам нужно, вопрос в том как мы это видим. Есть огромное количество людей, которые вам подходят, если мы говорим об отношениях мужчина-женщина. Есть много вариантов, к кому можно обратиться для решения каких-то вопросов, но нужно быть открытым к миру, смотреть на мир и смотреть на то что он вам дает. И за счет этого, можно наладить отличные отношения с какими-нибудь людьми, решить отношения с текущими людьми, найти новых, что угодно. То есть проблем отношений нет, если за те же 6 рукопожатий вы можете дойти до кого угодно для бизнеса, то вы можете то же самое сделать и для личного.

Сложности начинаются в тот момент, когда мы занимаемся в собственных проблемах и начинаем искать их и снаружи, добавлять себе в отношениях тех кто будет портить жизнь, а не улучшать, или приглашать новых людей и использовать ту же модель, которая испортила предыдущие отношения, тогда это будет работать как обратная связь и как фрактал, так как любые как бы новые отношения будут приводить к тому же результату, пока мы сами не изменимся и не пойдём по другой дороге, выбрав либо других людей принципиально, либо поведение свое поведение с текущими. Например, если женщина выбирает для себя пьющего мужчину, который её терроризирует, вероятность что она бросит его и выберет такого же максимальная, пока она не изменит своего отношения и не начнёт видеть мир иначе. А как только это произойдёт, она начнёт видеть других людей, хороших пар для неё будет огромное множество, так как людей на земле аж 8 млрд и вероятность того что для кого-то нельзя среди них найти множество хороших вариантов практически минимальная.

**Здоровье.**

Лекарства содержатся в достаточных дозах в растениях и животных. Может быть не всегда в прямом виде, но в варинатах смесей разных растений и животных элементов. А то что мы создаем, скорее постепенно уничтожает нас. Да, во всех в растениях, которые нас окружают уже есть все необходимые элементы для нашей хорошей и здоровой жизни. Мы можем использовать растения, использовать их вещества и нам не нужны никакие таблетки, ничего. Уже давно всем понятно, что таблетки портят здоровье, они в одном месте чинят, в другом месте – ломают. Таблетки убивают естественный иммунитет и тут опять работает петля обратной связи. Вы начинаете есть таблетки и, тем самым, говорите своему организму – не делай ничего, сейчас таблетка сама все сделает. Не надо тренироваться, не надо настраиваться, чтобы бороться с какими-то болезнями, тебе не нужно ничего делать, забей на развитие. И, конечно же, вот эта петля обратной связи создает эффект, когда вы больше уже не можете бороться с болезнями. Таблетки борются с болезнями, а организм без них перестает это делать, он отключает иммунитет и вот через какое-то время мы уже не можем без таблеток и там, где раньше мы обошлись бы вообще без них. Чем больше мы пичкаем себя химией, тем менее становимся способными к самостоятельной борьбе с болезнями, а значит отнимаем у себя опыт и здоровье. То есть создавая таблетки, в основном, мы создает общую смерть, хотя это не означает, что это плохо для популяции. Большинство людей не смогли бы просто выжить без таблеток, то есть они не умеют управлять своим организмом и так как человечество не настроено на то, чтобы лечить людей взаимодействовать со своим организмом, улучшать свои внутренние способности, развивать иммунитет и самостоятельно лечиться, то получается, что необходимы таблетки. Но на самом деле, все есть вокруг, все есть внутри, у нас есть уже достаточный иммунитет для решения любых вопросов

и так же сеть окружающие нас растения, в которых есть все элементы, которые могут нам быть нужны, нужно просто научиться с ними взаимодействовать. Конечно позиция о том что таблетки это зло, это просто одна из позиций, один из полюсов в данном вопросе, а полюсное мнение никогда не бывает правильным максимально, а значит сам вид лечения с помощью таблеток имеет место в нашем мире и не всегда мы можем сами побороть болезнь, даже если умеем управлять организмом, иногда мы не справляемся и в крайнем случае нам нужны такие меры, но это не может быть единственным вариантом лечения, так как чем больше мы сосредотачиваемся на таблетках, тем слабее становимся сами, а должны были делать наоборот, развивать себя, а в помощь иметь лекарства. Таблетки и лекарства спасли огромное количество людей, счет на сотни миллионов, но тут нельзя считать вот так в лоб, ведь если бы развитие пошло в другую сторону, то большинство из этих сотней могло и не нуждаться в лекарствах и сами бы смогли спастись, а вот десяткам миллионов была бы нужна помощь и именно их они должны были спасти. И есть вторая часть, о том что за счет того что люди живут на таблетках, десятки из них как раз и начинают болеть, кто-то сильно, а кто-то слабо, поэтому это не совсем прямая зависимость и процесс немного сложнее, если рассматривать его на больших цифрах и на долгих дистанциях. Это как процесс обучения. Представьте что ребенок развивается и вы постоянно ему помогаете или лучше даете телефон, который отвечает на любой вопрос, решает его проблемы, кем он вырастет? Этот телефон заберет его опыт, ребенок не будет решать сложности сам, а значит станет неспособным к решению проблем и в итоге станет слабым, абсолютно беспомощным без телефона. Тот же кто будет развиваться сам, получая опыт, будет более приспособлен, но без телефона не сможет отвечать также быстро как тот у которого телефон есть. Однако если поставить два ребенка, одного получившего опыт, а второго нет и обоим дать телефон, то тот у которого будет опыт, будет обгонять второго, так как он большинство вопросов сможет решить сам, а когда ему будет нужна помощь, он будет уметь и в телефоне найти решение лучше чем второй, так как мозг будет думать кратко эффективнее.

### **Развитие.**

Уже есть все вокруг, нужно лишь взять, лишь объединиться и вокруг масса возможностей, не надо браться одному. Что бы вы не хотели развить, к чему бы вы не хотели прийти, это все есть вокруг. Вокруг вас есть какие-то образовательные центры, люди, которые что-то умеют, люди, у которых есть знания, опыт, просто события, которые вас могут чему-то научить, вам нужно просто начать смотреть по сторонам и искать, где вы обретете свои возможности. Нет такой ситуации, в которой чего-то нельзя изучить нового, понять, особенно сейчас, особенно вот в этом огромном наполненном информацией мире.

### **Природа.**

В природе есть все, что нам нужно. То, что нам нужно дополнительно, мы все равно не найдем не в природе. Даже если мы говорим о каких-то совершенно новых вещах, типа искусственного интеллекта, мы как бы создаем какой-то искусственный интеллект, который будет определенным образом думать и считать, создаем что-то совершенно новое, но мы что пытаемся сделать? Мы пытаемся сделать так, чтобы он научился думать, как мозг, просто на других мощностях, и чтобы мы ему задавали задачу, и он

ее действительно решал. Не как мозг, иногда отказывался, а, чтобы он всегда делал то, что мы хотим, на огромных скоростях. Но люди пытаются все привести все равно к мозгу, ответы все равно там. Структура взаимодействия, условия, принципы, они ищут смотря на то как работает давно существующий мозг, не зря это называется нейронная сетка. И есть противоположность – все ресурсы есть внутри. Это опять двоякая система, все в одном. Как все, что мы можем пытаться найти есть снаружи, так и все, что нам необходимо, есть внутри.

### **Бизнес.**

Развитие команды – это большой пласт, можно вырастить бизнес только на этом, используя неиспользуемые сейчас ресурсы, которые уже есть в системе. Однако, мы всегда, развивая бизнес, пытаемся найти что-то во вне. Какой-то там святой Грааль, который нас спасет и все поменяет. И это понятно, ведь менять текущую систему кажется сложной задачей, а найти волшебное решение звучит куда более притягательно. И это касается не только бизнеса, мы постоянно что-то пытаемся найти во вне, что-то такое, что решит все наши проблемы. Но на самом деле, обычно все что нам нужно, уже есть у нас. Если мы говорим о простом бизнесе, о людях, которые работают в этом бизнесе, каждый человек настроен на что-то, у каждого человека есть свои позитивные стороны, у него есть свои суперсилы, которые зачастую не раскрыты. И если вы научитесь находить эти сильные стороны, развивать, открывать их, соединять вместе, если вы научитесь создавать хорошую структуру, которая будет сама себя развивать, тогда вам не нужны будут новые люди. Это как изобретатели, которые плохо учились, не знали каких-то вещей и из-за этого они изобретали. Если говорить о направлении бизнеса такого как маркетинг и развитие, то там есть понятие грохакинга, когда вы минимальными усилиями делаете максимальные рывки. Это момент, когда человек находит те пути, о которых не знали, не думали, не видели другие. И для того, чтобы их найти, необязательно быть суперпрофи, нужно просто иметь гибкий ум и посмотреть в ту сторону, в которую нужно, на то что уже существует в системе. И если вы правильно поработаете с группой людей, правильно их обучите, структурируете команду, тогда вам не нужно будет ничего искать во вне, они и так все сделают. И не обязательно нужны деньги, есть всегда способы развиться на минимальных деньгах какими-то рывками. Вопрос всегда в том что это сложно и чаще больше, чем хотелось бы. Гораздо проще вложить огромное количество денег и сразу быстро что-то там протестировать, всех обогнать, задавить рекламой и тд., но это не означает, что этих возможностей нет. Как исследовали в одной из книг Коллинза, большинство самых успешных компаний, когда пытались решить свои проблемы привлечением новых людей в топ-менеджмент, заканчивали плохо, а грамотно решали проблемы и выводили из провала компании те, кто работал там уже давно.

### **Отношения.**

Нет страданий и боли в нашей жизни, это все в голове, отношения находятся именно там, а не снаружи. Нет никаких на самом деле отношений. Нет такого, что у вас отношения плохие или хорошие, все что у вас есть в отношениях, это ваше понимание, то есть ваша оценка мира. Например, у вас есть определенная ценность в голове, и вы считаете, что отношения должны соответствовать этой ценности. Это не плохо, на этом и строятся отношения. Но то, что другой человек не соответствует этим

ценностям, не означает, что у вас какие-то плохие отношения, или что они вообще в принципе плохие, это ваш взгляд. Другой человек на это посмотрит и подумает, да нет, это и не важно, вот эта ценность, которую вы повесили на своего партнера, это не то, в чем есть отношение. Ну, например, для вас важно чтобы всегда был какой-то адреналин, вам важны скорость и движение, а у партнера вот этого нет. А какому-то человеку важно чтобы было спокойствие, чтобы его могли защитить и это ценности, которые мы ищем. Это никак не говорит о самих отношениях. Если вас кто-то предал, как вам кажется, это необязательно так, может быть человек не оправдал ваших ожиданий, и он не знал, что у вас такие ожидания и он был к этому не готов и вообще не понимает, что это за ожидания, он не мог их оправдать, потому что просто не понимал заранее. Вы же знаете разных людей и некоторые довольно ведут себя не совсем корректно как вам кажется, но на самом деле, большинство из них не понимают, что их поведение не корректно, у них нет такой системы ценностей в голове, их система иная, они смотрят на вас и считают вас ханжами и думают, почему же вы такие странные. Поэтому все, что есть у вас вокруг, это все, что есть у вас внутри, это просто отражение. Все наши отношения, вся наша жизнь, успех или неудачи, это все отражение наших мыслей. Нет такого понятия как успех, успех у всех разный и все зависит от того, как вы к этому относитесь. Кто-то измеряет успех в деньгах, кто-то в достижениях, кто-то в том, дошел ли он до нирваны. И нельзя сказать, что что-то правильное, это ваше восприятие. Весь ваш мир, все что вы видите вокруг, это просто ваше восприятие. И эта мысль глубже, она и про то что нет неких цветов, ничего, вы просто видите мир таким, как ваш мозг его выдает, как вы его воспринимаете. А на самом деле всех этих цветов, твердости, мягкости — нет. Мягкость — это взаимодействие ваших атомов и других атомов, интерпретация того как они там отталкиваются и притягиваются, какая там плотность, и энергия между собой и как вы это ощущаете еще и мозгом.

**Здоровье.**

Нет лекарств, уже все придумано заранее, только пользуйся. У нас в организме есть все, что нужно для того чтобы вылечить что угодно. Конечно, если вам выстрелили в голову и снесли половину, наверное, с помощью мозга это не починишь. Но большинство вещей, то, из-за чего мы страдаем, что мы лечим, оно лечится человеком, нашим собственным организмом. И если вы посмотрите практически на любую болезнь, даже на лучевую болезнь, то вы найдете людей, которые этому не подвержены, просто потому что у них такой организм, потому что он так сам управляет. То есть в нас есть потенциал для противостояния и лечения всего что только можно, но мы не развиваем это. Весь мир лечит зрение какой-то лазерной коррекцией, с помощью каких-то лекарств или просто одевает очки или линзы. На самом деле, зрение — это просто тренировка глаза, мышцы вокруг него. Есть огромное количество мышц, которые регулируют глаз как угодно. У вас есть подсознание, которое может дернуть за любую мышцу и сдвинуть ее на любое расстояние, то есть это для вас доступно и управление зрением это не какая-то магия. И действительно, с помощью подсознания вы можете дернуть вашу мышцу. И соответственно там такое количество вариантов этих мышц, что вы можете из глаза сделать, что угодно по форме. А то, как вы видите, это изменение формы глаза, то есть вы всегда можете подстраивать глаз так чтобы у вас было идеальное зрение. Но для этого нужно погрузиться в свой мозг, принять эту мысль, поверить в нее, а вера это

прямой указ глазу, прямой указ подсознанию. Если вы говорите подсознанию сделать что-то, а сами в это не верите, подсознание ловит вот это отсутствие веры, то есть вы посыпаете сразу два сообщения – сделай и параллельно говорите, и не делай, не получится, так не должно быть. И оно говорит ладно, не должно, значит не должно. Но если нормально послать это сообщение, то зрение будет меняться, возвращаться, единственное что, если у вас не натренированные мышцы, их нужно тренировать, если вы настроите глаз так, чтобы он видел, а мышцы, не натренированные, постоянно они не смогут его держать в таком положении. Это опять про двоякость системы и равновесие - для того чтобы вылечить зрение нужно работать с ментальным, а не с физическим, так как именно оно будет управлять самим глазом и работать с правильной формой глаза, при этом, для того чтобы лечить зрение, нужно работать с физическим, а не с ментальным, так как мышцы физические. То есть равновесно должно быть и то, и то. Разнонаправленные вещи все должны быть учтены.

#### Иммунитет.

Иммунитет сам падает или восстанавливается, мы не болеем просто так, даже облучение берет не всех. Мы не болеем, если у нас все нормально. Если у нас потрясающее состояние, если мы делаем все правильно исходя из своих убеждений и своих принципов, то болезней у нас тоже не будет. Иммунитет будет пропорционален тому, насколько мы себя ощущаем правильно внутри. Однако если мы чувствуем себя прекрасно и начинаем в мороз выбегать на улицу, без подготовки, нам не поможет только состояние, так как есть физическое взаимодействие и мы знаем об этом, к этому нужно готовиться, иначе наш организм накажет нас болезнью за глупость.

#### Развитие.

Наш единственный враг – мы сами, все препятствия, которые у нас возникают, это те, которые мы создаем, те, которые мы видим. Кто-то просто не видит препятствий и просто идет, а кто-то останавливается. Все, что нам мешает в жизни, это наше отражение, самый наш большой враг внутри.

Мы созданы из пыли звезд из них создано все. Даже без лишней информации в вас заложено все что было раньше вокруг, на основе фрактальности мы все знаем. Как говорится в разных трудах, мы сделаны из самых первых элементов, то есть, элементы постепенно смешивались, менялись, создавалась новая структура, создавались новые элементы и постепенно создавалась вселенная. Из неживой материи создавалась “живая материя”, во всяком случае сейчас мы ее разделяем. Это та материя, которая связалась определенным образом и у нее появилась новая функция – как бы думать, чувствовать, мыслить. Это не означает что у неживой материи тоже такого нет, просто для нас это разные совсем процессы. Мы просто атомы и все, определенным образом сложенные. И животные существа передают друг в друга генетический код, то есть всю старую информацию о предыдущих поколениях. У нас в генах заложена вся информация о наших предыдущих прародителях. О том, как они жили, какие у них были болезни, что у них происходило в жизни, чему они научились, все это передается, перерабатывается и создается у нас. То есть в нас есть вся эта мудрость поколений. Оно передается в генах и возможно и в состояниях атомов, каких-то энергиях, что еще не изучены. И если раскручивать вот эту мысль

дальше, то по сути у нас есть информация от начала времен, потому что мы созданы из одной точки, из которой создано и все остальное, из точки начала взрыва. Сейчас, если вы пьете воду, скорее всего, в ней есть какие-то бывшие частицы динозавров, а если мир устроен как фрактал и информация тоже хранится на самых мелких уровнях, то из этих частиц вы можете узнать, как жили эти динозавры. То есть в этой частице была заложена информация об этом динозавре, и вы ее выпили, вы с ней взаимодействуете, вы получаете из нее информацию. Это уже из разряда фантазии, тут нет никакого научного подтверждения, но есть вероятность, что в какой-то степени это так и устроено, так как фрактальность процессов присутствует слишком плотно в нашем мире.

Подсознание уже знает все, вопрос – спросим ли мы. Оно может узнать на примере клетки. То есть все уже внутри, на уровне каждой клетки заложена информация о других клетках и всем нашем организме и вопрос – насколько мы правильно задаем эти вопросы и какая информация нам действительно нужна. Потому что, если мы всю информацию получим – мозг взорвется, нам это не нужно и мозг этого просто нам не даст, он не такой глупый. Поэтому, он дает то что считает нужным, что создает нам в том числе проблемы, чтобы мы могли получить опыт, научиться. Как говорят, когда вы молитесь богу, о том чтобы преодолеть какие-то трудности, он дает вам испытания, потому что вы должны научится с этими трудностями бороться. Тут то же самое.

### Природа.

Это опять про то, что все есть внутри, все есть в природе, мы устроены так, как устроена природа, мы можем посмотреть на то, как мы существуем и из этого делать выводы, что-то создавать копируя существующие процессы и принципы. Мысль о том что мы чего-то достигнет может быть лучше, чем сама награда, то есть важнее предвкушение получения, то что формируется у нас в голове, а не реальность. Это уровень нашего мышления, мы всегда к чему-то стремимся, пытаемся получить какую-то награду, но на самом деле, то как мы о ней думаем, то как мы представляем что получим что-то, для нас всегда приятней. То есть мы стремимся всегда к процессу, а не к какой-то конечной цели, к процессу какого-то движения. Если мы считаем, что нам нужно сколько-то денег для счастья, когда мы будем думать, что если эти деньги будут у нас, мы будем ощущать себя счастливее, чем на самом деле в том момент, когда мы деньги получим. Потому что когда мы поймем, что что они у нас, нам нужна будет новая цель, а значит нам опять чего-то нехватает, что именно это закроет все наши потребности, все у нас сейчас станет идеально. И каждый раз когда мы до чего-то доходим, наша планка двигается и конечной точки просто не существует, именно поэтому сам процесс всегда важнее результата. Поэтому, движение, то как мы думаем, это и есть наш мир, он важнее для нас, чем реальные достижения. Мы живет нашими целями, образами будущего, а не тем что получили в конкретный момент.

Вирус, который управляет мозгом, знает, как он работает. Даже мы сами не знаем как работает мозг и что нужно сделать с ним чтобы человек выполнил какие-то команды или чтобы организм их выполнил внутри, а вот вирус знает это. подумайте только , что какой-то безмозглый вирус, у которого не может быть мышления, знает о том как работает наш мозг больше чем мы сами, хотя он даже не часть нашего организма, он сторонний наблюдатель. Он знает, как сделать так, чтобы хозяин съел что-то, как

заставить двигаться мышцы или что угодно. Паразиты создают желание мышей искать кошек, заменяют страх от обоняния на интерес, причем именно на запах кошки. Даже наши текущие знания лучших ученых не могут так управлять мозгом мыши. Мыши в данном кейсе для вируса лучшие разносчики, а производиться вирусы должны именно в кошках. То есть растут внутри кошек, а чтобы распространяться, нужны мыши, а значит съесть должен не ястреб и не кто-то иной, кроме кошки. И вирус приспособился так, что он действует на мозг мыши и заставляет ее идти в пасть именно кошке, так как она нужна самому вирусу для развития и ему надо попасть в кошку из мышки. На остальных животных это не действует и в итоге мышь попадает в пасть кошкам. Это про абсолютное знание мира вокруг. То есть в нас живут микробы, они взаимодействуют с нашим организмом, влияют на наш организм и на мозг. Пока во всяком случае не открыты те микробы, которые прямо управляют всем человеком, но есть огромное количество разных паразитов, которые действительно управляют тем животным, в котором они сидят и вот это пример, это про то, как разносятся паразиты от мышей через кошек. Мыши — это чисто разносчики, а живут они в кошках. Это только один пример, а таких паразитов огромное количество и их способность управлять более сложным организмом поражает.

### 13. Все ресурсы есть внутри\_бактерии

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/15QwMApPLxXmLVCQLzBhQCmVHSwKed2S/view?usp=sharing>

Очень много всего в организме у нас завязано на вирусах, микроорганизмах, которые сидят в нашем теле и вместе с нами на самом деле регулируют наш организм. Они живут в симбиозе и естественно, если им что-то будет не нравиться, они будут портить нам жизнь. И есть обратная сторона — очень много довольно сильных вирусов, которые не только распространяются за счет того, что живут где-нибудь в кишечнике, в других органах и подобных местах, и которые, например, управляют существом через мозг. Я сейчас не могу привести пример подобных вирусов у человека, которые бы полностью управляли поведением человека, а не косвенно, кроме, может быть каких-то случайностей, когда человек начинает заболевать и у него появляется шизофрения или навязчивые идеи. Он начинает творить непонятно что, но это не конкретные действия, которые ведут человека к какой-то конечной цели.

А есть вирусы, которые конкретно управляют мышлением и вот это удивительная вещь, удивительный факт, который как раз много говорит, о том, что вся информация, которую мы можем получить, она уже есть на самом деле внутри. Она уже где-то заложена и размышления о том как передается информация, как мы ее получаем через взаимодействие с окружающими нас частицами, становится уже не такой фантастичной. Есть много вирусов, которые, например, подселяются в насекомых и начинают ими управлять, создают у них какие-то дополнительные отростки на теле, начинают двигать их в какую-то определенную сторону и таких примеров очень много, можно залезть в интернет и поискать информацию об этом.

Есть один из вирусов, который влияет на мышей и кошек и это очень примечательная и важная история. Через мышей эти вирусы распространяются, они разносчики. А живут они в кошках, то есть их носитель, в котором они хотят жить, в котором они хотят размножаться и то существо, которое для них пригодно для жизни – это кошка. Задача вируса – попасть в кошку, тем самым они вырабатывают какую-то стратегию, как попасть из одной кошки в другую. Это то что мы рассматривали выше. И есть стандартные всякие варианты вирусов, это, например, тот который передается воздушно-капельным путем и то что мы чихаем, кашляем, это необязательно связано с тем что у нас что-то раздражается внутри, вполне вероятно, что это на самом деле выработанная реакция этими вирусами, чтобы мы их сами распространяли. Они программируют нас на эти действия, потому что, если мы начинаем чихать, мы чихаем на расстояние метров 20 и тем самым мы начинаем распространять те вирусы, которые развивались в нас, на других людей. И это наиболее быстрая возможность перейти от одного человека к другому, поэтому с точки зрения вирусов, очень выгодно и умно создавать для нас какой-нибудь першение в горле или щекотание в носу, для того, чтобы мы начинали чихать, кашлять. И в основном это все сводится к тому, чтобы мы передавали вирус другому человеку. Но представьте, что вирус заразил человека и у него ничего такого не происходит, вот он живет как живет, не чихает, ничего а вирусу надо распространиться, а человек не сильно-то взаимодействует с остальными, он переходит на тех людей, с кем у него какой-то очень близкий контакт, но таких людей не очень много и это замкнутая цепочка. Человек, у которого близкий контакт с другим человеком, это пара или дети и у них контакты между собой, они не пойдут облизывать другого человека или постоянно кого-то целовать. И поэтому, для распространения нужны какие-то подобные методы и все вот эти дискомфортные истории, которые происходят в нашем организме, они происходят не просто так. Вирусы вызывают дискомфорт для того, чтобы каким-то образом распространиться, мы сами вызываем температуру, для того чтобы убить вирусы, для того, чтобы расширить кровоток, для того, чтобы легче добираться быстрее, курсировать по всему организму. И все это взаимосвязанные логические процессы, то есть это не какой-то там неправильный мир, в котором люди болеют и чихают, это понятное приспособляемость жизни, понятная логика. И вот возвращаясь к вопросу о мышах и кошках, вирусу нужно переходить от одной кошки к другой, но передача через кошку довольно слабая, и вирус придумывает способ перейти через еду. Это один из популярных способов и в данном случае вирус выбрал мышей. Если бы эти вирусы убивали мышей, это было бы невыгодно для вируса, потому что кошки вряд ли бы все это доедали, им интересно охотиться, им нужна живая здоровая мышь. Поэтому они нормально себе существовали в этих мышах и кошки на них охотились, поедали и соответственно, заражались, а потом уже вирус жил в этой кошке. Мыши бегают везде, поэтому они хорошие распространители, они хорошие контейнеры для этих вирусов, при этом была еще одна проблема. Мышей едят не только кошки, а и остальные. Но не выгодно вирусу чтобы эту мышь съел кто-то еще, например, ястреб, и поэтому паразит создавал состояние, при котором страх мыши, когда она чувствует кошку заменялся на интерес. И при этом вот это изменение происходило только на кошке и у мыши перестраивался мозг, то есть она сознательно шла к кошке, для того чтобы та ее съела и передала эту болезнь. При этом, если мышь не чувствовала кошачий запах, на всех остальных хищников она реагировала нормально и начинала убегать. Например, если вдруг она почувствовала, что где-то какой-нибудь ястреб, она начинала прятаться. Все остальное у мыши было стандартное. И это даже представьте себе сложно, как вообще возник этот процесс,

такой, где какие-то микробы, у которых нет никакого мозга, нет интеллекта, вообще ничего нет, это просто элементарные существа, создают такую сложную логику распространения, все очень хорошо продумано и при этом они еще и залезают в мозг мыши и меняют там настройки таким образом, чтобы она реагировала положительно на запах кошки. И если просто дать мышь сейчас нашим ученым и сказать сделайте так, чтобы она всегда к кошкам шла, чтобы не испытывала страха, а испытывала какое-нибудь воодушевление, интерес, я так думаю, что никто это и не сделает. Наверное, над этим будет работать огромное количество людей, нужны огромные бюджеты для того, чтобы это реализовать. Нажать куда-то на мозг и выделить какой-то там химический элемент рандомно практически невозможно. А даже если представить что вирус когда случайно реализовал такой процесс, чего быть не может, он бы не передал эту информацию остальным, так как у вируса нет таких способностей, он слишком просто исполнен. Во всяком случае так мы думаем. Но тем не менее он может делать то, чего не можем мы и объяснение тут приходит в голову как раз то, что вся информация есть, мы можем ей пользоваться, но надо знать как. То что это просто эволюционный процесс и вот эти бактерии, паразиты случайно нашли вариант сделать, так чтобы повлиять на мозг, и он интересовался кошками не вероятно с любой стороны, кроме как если есть еще другие информационные блоки и правила развития природы, которые мы не знаем, либо отрицаем на текущем уровне развития. Но если смотреть на случайность, то это абсолютно невероятная история, это должно быть преднамеренное действие и это должно быть понятное действие, а даже если бы это случайно произошло, вот этих вот повторений и случайностей должно быть очень много, чтобы эти паразиты научились так делать потом. Плюс к этому они еще должны научиться передавать информацию, должны как-то к этому привыкнуть, это все равно мышление. И уровень этого действия настолько интеллектуально высокий, что непонятно откуда вообще берется этот процесс. Как могли мелкие микробы, которые ничего не понимают и у которых нет мозгов научиться управлять чужим мозгом, когда мы сами этого делать не умеем. И такой кейс, не единичный, то есть паразиты часто меняют мышление других животных или насекомых и тут не важно, на самом деле, кого, потому что мы так сами делать не умеем. А бестолковые микробы умеют. И откуда они эту информацию берут, каким-то образом они это научаются делать, у них есть какой-то мозг и они сами думают или это просто какие-то инстинкты, которые берутся непонятно откуда, из какого-то информационного поля, из генома, из связок клеток между собой, чего угодно, но это поразительный факт, который говорит о том, что достать информацию откуда-то можно практически любую, потому что они это делают, они это умеют. И если дальше продолжать историю про эти бактерии, то это вообще удивительные существа, которые создают пандемии, потом резко уходят. Многие пандемии просто исчезли сами, не потому что мы их вылечили или побороли. Они просто пришли, кого-то покосили и ушли. Есть исследования на тему того случайные они или не случайные, может это определенная регуляция в обществе и в этом есть какое-то правильное направление мысли, потому что регуляция должна происходить извне, за какие-то проступки или нет, неважно, главное, что логика в управлении массами людей, других животных все равно у системы есть. Понятно что вирусы созданы не для того чтобы регулировать популяцию людей, но это скорее всего один из критериев их появления. Я не говорю сейчас о планете, которая всё это контролирует, но есть система, которая работает совместно и вся взаимосвязана друг с другом и она саморегулируемая. И опять если говорить про эти бактерии, то они учатся распространяться правильно, например, появляется какая-то болезнь, которая убивает

людей, вот прям косит, выкашивает. Что дальше будет с этой болезнью? Нормальное ли это поведение? Это глупое поведение с точки зрения вида, с точки зрения развития, потому что, если болезнь приходит, она живёт в людях и начинает их очень быстро и очень стремительно убивать, скоро этот вирус умрет, потому что как он будет распространяться и где он будет жить, он уничтожает свое жилье. И ему придется менять свое поведение и вирусы существуют и так и работают, они начинают как-то более или менее жестко нападать на организмы, чтобы создать резкое распространение на старте, а потом они все равно перестраиваются. То есть глобально для вируса самый положительный исход – это интегрироваться в организм на уровне какой-то просто связки, симбиоза и не доставлять нам такой дискомфорт и страх, который заставит нас охотиться за ними. Он может вполне себе превратиться в простуду. Потому что против простуды мы не будем выступать по всем фронтам.

Человек поболел ну и все, забыл про это. И таким образом сами паразиты могут жить в своем носителе много времени и передавать себя очень просто, ну, например, сделать так, чтобы человек чихал. Вот если он будет чихать, это не будет сильно напрягать, ну почихали все люди, они не задумываются об этом, они не будут травить и охотиться на микробов из-за этого и не будут умирать носители и не будут прятаться друг от друга, создавать какие-то препятствия для их жизни. И это вот то, что происходит сейчас, например, с текущим вирусом и это логичный исход, он стал проще, быстрее распространяться и меньше приносить вреда, потому что так он может выжить, так не создается столько препятствий для него, для его жизни. А сейчас еще раз задумайтесь о том, что это какая-то маленькая букашечка, у которой нету ни мозгов, ничего, никакого интеллекта, они не развиты как мы, они далеко не люди, у них вообще нет ничего, по меркам понимания современного человека, действуют так сложно. И они способны к таким сложным информационным идеям. А есть еще вирусы СПИДа и ВИЧ, которые меняют нас на генном уровне и их влияние еще более сложное, чем введение на мозг, так как на этом уровне мы еще меньше понимаем и это еще более сложный процесс. А бактерии залезают к нам в геном и заставляют организм производить тебя вещества, которые нужны вирусу, чтобы прятаться внутри нас и спокойно там жить. Можно сразу уйти в размышления о том, что это просто реакция, это не мыслительный процесс, как у человека, это просто приспособляемость, просто реакция на какие-то изменения во внешней среде, то есть это тупая машинная реакция, но какая разница, в чем различия между этим пониманием, которое как бы у нас есть и этой тупой реакцией, если эта тупая реакция в итоге заворачивается в сложный информационные процессы. Обдумываем мы это или мы сразу получаем сигнал из подсознания и действуем – разницы никакой. Вся наша мыслительная деятельность сводится к тому, что подсознание отдаст нам эту информацию или нет. Мы ничего не придумываем, у нас нет такого, чтобы мы копались в информации, и наша логика к чему-то пришла. Мы копаемся и приводим дорогу логики к ответу от подсознания и все. Более того, если посмотреть на исследования нейробиологов, то они вам скажут что мы принимаем решение за несколько долей секунд до того как это осознаем, то есть сознательно мы вообще не делаем выбор. Хотя теоретически мы можем выбрать и что-то другое, пойти против первого сигнала, но если и можем, то крайне редко. То есть наше мышление, ничем таким суперспособенным не отличается, оно гораздо сильнее в том плане, что мы уже захватили весь мир и управляем всей системой, больше чем любое другое живое существо, если опять же не рассматривать бактерии, которые непонятно вообще, что делают. Но формально, мы мыслим, и они мыслят. Вся структура и система наполнена разумом и это и приводит к той идее,

которая тут разворачивается, о том, что все есть внутри, вся информация, которая есть, она уже существует.

## 14. не к чему стремиться

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1NEOooZEQfccJhla6XBH\\_Uym7TB1NftAf/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1NEOooZEQfccJhla6XBH_Uym7TB1NftAf/view?usp=sharing)



Следующая часть в природности и фракталах – это "все уже есть и стремиться не к чему". Так как все состоит из подобных процессов ничего нового практически не придумывается, вы не можете выдвинуть какую-то идею, которой еще не было. Все, что человек придумывает, уже когда-то кто-то говорил и все это по большей части какие-то старые вещи, это не какие-то новые изобретения. Даже если мы говорим о каких-то новых бизнесах, технических открытиях, можно либо заметить, что об открытии кто-то уже говорил, просто другими словами или чуть по-другому это понимал, либо в то время это не смогли реализовать В бизнесе зачастую кто-то давно уже делал то что вы хотите и вопрос о том вырастет ли компания до каких-то невероятных размеров – это скорее вопрос управления, чем самой, как таковой идеи. Если посмотреть на большую часть лучших компаний, они вырывались вперед не из-за того что им вдруг пришла гениальная идея, а из-за того что они упорно ее

реализовывали и выполнили на высоком уровне. И соответственно, если мы говорим в каком-то глобальном плане, то по большей части стремиться не к чему. Человек пытается всегда что-то изобрести, всегда быть первым, а первым у него быть просто на самом деле не получится. И главное, что это и не нужно. То есть все мысли, открытия, все, что происходит нового, уже есть в системе, оно уже высказывалось, и уже где-то существует в другой форме. Мы просто этим можем пользоваться, стремиться не к чему. Конечно, это не про то, что действительно некуда идти, нечего делать. Зачастую, важен больше процесс, чем результат. Как мы уже обсуждали, у человека на уровне мышления, на когнитивном уровне, больше воодушевляется тем, что ему предстоит получить, чем самим результатом. То есть, когда человек к чему-то стремится, когда научный сотрудник что-то изучает или, когда бизнесмен создает свой бизнес, самое важное – это создание, процесс этого творения, процесс пробы. А результат это уже не то, чтобы что-то прям интересное и важное, потому что как только мы получили результат, нам больше этот результат особо и не нужен. Вы уже добились чего-то и вам нужно направление, нужно двигаться, нужно куда-то идти, новые цели, для того чтобы жить и наслаждаться этим процессом. А целей никаких нет, вы уже все получили что хотели. И из-за того, что мы преувеличиваем вот радость от достижения и в том числе из-за того, что мы на самом деле понимаем, что сейчас мы этого достигли, но не понимаем дальше что? Мы не понимаем куда идти дальше, а начинать с нуля тоже не очень хочется, даже если у вас есть какие-то новые идеи, то приходит частично некое разочарование, поэтому процесс получения, чуть ниже, чем процесс действия. И это тоже про то, что стремится вроде как не к чему, ничего особенного создать нельзя и на самом деле есть какой-то человек на этой планете или нет, даже если он должен был изменить сильно жизнь людей, не особо важно, ведь его миссию исполнит другой, все равно изменение и событие произойдет каким-то определенным образом, от нас в этом плане не сильно что-то зависит. И при этом от нас может зависеть очень многое и тут есть опять это расхождение на полярности. Даже много лет назад в институтах мы изучали понятие того, что, если у вас есть какая-то идея в бизнесе, вам нужно начинать реализовывать ее очень быстро, потому что в течение 2-3 месяцев эта идея появится у кого-то еще и тут уже вопрос – подготовитесь вы к этому конкурентно или нет, обгоните вы этого человека или нет, кто будет первый, кто выйдет на рынок. На рынке важнее всегда кто первый – кто первый вышел, о ком первом узнали, о ком сформировалось какое-то мнение, тот и лидер, но тут нужно понимать, что быть нужно не просто самым первым, а в нужный момент первым, потому что самые первые забываются совсем, они что-то пытаются и их компании не вырастают до нормальных размеров, чтобы их вообще запомнили. А уже следующие игроки там борются за первые места, то есть когда идет вторая волна того же самого, то система уже более менее готова к изменениям, а когда идет первая волна, система только узнает о новых возможностях, поэтому первым важно быть среди второй волны, когда вас могут принять. Понимание подобных процессов у людей было не сформировано на большой массе, то есть люди отвергали такие мысли в каких-то профессиональных кругах. Тем не менее уже тогда это было правилом менеджмента – если у вас появилась какая-то идея, реализуйте ее, начинайте, потому что кто-то может выйти первым. Если касаться еще бизнеса, тогда тут есть отдельная опасность того, что кто-то вас может обогнать, конкурент может об этом просто заявить, что это он что-то новое на рынке сделал вывести в свет не до конца готовый продукт и если он сделает это плохо, то на ваш продукт тоже будут смотреть с негативной точки зрения. Без этого человека вы могли куда-то выйти, а с ним – и он провалился, и вы. Это

история, про то, что все есть в системе, система готовится, система меняется и создаёт что-то вне зависимости от того, что думаете вы. То есть, если не вы, кто-то еще будет на вашем месте. Тут нет этой героической истории, что один человек герой и только он сможет совершить какой-то прорыв, какое-то открытие и что-то создать. Практически все открытия создают одновременно по несколько человек, в том или ином виде, так как система не полагается на один элемент. И это происходит примерно на одном временном отрезке. То есть информация, действия, они уже есть в системе. Система выбирает проводников того что нужно привнести в мир – идеи, бизнес, действия. И кто-то обязательно найдется, вернее определяется заранее. Есть определенная судьба, психотипы, которые подходят к этому или не подходят и они это подхватят. То есть понятно, что какая-то идея и открытие не будет приходить всем вообще, это какая-то избранная группа лиц, а какая-то другая идея будет приходить другой избранной группе лиц и у каждой группы есть свои идеи. И если вы подойдете в ту группу, которая должна что-то изменить важное с нашей точки зрения, то вы можете что-то создать, привнести, у вас будет совершенно другая реализация, нежели у других людей. Но тем не менее, это что-то, что уже существует в системе, это не что-то совсем новое. И если копаться во всем этом новом, то это зачастую уже давно забытое старое. Тоже самое, что мы обсуждали на примере искусственного интеллекта – это попытка сделать то, что делает мозг, только на механическом уровне. И если даже человек начинал этот процесс изучения процесса мышления искусственного интеллекта с какой-то другой стороны, то все равно это сводится в итоге обратно к тому как же думает мозг, как он принимает решения и как существует. Из всего этого выходит позиция того, что на самом деле никого не надо спасать. И ничего особенно не нужно добиваться, все в системе есть, оно в каком-то уравновешенном состоянии, добро-зло оно словно тоже уравновешено и это части разнонаправлены, которые должны быть. И менять это особенно не нужно, потому что оно просто так живет, и если мы начинаем пытаться что-то изменить глобально, либо без нас это все равно изменится, либо наши какие-то глобальные вещи, которые должны происходить и мы считаем, что мы поменяем направление мира и вот он будет двигаться теперь только туда, это ошибочная мысль и это больше уже к части про колебания, о том, что все движется и вперед и назад, соответственно, если вы чего-то создаете, например, большую компанию, эта компания потом все равно закроется. Если она не закроется, тогда она изменится и весь ее формат поменяется. Вы создавали компанию, которая делает принтеры, а потом она начала делать автомобили и это уже не ваша компания. Вы ее создавали и при вашей жизни она процветала, потом следующее поколение, допустим, ее тоже улучшил и еще одно поколение, но какое-то ее все равно провалит. То есть нельзя что-то сделать навечно и полностью перевернуть мир, он все равно откатится обратно. Если вы стали правителем какой-то страны или даже правителем потом всего мира и создали какую-то супердиктатскую систему, в которой все контролируется и все продолжают контролировать ваши дети, внуки и т.д., все это тоже вернется обратно. То есть либо они сами откажутся продолжать эту идею, либо их свергнут, но все равно все это это прокрутится, и вернется в предыдущее состояние, а потом опять пойдут в ту сторону, от которой уходило. Не будет чего-то, что создано и живет постоянно, не меняясь. Если мы посмотрим просто на историю, сейчас не будем оценивать тех людей, которые внесли какой-то вклад и изменили мир, и мы считаем, что они очень сильно на что-то повлияли, можно посмотреть на людей, которые были в истории ранее и чего они хотели добиться. И я говорю, в первую очередь, о каких-нибудь царях, императорах и прочих. Все империи разваливались, все попытки

хватить весь мир или создать какую-то новую систему жизни, мышления, ценностей, все это менялось, откатывались обратно и всё их достижения превращались в прах, поэтому смысл создавать что-то навечно отсутствует. Потому что это поменяется, во-первых, и во-вторых это в принципе не нужно, система развивается только когда она движется, а не когда она статична. Конечно, любые изменения и события обучаются системе, после того как она перешла в состояние супердиктатуры И откатилась обратно, она не будет уже прежней, у неё будет новый опыт и потом она пойдёт другим путём, уже не будет такой же диктатурой, но принцип останется, она всё равно будет колебаться по ходу движения, просто обложка будет отличаться И нам может казаться что система сильно изменилась в принципе. Если вы понимаете, что чего-то вы начали создавать, то через какое-то время это кто-то тоже начнет создавать. Вы можете сделать это сами, можете подождать пока этот человек это сделает и оценить результат в первых совсем рядах, а если это уже вторая волна и от этого зависит успешен ли будет этот проект, то нужно начинать двигаться активно самому. Зачастую, когда нам приходит в голову что-то "гениальное" и совершенно новое, нужно оставить эту идею в покое, потому что идея как говорят, должна часто отлежаться и то, что нам приходит в голову, те мысли, которые нами движут, то, что мы хотим привнести такого революционного, обычно не приходит сразу. За то время пока идея будет отлеживаться, вы сможете додумать точнее её реализацию, узнать готов ли мир к её воплощению и посмотреть насколько тренды будут двигаться именно к ней, а за это время желательно просто готовиться к тому, чтобы её реализовать, то есть изучать литературу, готовить инфраструктуру, описывать процессы и т.д, тогда, как только нужное время наступит, вы будете по-настоящему готовы. Если люди не готовы это воспринимать на текущий момент, при этом через вас, через других людей, эта идея будет просачиваться, она будет постепенно проходить в мир и готовить массу людей к какому-то изменению и вот уже через какое-то время можно будет создавать новый заряд, который будет двигать систему в определенном направлении, систему которая готова у такому движению, но это будет происходить не сразу. Эта часть фрейма не про то, что действительно нужно повесить нос и ничего не делать, это про то, как развивается система, что в ней будет происходить, как на нее смотреть, как видеть вот эту зависимость, как готовиться к ее изменениям и видеть те части, которые вам недоступны. То есть, вы можете думать, что это пришло только вам в голову, а на самом деле вы уже можете понимать, сколько людей об этом подумало и вы сразу можете понимать, реализуется это сейчас или через какое-то время, в зависимости от того, насколько часто эта идея уже фигурировала в открытом информационном поле. Нужно учиться чувствовать мир, информационные потоки. И если продолжать смотреть на эти части по бизнесу, отношениям, здоровью через этот фрейм, то в бизнесе можно просто копировать, не обязательно что-то изобретать, просто есть огромное количество бизнес моделей и направлений бизнесов, которые существуют. По сути вы просто берете и составляете из кубиков новую модель, для мира она может быть в чем-то новой, но по факту, это не то, чтобы что-то революционное, вам не нужно придумывать что-то, чего никогда в мире не существовало. Вам нужно просто посмотреть, что есть и из этого что-то сложить. Все уже есть вокруг и ничего нового вы не привнесете, но посмотрев со стороны, можно сделать что-то совершенно новое из того что уже давно существовало.

**Отношение.**

Нет ничего нового, нужно лишь наслаждаться, незачем куда-то бежать и надрываться. Во-первых, не нужно пытаться создать какие-то идеальные отношения. Отношения у людей всегда были и будут, они просто есть, это стандарт. И они примерно одинаковые. У всех все по-разному, как говорят, счастье у всех одинаковое, а проблемы в каждой семье уникальны, но по факту и проблема-то более или менее одинаковая – непонимание одного человека другим. И нежелание действовать, когда есть какая-то проблема, попытка сбежать от проблем. По сути это все за чем надо следить в отношениях. Во всем остальном, отношения примерно одинаковые, не нужно стремиться непонятно к чему, нужно просто этим процессом наслаждаться. И над этим не нужно надрываться, пытаться слепить неизвестно что, так как создавая в голове идеалы, то чего нет, можно ещё сильно разочароваться, что реальность не такая, как вы нафантазировали, а реальность во всём всегда отличается от наших фантазий. Отношение – это как раз то, о чём вы не должны сильно думать, в идеале. То есть вы должны их выстроить, вы должны все это принять и должны просто жить. И когда вы занимаетесь развитием каких-то отношений, это должно быть в плюс, то есть если вы постоянно мучаетесь от того, что вы их выстраиваете, это не отношения, это мука. Если вы ими занимаетесь и вам это с какой-то стороны еще и интересно, то это уже в плюс. Понятно, что любые отношения это все рано труд, там все равно есть негативные стороны и у всех они всегда существуют, вы можете забыть о идеальных отношениях, которые нам показывают по телевизору, ведь жил лишь картинка, такого никогда не бывает, но опять же, не нужно от них избавляться совсем, потому что иначе это тоже будет однобокая система, которая будет разваливаться. И конечно не нужно возводить это в какие-то непонятные структуры, к которым нельзя дойти, считать что это самое важно и бросать туда Все усилия, так как если система неравновесная, а перекаивается в какую-то сторону, она не будет являться стабильной и сильной. Все в нашем мире – это наше мышление. Любовь – это эмоции, совмещение наших мыслей, ценностей и их отражение. По сути, человек, который рядом с вами и ваши отношения — это отражение того, что у вас в голове, оно просто уже есть и все. С этим опять же не нужно бороться во внешнем мире, так как отношения не снаружи, они внутри, вы сами выбираете их и выстраиваете в систему. Вы это транслируете и притягиваете этих людей, вы создаете эти отношения и нужно быть откровенным к своим мыслям, убеждениям и ценностям. Люди, которые нас окружают просто должны в этом совпадать и тогда все это будет работать в плюс, вы сможете наслаждаться отношениями. Если они не совпадают, это может нас развивать, потому что создается конфликт и создаются новые точки зрения, новые мысли, новые движения, но все это у нас в голове. Никакого объективного понятия не существует, если у одного человека любовь – это одно, у другого – это понятие иное, другие ценности, другое понимание, другой набор каких-то структур, тут нет правого или виноватого. Есть одно мышление и другое мышление.

#### Политика управления

Политика и управление – это все процессы того, как мы думаем это должно быть исполнено. То есть там тоже нет конечных каких-то идеальных структур. Мы не найдём какой-то святой Грааль который нас спасёт в любой ситуации. Разные процессы требуют разных подходов, так как они находятся на разных уровнях развития, у них разный опыт и потребности. И все это меняется в один момент нужны одни составляющие управления, а в другой момент нужно другое. В какой-то степени все

знания для управления уже содержаться в нас, мы можем видеть их в других системах, если мыслить фрактально и важно подключать обратную связь, которая будет переоценивать ваши шаги, опираясь на реакции системы, также и сама система будет опираться на ваши действия и замыкать петлю обратной связи. То есть нет такого, что кто-то важнее, кто-то нет. Толпа всегда может управлять верхушкой, она может сделать все, что угодно. При этом управляет – верхушка, потому что толпа находится в подчинительной позиции. Но нет из них самых важных, все это выстраивание структуры на уровне информационных договоренностей. И лидер и толпа работают в связке, в петле обратной связи. То есть, есть лидер в собачьей стае, например, и он не пререкаем. На него просто не нападают. Его могут разорвать в один миг, если просто толпа решит это сделатт, и все, и его больше нет, и он ничего не сделает, он не сможет никак этому противостоять. Но этого не произойдет, потому что есть ментальная договорённость того, что система должна работать вот так, должен быть лидер, который не сильнее всех, но он всеми управляет и они позволяют ему управлять, это система уравновешенная.

### Электричество или карьера – это придумано.

Кажется что эти вещи придуманы человеком, изобретены и выведены, в обычном мире этого нет, но на самом деле, человек только трансформировал процессы и начал этим пользоваться. Электричество существовало всегда, всё что мы смогли сделать, это открыть его, то есть наши открытия, это лишь осознание того что есть вообще в мире. Карьера — это тоже штука, которая есть и существовала всегда, это опять же иерархия общества и живых существ, она всегда была и будет, животные всегда исполняли свои роли, трудились на стаю, но мы создаем какие-то ярлыки, чтоб обозначить что-то как бы новое. Мы создали карьеру, к которой нужно стремится, мы задали сами себе задачку, но этого в жизни не существует. Это полностью придуманная нами абстракция. Сама структура иерархия обучение, какие-то позиции – они были всегда, в тех же стаях, там тоже есть определенная карьера. Но вот это понятие, к которому нужно стремится, это уже что-то относительно новое, то есть оно придумано человеком, и мы за этим бежим. Мы создаём не явления, а цели себе, эфемерные понятия. Как и деньги, всегда был обмен, создали как бы что-то новое, деньги – это то, чего в мире не существовало, но на самом деле это тот же аналог обычного обмена, обычной договоренности. Хотя теперь мы верим в то, что это какая-то отдельная реальность, но ее на самом деле нет, это формальность, о которой мы договорились и она существует ровно до тех пор, пока все согласны на эту договоренность. Если большая часть людей скажут все, нам больше не интересно, денег больше нет, значит их разом больше не станет и их место займут другие деньги, другой вид обмена, так как именно так устроена система.

### Здоровье.

Здоровье у нас изначально отличное в детстве, оно уже есть, наши системы в организме функционируют на высоком уровне. Конечно дети рождаются и довольно больными, но всё равно наш организм адаптируется лечится гораздо лучше чем во взрослом состоянии, наша регенерирует гораздо выше. Дальше мы можем больше есть таблеток и меньше болеть, как бы, мы не будем так часто болеть потому что больше следим за тем чтобы одеться и помыть руки, но это не означает наше

здоровье улучшилось, а улучшается оно только если мы сосредотачиваемся на организме и развитии и даём такую же нагрузку как в детстве, поддерживая себя в форме. Идеальное состояние у нас заложено внутри, мы рождаемся уже с этой идеальной системой, которая может сама себя лечить, сама вырастать, сама себя контролировать, менять любые процессы в организме, лечить любые или практически любые болезни, и его не нужно как-то пытаться доработать, докрутить, придумать что-то новое, что-то изменять, он уже есть, и находится в идеальном состоянии, а дальше мы можем это ухудшить, либо сохранить свои способности и правильно пользоваться тем что нам дано изначально, чем можем и улучшить здоровье.

И это касается не только физического, но и ментального здоровья, того как мыслит человек, когда он рождается. Он рождается и использует свои возможности на очень высоком уровне, на том, к чему мы стремимся в идеальном случае. Потому что маленький человек отлично все помнит, он постоянно учится, у него нет такого, что он что-то не смог и он это сразу забрасывает, он стремится, действует, он, в нашем понимании, в какой-то степени, идеальный управляемец, если мы ему не мешаем и чуть чуть его направляем. Или идеальный сотрудник. Дальше мы начинаем учить маленького человека тому что он чего-то не умеет, есть какие-то правила и границы, уменьшая его возможности. И чтобы развивать себя, нужно просто следить за тем, что у вас уже есть. У вас уже есть идеальный организм, идеальная машина для принятия решений и обработки информации в виде мозга, вам просто нужно им управлять, а не пытаться придумать что-то новое. Конечно это не касается вариантов, когда человек родился без какого-то органа или у него какие-то сильные повреждения или еще что-то подобное. Нужны какие-то вмешательства и тут уже вопрос, как именно это делать.

## Развитие.

Вернуться к основам – это развитие. По сути, мы развиваемся колебаниями, которые мы будем разбирать чуть позже. Мы постоянно меняемся, сдвигаемся то в одну сторону, то в другую, находим себе других людей, у которых такие же убеждения. То есть наше окружение думает примерно так же и у них такие же ценности, как у нас, которые образуются по сути с рождения, это не что-то созданное, новое. И при этом, мы находим людей, у которых есть другие качества, которых нет у нас, противоположные, которые нас развивают и от которых мы в какой-то степени отказались в самом начале, развивая другие свои качества и направления. И мы движемся по нашему пути взросления. Все эти кризисы, такие как кризис среднего возраста, это контрольные точки нашей жизни, это стандарт развития человека. Например, дети и юноши должны быть более энергичными, более рискованными. Дальше человек успокаивается, у него становится меньше энергии, больше информации и это все не потому что он стал умнее, он перешел на какой-то новый уровень человека. И нам кажется что когда он был молодым, он был не таким развитым, а тут он вдруг поумнел, помудрел со временем. Это происходит не так, это просто изменение стандарта. Человек становится старше, он становится менее энергичным, у него появляется больше информации, его качества сдвигаются в другую

сторону и он становится более полезен в процессе наставления и направления движения молодых людей, потому что сам он двигаться так активно как молодежь уже не может, у него эта способность уходит. И он приспосабливается, начинает использовать то, что ему доступно сейчас, то есть огромный накопленный опыт и знания. А у юношей наоборот, у них есть определённый максимализм в суждениях, стремление, все это нужно для того, чтобы идти напролом и пробивать стены головой. Ведь если максимализма и определённой узости мышления не будет, он не сможет сосредоточиться на чем то одном и конкретном, а значит и не сможет без сомнений переть в одну сторону сбивая всё на своём пути. Если он будет думать широко, он вместо того чтобы проломить стену, начнет метаться и думать, а стоит ли, в итоге не выполнив своей миссии. Им нужно чтобы кто-то их направлял, кто-то советовал, потому что у них больше энергии уходит на то, чтобы бежать и что-то творить нежели сидеть и размышлять и они часть одной системы, они взаимосвязаны и не могут друг без друга. Одни молодые ничего бы не сделали, потому что они бы создали хаос, одни старики тоже ничего бы не сделали, потому что они бы просто ничего не делали. И эта система взаимосвязана, она такая, какая есть, и она в этом плане тоже идеально выстроена. И когда человек сталкивается с каким-то кризисом, это по сути его волна колебания, волна развития, где он поднимается наверх, доходит до самого верха и дальше его дорожка движется вниз по вот этому же пути. И тут он должен стремится к тому, чтобы все пошло в другую сторону, в сторону успокоения, в сторону поиска смысла жизни или чего-то подобного. Условно, он всегда занимался карьерой, а потом понял, осознал, что ему нужно заниматься на самом деле просто жизнью, просто жить. И это стандартное осознание. Пока у него есть много энергии и он может куда-то бежать, что-то делать, организм его куда-то двигает, он не может просто остановиться и сидеть, он в этот момент не может сесть и успокоиться. На него это будет давить, он будет в негативном и слабом состоянии, так как ему нужно двигаться. То есть может быть нужна не карьера, может быть ему не нужно было так сильно на этом заморачиваться и частично еще оставлять время на жизнь, но без этого движения он бы тоже в тот момент не смог. А потом у него начинает спадать энергетический потенциал, и он начинает думать – а зачем я все это делал, начинает страдать. Во-первых, он не понимает, как двигаться и это создает страх, во-вторых, он начинает думать о прошлом и думать о нем в негативном ключе, как будто он всегда шел в другую сторону, а теперь ему приходится менять курс, потому что он двигался не туда. Но на самом деле он всегда двигался туда, просто сейчас пришло время это движение поменять. Опять же потому что, если ты двигаешься всегда в одну сторону, у тебя нет развития, у тебя должна быть разнонаправленная история. Разнонаправленность – это про равновесие, про то, что есть всегда две части, движение и изменения – это про колебания, про то, как ты должен двигаться по этим разным направлениям. И из этого тоже выводится, что не нужно никого спасать, не нужно пытаться все это поменять. Людям, которые занимаются карьерой, просто нужно заниматься карьерой, это их жизнь, это их путь. Им с этим, на самом деле, нормально. Им будет сложно если они попадут в другую какую-нибудь ситуацию. То есть все это уже существует. И это определенным образом предопределено, является нормой, от этого не нужно спасать. Часто бывает так, что люди начинают говорить о том, что детям нужно девство, детям нужно чтобы они играли, чтобы они не занимались никакими особенными делами, нельзя их этого лишать, но очень многие люди, которые были лишены в этом плане детства, говорят, что мы не хотели бы это менять. То есть, с одной стороны, это действительно кажется чем то плохим для ребенка. Он чего-то там изучает, чему-то

учится, занимается спортом или чем-то еще, а с другой стороны, может быть это его путь, ему так комфортней. Может быть он не смог бы постоянно играть, ему бы было скучно, не интересно, это была бы не его жизнь и не его детство. Есть хорошая фраза из фильма, который называется «Восьмидесятые», когда два подростка сидели и один другому жаловался на жизнь и второй сказал, что у каждого есть скелеты в шкафах и если бы ты знал, какая жизнь у остальных, ты бы ни за что не захотел поменяться со своей, никто не захочет меняться скелетами в шкафах, а они есть у всех. Все в какой-то степени недовольны своей жизнью, у всех есть какие-то проблемы, у всех все не так, как это сейчас показывают социальные сети. И чем больше человек показывает, что у него все замечательно, тем, скорее всего, у него все плохо в реальной жизни. И этот переход от плохо к хорошо, это норма, стандарт и он необходим, это стандарт для развития и для каждого человека он свой. У тебя все плохо, но ты действительно не хочешь поменяться с другим человеком на его негативные переживания, потому что, как только ты начинаешь копаться в жизни другого человека, на которого ты смотришь с какой-то определенной завистью, ты начинаешь понимать, что у него-то есть другие проблемы и его проблемы для тебя неприемлемы, например. Мы проходим свои проблемы, так как они нам необходимы для развития, а остальные вам не нужны, они либо вас не разовьют, либо будут вам не по силам, не для вашего опыта. У тебя есть свои проблемы, которые тебе кажутся большими, но, когда ты думаешь, что ты еще другие проблемы получишь, и думаешь – это вообще не мое, не про меня и я не хочу такого. Это как люди думают, что миллионеры и миллиардеры, они потрясающе живут, постоянно отдыхают и ничего не делают, но на самом деле они пашут круглыми сутками и практически все люди, которые им завидуют, так бы просто не выдержали и не хотели бы такой жизни. Но они продолжают завидовать. А это все в какой-то степени так, как должно быть, и это фрейм про то, что стремиться не к чему. Все, что мы придумали, это копия, нет новшеств, но и нет окончательных решений и истины. Человек развивается и каждый раз думает, что уже знает что-то полноценно, со всех сторон, и не признает того, что нет в науке, а потом кто-то делает открытие наукаменяется и открытие становится нормой, а человек возвращается в эту петлю и считает что опять всё знает и всё что не подтверждается текущей наукой, не реально. Человеку кажется, что все, что уже открыто, все, что он уже знает, это всегда было и это норма и он опирается на те знания и те прописные истины и правила, которые написаны где-то в книжках, а потом все начинает меняться, вернее система то более или менее стабильная, меняется направление мышления этого человека. То есть у человека, допустим, было понимание, что его действиями движет бог, то есть существуют какие-то боги, духи, и они диктуют человеку, как ему действовать, у него есть определенная судьба и все считают, что это так, это прописная истина для этого народа, это где-то написано и это начинают передавать из поколения в поколение как факт. Потом кто-то начинает высказывать революционную идею, о том, что человек на самом деле думает сам и у него есть куча разных физических триггеров, к тому чтобы он действовал определенным образом. Он начинает размышлять о том, как физиология действует на принятие наших решений, как действует мозг, как человек в принципе адаптируется в нашем мире и все сводит к тому, что есть тело, есть процессы мышления и триггеры, реакции. Он находит какие-то закономерности, типа автоматических реакций стой-беги и человек делает выбор, в зависимости от психотипа и так далее. И вот у него совсем поменялось направление мышления, то есть это в какой-то степени для него определенная революция. Если мы посмотрим на два этих лагеря, те, кто думал, что

это бог и те, кто думал, что это мозг, физическое тело, это совершенно противоположные идеи, противоборствующие лагеря. И второй это развитый, а первый какой-то совсем неандертальский подход, непонятно, как в это можно было верить, и мы думаем, как вообще они до этого дошли. Почему они не видели каких-то логичных вещей, что мы сами принимаем решения, что это не боги и не мистика. Это мы делаем внутри своей черепной коробки. И нам кажется, что они там в древности были совсем глупы, можно было это уже давно открыть, а они всё продолжали верить в эту дикость. И наконец-то мы сейчас поняли, как работает наше мышление. Потом люди начинают сдвигаться к тому, что помимо всего того что происходит в самом мозге с физической точки зрения, всех этих импульсов, передачи определенных химических веществ и правил реакции живого существа на другого, есть еще и геном, а еще есть подсознание. И когда мы уходим в вариацию работы с подсознанием, мы начинаем понимать, что на самом деле наши действия, и решения принимаются не на уровне тела, каких-то химических веществ и общества, у нас есть подсознание и это гораздо более важная штука, которая в реальности принимает все решения за нас и потом мы даже узнаем, что подсознание принимает решение и осознаёт правильный ответ или нет за доли секунды до того, как это приходит в сознание. То есть мы в принципе марионетки и нами движет какая-то эфемерная штука, которую мы даже не осознаем, что это такое. Никто не может ответить на вопрос - что такое подсознание. И это не физическая вещь, ее нельзя потрогать, как-то доподлинно подтвердить или опровергнуть, но факт того, что это существует уже есть. И мы считаем, что мы куда-то ушли в другую сторону, мы опять сделали открытие, мы опять взломали систему, а по факту к чему мы пришли, к тому что нами управляет какой-то бог. Мы его переназвали в подсознание и довольны, как будто что-то новое сделали, что-то новое открытие, и теперь –то мы уже понимаем, что это никакой не бог, это теперь подсознание, совсем другая структура, которая уже не режет нам слух и с подсознанием вообще все замечательно. А отличаются они тем, что бога мы представляем себе каким-то существом, а подсознанием мы представляем не сильно существом, а чём-то еще. Ну и бог он один, а подсознаний вроде как много, на каждого человека по одному, но на самом деле этого мы тоже не знаем, а может быть и одно, с разными ответвлениями, мы опять же не знаем. Но так уже удобнее, это совсем что-то новое и совсем другое открытие. Подсознание оно наше, может мы его контролировать можем, можем договариваться, кто знает. А раньше мы как-то пытались молиться или договариваться, создавать какие-то ритуалы, то есть мы тоже шли на уступки с богами, мы анализировали, правильно мы поступаем или нет, договаривались с ними, приносили какие-то жертвы, то есть делали какие-то действия, для того чтобы показать, что мы не просто просим, мы еще и готовы действовать и тогда что-то менялось таким образом как и с подсознанием. Сейчас мы договариваемся и так же совершаем какие-то действия для того, чтобы поменять что-то у себя внутри и договариваемся с другой сущностью, с подсознанием. Раньше мы думали, что есть судьба и это какая-то мифическая история, это совсем какие-то сказки, магия и так далее, а сейчас мы обнаружили, что есть какие-то гены, и теперь мы считаем, что наше поведение, в том числе, вызвано тем, какие у нас гены. Они диктуют нашу будущую жизнь, то, как мы будем реагировать на какие-то события, чем будем болеть и какого партнёра выберем, то есть, это не совсем судьба, это уже вариация того, как мы будем реагировать на определенные события нашей жизни. Из этого и складывается наша судьба. Мы сделали открытие и это совсем не то же самое, что судьба, а по факту получается, что примерно то же самое. Что там у нас всё предопределено, что здесь предопределено.

Что раньше мы считали, что у нас все предопределено, но мы можем повлиять на судьбу, ее как-то изменить и пойти в другую сторону, что сейчас мы считаем, что гены определяют нашу судьбу, но мы можем что-то изменить и пойти в другую сторону. Но это совсем разные теории, два разных смысла. И мы постоянно делаем эти псевдо открытия, но они улучшают нашу осознанность. То есть сейчас мы пришли к какой-то мысли, сейчас уже написано, что нет никаких богов, нет никакой судьбы, вы должны это забыть, потом мы возвращаемся примерно к этим же мыслям на другом витке этих колебаний. Мы движемся вверх-вниз от мистики до логики и возвращаемся к исходному состоянию под другим углом и в этот момент у нас происходит открытие, мы как-то по-другому называем один и тот же процесс, начинаем на него по-другому смотреть, считаем, что это совершенно что-то новое и это помогает нам чуть больше в нем разобраться. То есть эти открытия не бесполезны, даже фактически ничего особо не изменилось, мы тем не менее развиваемся. Но откровенно говоря, понять, как мы действуем, когда мы и знаем, что такое подсознанием и знаем, что такие гены и знаем, как работает организм с точки зрения биологии, проще чем если бы мы думали, что этим всем занимается бог. То есть осознанности у нас вроде как чуть прибавилось возможно, а может быть мы построили себе новую иллюзию, привязали реальность к тому, что мы сейчас думаем. А реальность всегда просто привязывается к нашему уровню мышления. Но по факту у нас есть вот эти перевороты, это полезно, это тоже нужно делать и не нужно смотреть на какие-то приписные истины, все, что сейчас написано в учебниках - все поменяется, мы на все будем смотреть иначе – на политику, на взаимодействие людей, на психологию, на какие-то механические вещи, на физику, на все мы будем смотреть по-другому. И когда нам кажется, что вот где-то уже все изучено, это обманная мысль. Потом у нас совершенно поменяется взгляд, но если смотреть глобально, то взгляд не сильно поменяется, поменяется восприятие и угол зрения. То есть само событие, сама структура изменится не сильно, просто мы начнем еще по-другому на нее смотреть и создадим себе еще больше критериев и параметров каких-то действий. Многовариантность у нас вырастет. Ну а если смотреть на все это с точки зрения многих десятков тысяч лет, то все это совсем бесполезно, человечество все равно будет двигаться, вне зависимости от того, как мы себя поведем, что мы сделаем, потому что система все равно дойдет до того уровня, до которого должна дойти и если мы будем постоянно сидеть на этом земном шарике, то в итоге все равно все человечество вымрет потому что и планета не вечная. А если мы перелетим на другую планету, там, возможно, будут совсем другие правила, другая жизнь и другие мысли, наука, другое все, совсем другой мир, который не относится к тому, что мы делаем сейчас. И с одной стороны, все это неважно, с другой стороны важен сам процесс, сама жизнь, само движение, развитие. И нужно стремиться к этому, чтобы быть в процессе, чтобы погружаться в него полностью, ощущать и при этом пытаться не испортить то, что есть. И ответвление природы — это то, что нужно сохранить, все, что мы можем сделать для природы, все, что мы можем создать для нее – это просто помочь ей сохраниться на том уровне, на котором она есть. Даже все наши действия по подкормке почвы и подобных действиях, улучшения – это в том числе может быть негативный эффект с точки зрения развития, потому что если растения растет, у него какие-то не супер сочные плоды, но оно выживает в любой среде, вы начинаете его подкармливать, а оно становится слабее, становится менее адаптировано и дальше ему будет сложнее. Для нас плоды сочные и вкусные – это хорошо, а для растения и для выживаемости вида – это может быть негативным фактором, так же как нельзя подкармливать хищников например. Если начать

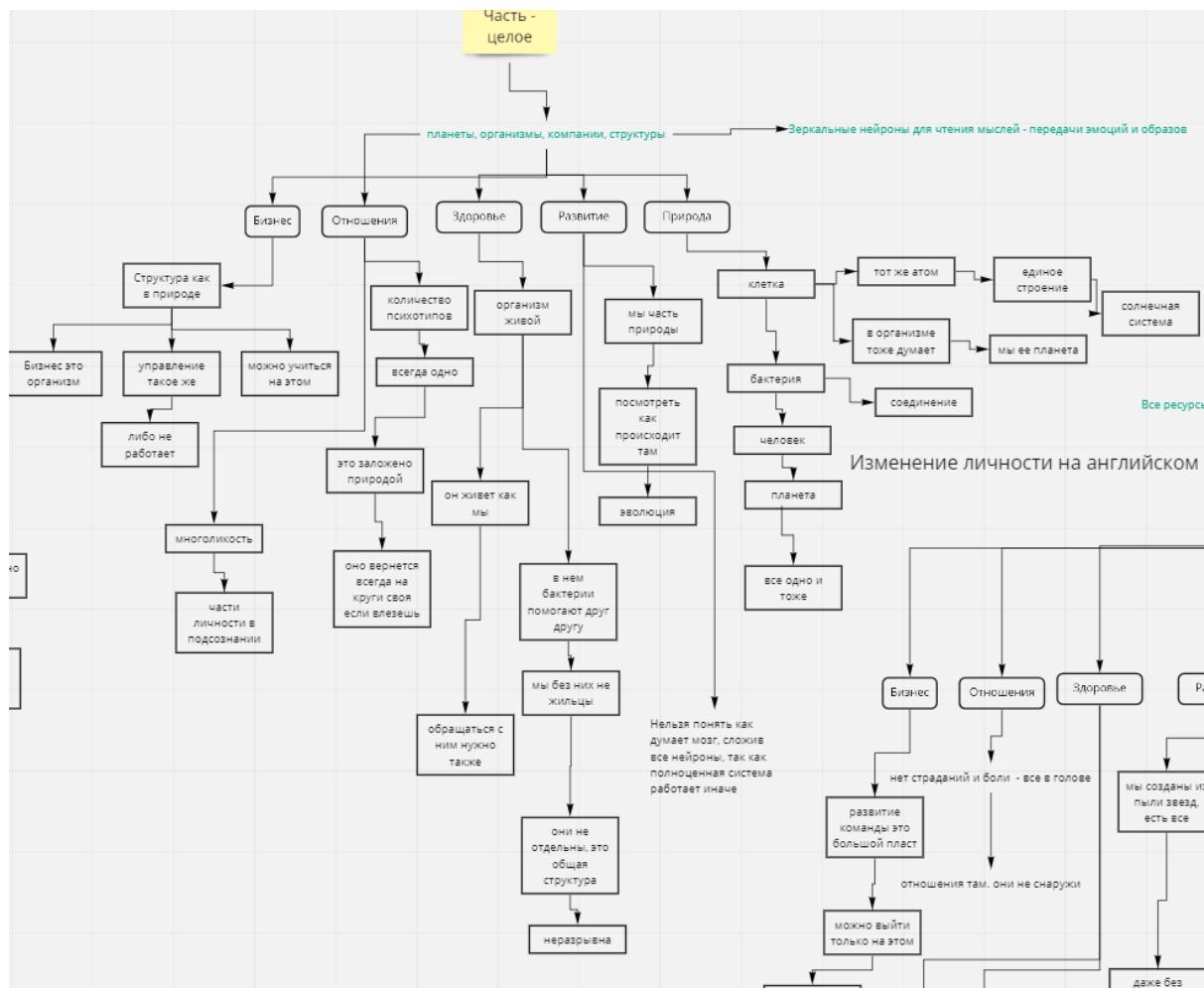
подкармливать хищников в живой природе в итоге это послужит им негативом, они станут слабее и их сможет кто-нибудь убить или могут просто умереть, либо не смогут охотиться и умрут. Все вот эти позитивные наши движения могут быть негативом, как есть понятие в НЛП "причинить добро", то есть постараться сделать что-то для человека, а на самом деле человеку это не нужно и это оборачивается потом боком, но и не делать ничего для людей тоже нельзя.

Люди не умнеют со временем. Нам кажется что люди становятся умнее, в древнем обществе они многое не понимали и верили в то, что мы считаем сейчас дикостью, но далеко ли мы ушли от них? Мы проходим гораздо лучше IQ тесты, мы быстрее разбираемся в технологиях, быстрее начинаем говорить и считать, но говорит ли это от том что человечество стало более развитым? На самом деле нет, это всё говорит лишь о том, куда направлены глобальные тренды. То есть вокруг нас везде интернет и огромная масса информации, из-за этого мы можем узнать гораздо больше, не не пользуемся этим в полном объеме, перестаём думать, начинаем мыслить клиповостью, то есть можем желать по верхам, но не видим полной картины и всех взаимосвязей. Если мы считаем что IQ тест очень важен, мы просто начинаем детей учить проходить именно этот тест и он становится в нём сильнее, но это не говорит о том, что он стал умнее на самом деле. В древности было не меньше мудрецов, люди понимали жизнь и отношения не на более низком уровне, может быть просто делали это более подсознательно. Мы всё ещё стремимся зарабатывать, хотя этот глупая цель и мы сами её себе придумали, что в будущем будем считать дикостью, мы всё также не развиваем всё общество, а занимаемся политикой, бизнесом или собой. Мы всё ещё не можем предсказывать результат своих действий, отношения не стали крепче и всё ещё ухудшаем жизнь на собственной планете, не делая ничего чтобы развивать друг друга и следить за природой, кроме действий, которые мы совершаляем в этом направлении в качестве рекламы. То есть базовые вещи какие-то в развитии и мышлении сохранились, мы просто начинаем выделять какие-то конкретные вещи в качестве важных и смотрим только на них, но база не меняется, она какая была, такая и осталась.

## 15. часть-целое 1

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1szD-GhNKjeCtCJuipZYPEj0RcrLSQDII/view?usp=sharing>



Последняя часть про фрактальность, это "Часть-Целое", то есть части в какой-то степени копируют целый элемент. При этом целый элемент из разных частей, это совсем другая структура, нежели отдельные части и это такой парадокс противоположностей. Планеты, организмы, компании, структуры – все это одно и то же, но все это одно и то же с точки зрения структур, систем и при этом это совершенно разные вещи, они по-разному работают, но у них есть одни и те же модели, одни и те же структуры и за счет этого мы понимаем вообще, как работают отдельные части. Для того, чтобы понимать, нам нужно иметь в мышлении схожести, одинаковые структуры. И это важный элемент про то, чем отличается фрактальность и схожесть.

**Схожесть** — это похожесть одного из элементов, то есть мы любой элемент, любую часть можем оценить с точки зрения похожести какого-то одного параметра. Фрактальность — это бесконечная повторяемость одного элемента в другом, они точно друг друга копируют. Фракталов не так уж и много в жизни, настоящих фракталов, но они есть, и они структурны. Мы говорим большие о структурах, то есть когда вы думаете о фрактах, вы меняете восприятие с какого-то отдельного элемента на целую систему, на похожесть всех принципов, на похожесть всей структуры. Не обязательно в данном случае говорится о точной копии, но схожесть структур — это то, о чем этот фрейм мышления. Если говорить в принципе об около идеальных фрактальных историях, то есть много всяких сложных вещей в природе, которые подвержены этой фрактальности, например, часто какие-то рисунки, какие-то-

структуры на листьях, или в каких-то растениях являются фракталами, там одна фигура в другой и создает новую большую фигуру, которая создаёт еще большую фигуру и т.д. Листья папоротника, у которого все меньше и меньше элементов, и они похожи на весь листок в принципе по структуре. Бронхи, которые мы говорили уже оценивают по фрактальности, то есть по похожести одной маленькой части на большую часть и чем больше эта похожесть, тем более здоровый этот орган. Есть удивительные истории про подход мышления фракталов ученых, например, в какой-то момент я узнал информацию про то, что ученые оценивают часто береговую линию по ее частям. То есть, посчитать длину береговой линии очень сложно, так как она сильно ломаная и рваная, она не какой-то там стандартный овал или квадрат, ее очень сложно посчитать, потому что она везде рвется на мелкие части и вот это все обводить, для того чтобы посчитать площадь, периметр, очень сложно. И в какой-то момент ученые поняли, что если взять определенную часть береговой линии, посчитать ее и потом умножить на величину других частей, то есть посмотреть, на сколько масштаб вот этой части, которую вы посчитали, отличается от полного масштаба острова, например, и перемножить их, то получится очень точное попадание в принципе в площадь и периметр всей вот этой территории. То есть, берут маленький элемент, маленькую часть, высчитывают какие параметры у нее, на какое расстояние получается какой периметр и какая площадь и просто масштабируют это. И результат таких вычислений очень точный и это не проходит под какую-то статистическую погрешность, в вычислениях это уже больше закономерность. Поэтому, чтобы оценить такие вещи, ученые используют этот метод. И с точки зрения логики, это кажется фантастикой, что настолько может быть большая схожесть, какой-то там кусочек земли описывает всю остальную землю, даже если вы ее не видели. Но оказывается, что это так и каким-то образом это работает, каким-то образом эти структуры выстраиваются в настолько похожие системы, что, можно посмотрев на одну, узнать, что происходит в другой. При этом, эта история противоречит принципам системного мышления, потому что в системном мышлении говорится о том, что вы не можете взглянуть на одну маленькую часть и понять, как эта часть взаимодействует со всей структурой и какие свойства это дает. И тут естественно это тоже правдивая мысль, то есть если посмотреть на части, на элементы например воды, то вы, когда сложите все эти части у себя в голове, не поймете, что вода мокрая. То есть система на большем масштабе, при слиянии разных вариаций элементов, получает новые свойства, которые не были видны до этого. Но структура все равно в чем-то может быть похожа. То есть тут есть эта грань, вы смотрите на схожесть или вы пытаетесь оценить полную систему. Но нужно научиться думать еще фрактально, научиться видеть закономерности и принять, что система не полностью копируют друг друга, то есть системы большего масштаба отличаются от меньшего по каким-то параметрам, показателям, свойствам. Итак, что касается части и целого, зеркальный нейрон, чтение мыслей для передачи эмоций и образов – это про похожести людей, когда человек видит другого человека и он его принимает, он оценивает его состояние ценность и убеждения, положение и приравнивает к себе, когда он ощущает себя схожим, у него возникают эта нейронная связь, когда человек чувствует как бы другого человека и осознает, что чувствует тот и это работает на похожести, то есть, если вы не отождествляете себя с какими-то людьми, вы не будет чувствовать к ним такой привязанности и эмпатии. Если же вы попадали в такую же ситуацию и чувствуете эту ситуацию, у вас может возникнуть нейронная связь и вы можете ощущать сочувствие, потому что начинаете чувствовать

будто этот человек определенное продолжение вас самих. И это схожесть структуры, опыта.

**Что касается бизнеса.** Структура бизнеса, как в природе, бизнес – это организм, он тоже живёт, развивается, проходит разные этапы своего становления, у него есть отдельные отделы, которые работают над разными вещами, и они работают совместно, а начинает болеть одна часть, начинает болеть и другая. Если у вас не согласованы клетки внутри организма, тогда организм не будет нормально работать и то же самое будет происходить с бизнесом. И если мы говорим, о том, что человек растет, развивается, начинает становиться старше и у него меняется какое-то восприятие мира, меняется жизнь, его направленность мышления, его цели, то у бизнеса происходит то же самое, у него тоже есть эти перепады, есть периоды, когда он растет, развивается, стареет, когда он рождает новые продукты, новые части бизнеса. Это в принципе похожая структура на обычную жизнь, не нужно думать, что бизнес — это какая-то отдельная сущность и будет жить не так. Он тоже рождается, умирает, развивается по определенным виткам стабильности, от молодого уровня, когда больше энергии, где больше движения, то есть состояния стартапа, больше каких-то новшеств и хаоса, как у человека, до состояния взросления и перехода в неповоротливую корпорацию. И сам наш организм, структура бизнеса, они очень похожи.

**Управление бизнесом** такая же система схожая с обычной жизнью и развитием человека, либо если эти принципы нарушаются, то он не работает. И это больше про то, что если структура совсем иная, то вряд ли она выживет в этой системе. Всегда есть исключения, как мы говорим о таких сущностях, определенно много очень сильных и крутых компаний типа Нетфликса, которая начала набирать на работу суперпрофи и платить им максимально много денег и удерживать на развитие, на стремлениях, то есть они выбрали этих особенных людей и эти люди двигают всю компанию. И это отличается от общей структуры, но все компании работать так не смогут, большинство будет работать по-другому, потому что иначе вся эта система бизнеса не будет работать. Если все начнут работать так, то система потом опять откатится, она поймет, что так дальше продолжаться не может, не могут работать одни профи, что тогда будут делать другие и откуда вообще столько их взять. И на природе можно учиться бизнесу, то, как взаимодействуют какие-то стаи, то, как развивается природа, как она общается между собой, как устраиваются какие-то отношения симбиоза, на этом можно строить управление бизнесом, так как мы строим бизнес на людях, на системах управления и взаимодействия, и, если посмотреть на какие-нибудь муравейник, там все выглядит не хуже, чем в управлении какой-то серьезно компании, а даже гораздо лучше. Тот же фрактал можно найти в себе, в отношении **многоликисти**, то есть частей личности в подсознании. С одной стороны, мы целый организм, у нас есть своя личность и она отличается от остальных личностей, от других людей. Это наша такая неделимая, первостепенная сущность. Один человек – один, другой человек – другой и довольно сложно с этим спорить, потому что действительно все люди разные, у всех свои свойства, все особенные, но каждый человек разбит на огромное количество субличностей. Это можно понять на очень многих уровнях. Во-первых, вы по-разному общаетесь в семье, с друзьями, на работе. Это такие чуть большие уровни личности, чуть собраннее и склеенные между собой, чуть более общие абстрактные виды личностей – личность для семьи. Но определенно вы

по-разному реагируете, по-разному ведете себя, по-разному думаете. И вы абсолютно разный человек в одной ситуации и в другой. И это не какое-то гипертрофированное высказывание, это действительно разные люди, разное поведение, мысли, вы по-разному справляетесь с проблемами и мыслями в разных ситуациях. И по сути, в какой-то степени, носите маску, и довольно сложно определить кто вы, какая личность самая реальная и она никакая на самом деле, потому что вы состоите из множества личностей. Как вы состоите из огромного количества организмов, внутри которых составляют ваши клетки и органы, а сами органы — это абстракция большого скопления клеток, так и сама личность, сам тип — это определенная часть целого. И в том числе, если спускаться еще дальше, есть уровень вас, как личности отдельного человека, и это как бы неделимая часть — это отдельный человек. Но если спуститься пониже, то есть еще отдельный человек в семье, и отдельный человек в работе и это тоже отдельные личности, они по-разному живут, думают, это разные люди. Если ваше поведение в жизни, в отношениях и поведение на работе отправить в разных людей, если вы это не будете сами с собой как-то связывать и поместите поведение в другие оболочки, в других существ, посмотрите на этих людей и скажете, что это совершенно разные люди, они совсем по-разному думают, действуют, у них разное выражение лица, телодвижения, у них разное все. На уровне себя для вас это общая структура, но она состоит из этих подструктур. И если мы дальше будем копать, то каждая из этих подструктур разбита еще на огромное количество субличностей. То есть в тот момент, когда вы работаете, у вас есть внутри части личности, которые говорят, я хочу делать вот это, а я вот этого боюсь, а я вот это делать не буду, а я вот здесь вот буду болеть и буду чему-то мешать. А какая-то личность говорит, что я сейчас порвусь и сделаю все, что нужно, какая-то сидит на кого-то обижается и это ваши части внутри вот этой личности рабочей. Огромное количество субличностей, которые взаимодействуют друг с другом, они живут как в семье, так и в обществе, они могут ссориться, мириться, у них может быть общая цель, они могут идти в разные стороны и мешать друг другу, и создавать напряженность и войну. То есть система общения внутри коллектива, внутри семьи — это примерно то же самое, что и система у вас внутри. То есть вы смотрите на то, как общаются люди во вне, как общаются разные страны друг с другом, какие там есть напряженки, проблемы, где наоборот, очень все эффективно выстроено, а у вас внутри происходит то же самое, огромное количество личностей, которые живут своими жизнями, они делают свои дела и у них свои ценности, цели, характеры, все свое. И довольно сложно это осознать, как вид личности, хотя потом мы возможно поймём, что это такое, может быть это части одного подсознания, может это действительно какие-то разные личности, может это условно какие-то наши органы у каждого из которых есть своя субличность, которая влияет на общий информационный фон. Неважно, что это такое, важно, что оно работает. И если человека погружать в транс, то эти личности могут даже разговаривать и есть условия, при которых можно оценить, насколько это реально. Ну там не факт, что они умеют разговаривать прямо на нашем языке, но они могут передавать информацию, передавать общие смыслы. Например, есть какая-то личность, она что-то думает, в каком-то направлении, условно это можно назвать обидой, и она это транслирует через нашу вербалику, через язык и человек отвечает, что вот он расстроился и обиделся. И вот эти личности, если мы не говорим даже о каких-то раздвоениях реальных личностей, хотя это тоже особенная и очень интересная тема, но просто у стандартного человека они отличаются и когда вы погружаете человека в транс, можно определить у него реакции автоматические или он транслирует сам, то есть подсознательные или нет. И человек некоторые движения

сознательно сделать не может, то есть он не может сесть и начать двигать пальцем так, как он будет двигать в трансе. И это можно определить и оцифровать, увидеть, можно научиться это видеть, ничего в этом сложного нет. И когда вы допрашиваете эту личность, когда вы начинает их мирить и о чем-то договариваться, когда создаете какие-то личности внутри – это все происходит на подсознательном уровне. То есть это действительно подсознание отвечает, что внутри есть раздрай и там есть куча архитипических вещей. И опять же, мы начинаем говорить о том, что есть какие-то архитипы и есть то, как люди делают друг друга по психотипам, как они строят все эти модели, как оценивают что этот человек, эллипсоид, а вот этот параноял – все это есть уже внутри, то есть мы не придумываем ничего, мы просто берем свои же личности, которые у нас давно есть и они есть у всех людей и изучаем это и транслируем. И если мы возьмем так же нашу планету, то можно посмотреть на то, как устроены все личности на земле. У всех превалирует какое-то определенное направление личности, то есть эти условные психотипы, ни одна система типирования людей не идеальна, по ней нельзя сказать, что вот этот человек только такой и все, он будет другой в другой ситуации. Один параноял отличается от другого, один эллипсоид отличается от другого, но есть определенные общие направленности и концентрация энергии мышления и развития. Условно, какие-то люди худого и высокого телосложения, какие-то – массивные, у каких-то широкие плечи, у кого-то узкие и они все приспособлены для разных вещей. То есть, например, человек, который в боксе может стать супертяжем, а другой человек, сколько качаться не будет, у него не будет такой же структуры организма как у первого, он будет другой. Он может накачать мышцы, может сделать так, что он будет тяжелее и доберется до этого супертяжя, но как говорят все боксеры, человек, который не супертяж, а какой-нибудь средний вес, никогда не сравнится по мощи с этим тяжеловесом или супертяжем, потому что у них другая структура организма. Они другие люди, это другая условная порода человека. И люди по этим вещам отличаются действительно, то есть кто-то рождается с предрасположенностью к бегу, кто-то к какой-то тяжелой физической нагрузке. Неизбежно они не могут добиться того к чему не предрасположены, есть, опять же возвращаясь к боксу, такие боксеры как Рой Джонс, который был средневесом, дошел до супертяжя и выиграл у всех. Он особенный тип личности, во-первых, это особенное и строение физиологическое и особенное мышление, это тоже не очень большая прослойка людей, у которых такое есть сразу с рождения, которое не только развивается, но и есть определенные предпосылки. Но с точки зрения физической мощи он не был супертяжем, а смог забрать себе все пояса и стать самым лучшим боксером в мире, вне зависимости от весовой категории, хотя, это с точки зрения большинства – случайность, такого не должно быть и в большинстве случаев такого не происходит. Поэтому, если типирование задевает человека, что он какой-то не такой, во-первых, нету типов, которые не нужны в системе, все эти типы рождаются в определенном количестве, необходимым объемом этих личностей, потому что все они нужны для определенных действий всей системы, для ее развития, а не для нас, для каждого человека, а для всей системы. Ну а мы живем в системе, поэтому и для нас. Есть определенное количество определенных людей. Например, есть психопаты, которые являются такими пограничными существами, между животным и человеком, у них превалирует определенная животная часть, уменьшен страх, уменьшены эмоции, они чуть ближе к дикой природе, если сравнивать животного и человека. У них есть свои особенно и свои недостатки, они не могут например так сильно наслаждаться каким-то моментом, вроде то чтобы понюхать цветок и получить какой-то экстаз, у них нет этих

эмоций. Но у них есть другие свойства, которые для них комфортны, и эти цветки им нюхать не надо, им этого не хочется, так как у них совсем другие задачи, убеждения, цели и т.д. И они нужны системе в определённом проценте, их не может быть 90-100%, их может быть 10-15-20%, но не более. И они между собой еще отличаются тоже, по степени психопатии. И из года в год их рождается одинаковое количество и других психотипов примерно одинаковое количество и это количество может постепенно меняться, но оно не будет меняться какими-то скачками. Это объем внутри системы, и мы рождаем детей не таких, как мы считаем нужным, и не таких как у нас там развиваются отдельные гены, а то как работает система. В системе должно быть определенное количество таких людей, значит люди, вне зависимости от того, хотят они этого или нет, они это количество рождают и выведут в мир. И если мы говорим, о том что, те, кто рождается, они рождаются их определенного набора генов своих родителей, то сами родители их количество тоже в какой-то степени регулируются, каким-то образом, само регулируются.

Это уже про равновесие и мы уже начали говорить, про количественные показатели, про вот эту часть, "количество разных", о том сколько людей, сколько каких сущностей должно быть в системе. Но это опять же схожесть системы на разных уровнях.

В компании нужно тоже какое-то определенное количество определенных людей. В семье тоже должны быть какие-то лидеры, должны быть те люди, которые следят за общей обстановкой, какие-то условно, серые кардиналы ну и т.д. все это схоже между собой. И если куда-то чего-то отходит в сторону, то есть если количество каких-то людей быстро сокращается или сильно растет, то потом это все равно откатится к среднему уровню системы.

### Здоровье.

Наше тело, это живой организм, он живет как мы, и общаться с ним нужно так же, он действительно живет как наше общество, у него есть общество клеток, общество органов, у него есть эти субличности, которые с нами общаются и чего-то добиваются, к чему-то приходят, что-то узнают. И с ним тоже нужно вести беседу, как с другими, с ним нужно договариваться и ему нужно помогать, его нужно поддерживать, и он будет вас поддерживать и помогать в ответ. И вы должны идти в одном и том же направлении иначе будет раздрай и напряженность. И если возвращаться к субличностям, там есть истории про то, как у людей были раздвоения, раз троения личностей и человек, когда менял личность у себя в голове, то есть менял образ мыслей, это же не физическая часть, у него менялась и вся структура его организма в плане биохимии. То есть человек с одной личностью мог болеть какой-то болезнью болеть, а потом переходить в другую личность и этой болезнью уже не болеть. Доходило даже до сахарного диабета, была история о том, что он исчезал при переходе из одной личности в другую. А мы эту болезнь сейчас контролировать и лечить не умеем, а мозг просто менял личность, и та личность уже не болела. То есть она настолько сильно влияла эмоционально и мыслительно на все процессы, как должен был работать организм, что уже отсутствовала эта болезнь, так как с другой личностью она не совместима. И также в организме живут бактерии, без которых мы жить не можем, они не отдельны, это общая, неразрывная часть нас, то есть мы, как планета, на которой живут люди, только в нашем случае люди – это бактерии и мы

можем быть в симбиозе или мы можем быть в состоянии войны, но мы живем совместно, это в любом случае синергия этих обществ. И у них есть свои общества, которые отдельно живут в своих анклавах, и отдельных органах, может быть даже воюют док с другом, у них происходит тоже самое, что у нас происходит на уровне семьи, страны, на уровне взаимодействия человека и природы, на уровне клеток и на уровне субличностей, все происходит по одному лекалу, по одному образу и все это живёт совместно.

### Развитие.

Мы – часть природы и можно посмотреть, как все происходит там и перенять на себя. Развитие в природе это эволюция, и в общем-то, у нас все тоже эволюционирует по тем же принципам. Мы находим более правильные, более простые методы, более приспособленные к выживанию и движемся в эту сторону и начинаем меняться сами, менять мышление, поведение и все это подобно эволюции, она уже так работает – находит наилучшие решения и периодически вводит тесты, тестовые группы, мутации, которые позволяют отойти от общей структуры. Эти мутации не могут быть в очень огромном объеме, потому что сломается вся система, сломаются и те части, которые работали хорошо, но без этих вспышек нельзя найти чего-то нового и до чего-то еще верхнего дойти. И опять же нельзя рассматривать конкретную точку и оценивать всю структуру, то есть нельзя понять, как думает мозг, нейроны, так как это неполноценная система и сам нейрон нам не говорит о том, как мы думаем, какие у нас свойства, параметры, что такое весь мозг и весь организм и как думает весь организм. Но мы думаем таким образом, потому что у нас есть организм. Например, человек хочет создать искусственный интеллект на основе мышления мозга и это в корне неправильно, потому что мозг сам без тела не думает, он не думает так, не получает столько опыта. Мы получаем опыт за счет тела в том числе. Мы с ним неразрывно связаны, наше мышление с ним неразрывно связано. Мы учимся телом, учимся нашими ощущениями, у нас не один мозг работает, не одна логика и все. Это обучение с помощью органов и если нет у нас тела, то мозг не будет так развиваться, он не будет такой, какой он у нас есть, это будет совсем другой мозг, другое мышление. Поэтому эти вещи не нужно отрицать, когда ты прорабатываешь такие вопросы. То есть с одной стороны ты вроде как хочешь сделать то же самое, фрактальную систему, с другой стороны, ты не оцениваешь ее полностью и берешь какую-то часть и пытаешься сделать не то же самое, а чуть, на самом деле другое, но одна часть связана со второй, вторая с третьей и так далее, все это это вложенности во вложенностях. И возвращаясь к эволюции, у нас эволюционируют бизнесы, науки, мы в том числе эволюционируем с точки зрения искусственного интеллекта и вполне вероятно, что через какое-то время мы сами приведем себя к тому, что интегрируем, например, тот же искусственный интеллект в голову и получатся другие существа, может быть именно этот готовила природа для нашего нового перехода развития, а не мы это просто так изобретали. Если рассматривать какие-то катастрофические для нас исходы, то искусственный интеллект может стать отдельным, это могут быть новые отдельные существа, которые живут где-нибудь в железках, где угодно, в информационном поле и это новые животные, новая ветвь эволюции, которую создали мы, но вполне вероятно, что это в принципе именно эволюция природы. Мы не сильно трансформируемся, и мы должны в какой-то момент перейти, во что-то переделаться. И вот это движение в сторону автоматизации и технократии, вполне себе может быть

движением природы, которая диктует нам, в какую сторону копать. То есть сама природа, сама структура, и я не говорю о деревьях и листиках, а в принципе о структуре всего, что нас окружает, именно она может двигать систему, к тому, чтобы трансформировать вид. И наша трансформация может перейти в то что будет новый вид, это искусственный интеллект или это новый вид – человек, совмещенный с искусственным интеллектом, преобразованный во что-то новое, он будет по-другому мыслить и по-другому развиваться, но все равно это будет отдельный новый организм, и мы будем его частью, на уровне алгоритма или мышления. И с одной стороны это звучит ужасно, но с точки зрения природы и системы — это более или менее логично, как будто так это и должно произойти, потому что система должна развиваться, она должна во что-то трансформироваться, должны появиться новые ответвления, новые виды и они рождается из тестов. И наше развитие человеческое переходит в сторону технологий, наше мышление шло в эту сторону постоянно и вполне вероятно, не зря, вполне вероятно, что наше мышление двигается с точки зрения технологий именно потому, что вся система двигает наше мышление сюда. Как мы уже говорили, новые решения и новые мысли -это подсознание, а оно может контролироваться всей системой. А значит всё наше общее развитие, может быть планом системы, но новому качественному скачку.

## 16. часть-целое 2

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1FiY6zz4GM53r6EUYfpnp0OgAPqiUe\\_hj/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1FiY6zz4GM53r6EUYfpnp0OgAPqiUe_hj/view?usp=sharing)

Возвращаясь к личностям и количествам психотипов. Помимо всех этих личностей, которые у нас есть, в зависимости от нашего круга общения и зависимости от нашего состояния подсознания, наши личности проявляются даже когда мы меняем страну или работу, или должность. И если в должности чуть более или менее понятно для людей, что они начинают действовать по-другому, они как бы просто выбирают другую модель, другую модель поведения, для того, чтобы показывать свой статус, для того чтобы правильно кем-то управлять, если они становятся руководителями и тд. Это вынужденная мера, на которую люди сами идут сознательно. Но есть часть, которая не контролируемая, и которую очень сильно меняет мышление на подсознательном уровне — это, например, изучение языка. Когда человек начинает разговаривать на другом языке, когда он действительно к нему привыкает, а привыкает он к нему в тот момент, когда он начинает на нем мыслить и перестает переводить, когда он этим процессом не заморачивается, когда он думает о каких-то предметах на этом языке, а не сначала на своем, а потом на чужом, когда он перестраивает свое мышление и у него начинает меняться речь, он начинает подстраиваться под интонации и под то, как говорят люди в этой стране, а параллельно у него меняется мышление и у меняется сильно поведение. Если посмотрите на людей, которые разговаривают на английском, они ментально совсем другие люди, они как будто бы становятся более приближенными к той стране, и если вы смотрите на них отдельно, если не видите этого перехода с русского на английский, то кажется, что эти люди просто начинают сами себя менять, подстраиваться под эту игру, пытаются соответствовать чему-то. Но

если посмотрите на переход с русского на английский, человек разговаривал на русском, потом он начал разговаривать сразу на английском, вы увидите, как у него изменяются телодвижения, мимика, напряженность в теле и лице. Это не просто другие фразы, другие движения мышц лица из-за того, что там другой язык. Там само лицо меняется. Даже в тот момент, когда оно молчит, то в этих перерывах, оно не такое, как до этого. Эти изменения происходят мгновенно и человек очень сильно меняется. В том числе у него меняется и мышление. То есть, если человек сам поменялся физически, у него произошли такие же глобальные изменения внутри, меняется подход к решению проблем и какой-то уровень ценностей, уровень агрессии или доброты, подходы к решению задач, все меняется. И по сути в этот момент он становится дополнительной еще отдельной личностью, неизвестным никому человеком. То есть если вы меняете работу, должность, там более или менее понятно, что люди начинают себя вести где-то там более скованно, где-то более надменно, тут же меняется все очень неожиданно с точки зрения обычной жизни. Обычно вы видите людей и привыкаете, но когда вы заметите, что происходит с людьми, когда они переключаются на английский язык, если они нормально разговаривают, а не "мычат", тогда вы увидите вот эти глобальные изменения в теле и поведении. И это еще одна новая личность, еще одна вложенность внутри нас, еще один человек, который на самом деле, с одной стороны, не мы, потому что это другое поведение, другое мышление а, с другой стороны, это просто еще одна часть нас. Сами мы состоим из огромного количества этих частей.

### Природа.

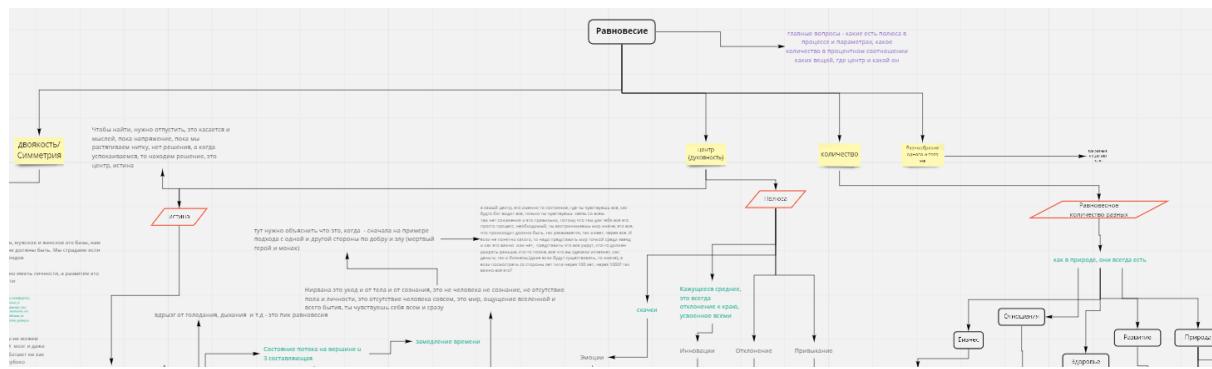
Тут рассматривается в принципе структура, клетка, это тот же организм, а также наша часть, у нее есть отдельные органы, она живет как отдельная сущность. При этом она живет в другой сущности, в человеке. В самих клетках тоже есть отдельные какие-то организмы и они тоже из чего-то состоят. И получается это такая вложенность, матрешка. И если дальше ее увеличивать в масштабе, то получается, что мы это клеточки или скорее, бактерии на планете. Потому что в нас тоже живут бактерии, и мы с ними тоже должны сотрудничать, если у нас идет какой-то разлад, то у нас страдает весь организм, все наше Я. А страдает наше Я, страдают и окружающие люди. И кто тут важнее – организм, наше сознание или бактерии – неизвестно. Кто из этого вносит какой вклад, потому что как только что-то начинает внедряться в систему, она меняется. То есть, мы под действием бактерий и микробов обязательно меняемся, мы не остаемся тем же человеком. Они контролируют нашу жизнь, вопрос – в каком объеме, а мы, тем самым, контролируем их жизнь, потому что они живут в нас и их какое-то настроение их цели зависят от того, что происходит у нас. Мы влияем на планету, а планета влияет на нас и появляется некая система процессов. И если посмотреть на другие части, на то, как устроена солнечная система, как устроены какие-то галактики, или просто электроны, то это тоже похожие вещи по строению. Атом, у которого есть ядро, вокруг которого врачаются электроны - планеты, которые врачаются друг за другом в какой-то системе, объединенные в определенные структуры (на самом деле как таковых орбит у них нет, но мы представляем это подобным образом), как атомы, складываются между собой и получаются разные вещества. И также это происходит на этом макроуровне, просто мы это не видим, не можем посмотреть с точки зрения этой большой системы, она нам доступна только на каком-то определенном объеме. Но структура примерно одинаковая, есть в любом

случае система, она вращается и, с одной стороны, есть какие-то центры вокруг которых вращаются остальные части, потом появляется часть большего объёма, она тоже вращается где-то, вокруг чего-то. Если мы говорим о планетах, то это спутники у планет. Потом вращение вокруг солнца, в нашем случае, потом вращение самой нашей галактики и огромное количество вот этих больших связок, которые тоже с чем-то взаимодействуют на большем уровне. То есть у нас взаимодействуют планеты, то галактики тоже взаимодействуют с чем-то на уровне больше. Просто они взаимодействуют как определенное скопление. И тоже самое на уровне атомов, которые вращаются - они тоже постоянно в движении, у них тоже есть структуры и это непрерывный процесс вращения. И все это связано друг с другом, друг на друга влияет, как, опять же, наши бактерии, которые влияют на нас, потому что уже хотя бы просто в нас присутствуют. И тут работает закон квантовой физики, о том, что система меняется, как только появляется наблюдатель, то есть одного наблюдателя хватает, для того чтобы система уже изменилась.

## 17. равновесие

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1AgpTq50HHGLstd9a26WLptjvFE2f8zaj/view?usp=sharing>



Итак, мы завершили с фрактальной частью и следующая часть – это равновесие. Это тот же принципиальный фрактал, того как все устроено в мире, какой-то единый принцип, который разворачивается везде, и примерно одинаковый принцип. Он состоит из нескольких частей – определение "количественного равновесия", сколько в каждой сущности, в каждой системе есть определенных сущностей и количественное выравнивание, стремления к определенной процентной разбивки.

"Духовность", которая разделяется на полюса и истину. А полюса — это понятие того, что у любого процесса есть левая и правая части, добро и зло, правильное и неправильное, сильное-слабое и так далее.

И "середина", которая бывает разных видов, это бывает просто центральное положение, а бывает определенное истинное положение, которое сильно масштабирует процесс. Но это мы разберём далее.

Также "двойность" – все в одном, это то, что у любого процесса есть опять же полюса, но это необходимые части, которые в принципе создают движение и развиваются системы. И эти три блока мы разберем далее.

Люди выбирают своих "вторых половинок" и партнёров так, чтобы они развивали друг друга, поэтому говорят что противоположности притягиваются, это нужно чтобы уравновесить систему и чтобы развивать оба элемента, перемещая обоих ближе к центру, если они действуют совместно. Был проведён эксперимент в котором подтвердилась эта теория. Женщинам давали вещи мужчин, чтобы они по запаху определили что для них пахнет приятнее или не так неприятно, в итоге женщины выбрали вещи тех мужчин, кто по генотипу для них максимально отличается. То есть они выбирали подсознательно тех, кто им больше подходит для развития. Этот принцип заложен в генах, мышлении, природе, где угодно.

Всё меняется и уравновешивается, а также имеет какой-то общий тренд движения. Если смотреть на тренд движения человека, то это та миссия человека, предназначение, о которых говорят мистики, верующие и в том числе учёные, которые изучают геном. Как они говорят, наша программа жизни, тот путь по которому мы идем заложен заранее, просто мы можем пойти по нему простым способом или отходить от него в сторону то вправо, то влево, двигаясь зигзагами. И само направление не меняется, меняется только движение. По теории о геноме, наша жизнь будет продиктована генотипом тем больше, чем мы более взрослые и во взрослом возрасте мы уже на 75% соответствуем тому что было прописано внутри, то есть принцип не меняется, мы выбираем только упаковку, в которую его обернем. И тем самым, наш путь и жизнь предопределены в какой-то степени. И это не противоречит принципам, от которых мы говорили, так как наш путь, это фрактал, то есть общий принцип движения, заложенный внутри, это график движения по синусоиде, то отходя в одну сторону от своего пути, то в другую и чтобы соблюдался принцип равновесия, наша зависимость от пути тоже меняется, то есть сначала она слабая, потом она становится сильнее, что является тоже движением по синусоиде в самом большом масштабе. Мы двигаемся по своей прямой, но отходим от неё куда-то, как свет, который является и волной и фотоном. И фотон движется в одном направлении, иногда изменения траекторию, а вокруг него движется волна, которая не может сама куда-то отправиться в другую сторону, если ей предназначено двигаться туда, куда движется фотон, она лишь может отклоняться в сторону, возвращаясь обратно и пролетая потом в других сторонах. Или как наши клетки - они живут своей жизнью, у них много событий и личная реальная жизнь, принципиально, на другом масштабе. Они живут такой же жизнью как мы, размножаются болеют, развиваются, умирают, но они всё равно выполняют именно свою функцию, делают свою основную работу, которая является их путём, миссией, но они даже не подозревают об этом, так как это их жизнь и это норма вещей.

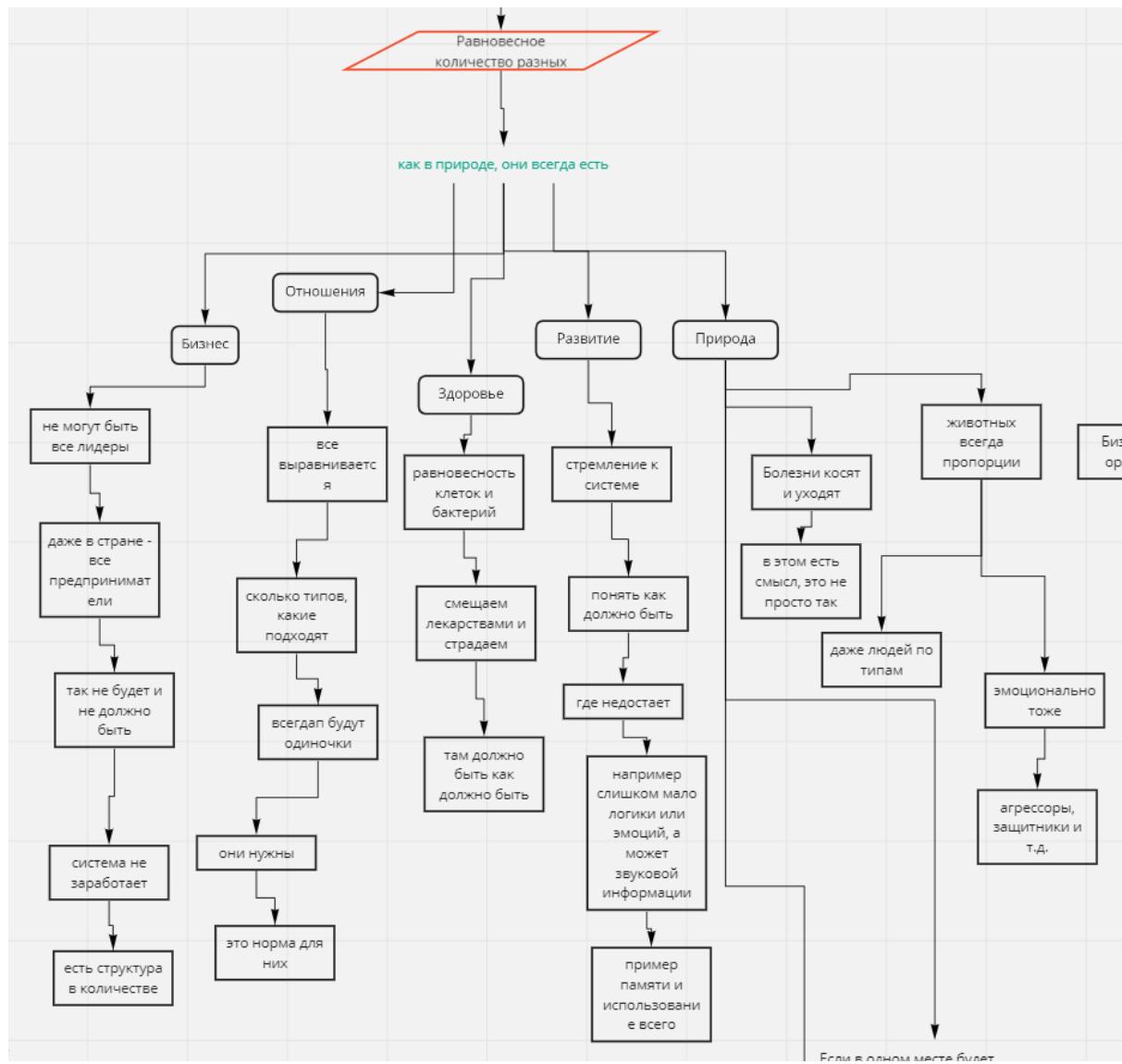
У нас всегда есть противоположности, что не могут друг без друга, так как они не полноценны и развиваются друг от друга. Даже если вы вспомните какие-то художественные произведения, там есть герой и антигерой и один невозможен без другого. Они в противодействии и у них война, но часто они ощущают интерес друг к другу, уважение, их жизнь становится бессмысленной без своего антипода и они развиваются друг с другом. Когда они сходятся вместе, они начинают уравновешивать друг друга и

двигаться больше к середине в своих навыках. Если вы проанализируете подобные произведения, вы увидите, как они развиваются друг друга и герой становится более жестоким, более расчетливым, не сильно, но всё равно, он меняется по ходу произведения, получая навыки, которые есть в антигероя и которых ему не хватало, а антигерой в конце концов понимает то с чем к нему шёл герой и начинает больше ценить жизнь, людей и прочее, то есть обогащает свой опыт и становится сильнее чем был раньше, так как раньше ему не хватало этих навыков. А в некоторых произведениях они настолько сильно влияют на друг друга, что оба смещаются по каким-то показателям к центру, оставаясь со своей стороны, но вблизи к центру, они становятся оба гораздо сильнее, в итоге это приводит к тому, что они становятся уже за одно и помогают друг другу, становясь чуть ли не лучшими друзьями, даже если им приходится по сценарию в итоге биться до смерти. И именно такое произведение цепляет больше всего, когда два полюса уравновесили друг друга и сдвинулись к центру, получая больше опыта и развития.

## 18. равновесие и количество разных

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1-Tu7xxvBSbia7PaloFaYU\\_KmFSiSnrSg/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1-Tu7xxvBSbia7PaloFaYU_KmFSiSnrSg/view?usp=sharing)



Начнем с **количество** разных элементов в природе, которые повторяются.

Мы это уже частично затрагивали это на теме психотипов, когда говорили о том, что в мире всегда рождается определённое количество психотипов. И этот принцип удерживает структуру, есть какая-то логика, какие-то принципы, на которых все это держится. Например, люди рождаются или становятся, не знаю как это конкретно происходит, но скорее всего они рождаются с определенными предпосылками и потом в более-менее нормальной среде для развития, становятся теми, кем должны стать. И, допустим, есть люди, у которых развиты лидерские качества, а те, кто является лидерами, должны вести других людей, они должны быть лидерами, это их суть. Если они отходят от этого принципа, и не используют свою особенность, не развивают ее, тогда им становится тяжелее жить, потому что это то что в них заложено. И если у тебя есть какой-то потенциал, но ты его не используешь, это всегда напряжение. То есть, если у тебя все замечательно, ты прекрасно работаешь на каком-то месте, но у тебя есть потенциал делать гораздо больше в каком-то определенном направлении, но ты не можешь это использовать, потому что на твоей позиции этого не нужно, у тебя всегда будет создаваться напряженность. Потому что ты бы мог это изменить, ты

знаешь, как это менять, у тебя есть на это опыт и навыки, но нет возможностей. И это создает напряженку. Примерно то же самое происходит на уровне, когда у людей есть какие-то определенные направленности, условные таланты, а они их не использует. Понятно, что у человека может быть много талантов, он не может использовать все, но какие-то общие направления и главные элементы желательно чтобы человек развивал. И, возвращаясь вот к этому количественному списку, есть лидеры, которые рождаются или создаются и их определенное количество. На 100 человек не может быть 90 лидеров, тогда система развалится, она не будет работать в любом случае, потому что лидеры будут друг с другом конфликтовать, они не смогут нормально выполнять работу под другими лидерами и будет эта "мышиная возня", которая развалит всю систему. При этом одни исполнители не смогут существовать. Если не будет лидеров, будет некому ими управлять и тогда система тоже не будет работать, так как они хотят чтобы ими управляли. Если есть на 1000 человек 1 лидер и все остальные исполнители, эта система тоже не будет существовать, потому что слишком много человек на одного человека, он просто столько не сможет удержать без дополнительных лидеров на более низких позициях, и даже если 1000 человек сможет управлять один, как большой компанией, то у него все равно должны быть какие-то слои пониже, которые тоже управляют группами, то есть лидеры поменьше. Один человек не может управлять таким объемом людей, но он может управлять другими людьми, которые управляют своими группами. Просто так люди без лидера жить не могут тоже. Они обязательно его назначат, они его найдут, то есть человек не может быть в этом плане полностью свободен, он всегда хочет, чтобы был кто-то, кто управляет процессом, а управление процессом, это не вот тебе какая-то благодать, это напряжение, это ответственность, это определенные сложности. И человек хочет многие вопросы переложить на другого человека, чтобы тот их решал. В том числе на эту лидерскую позицию. Есть определенный процент людей, которые являются лидерами и тех, кто является исполнителями. Или, например, процент людей, которые являются более логически настроенными и более творческие, и креативные. Те, кто больше исполнитель, те, кто больше руководитель и всегда есть эти ячейки, которые созданы в определенном объеме, и процентном соотношении. Группы по логике и креативу могут быть разбиты пополам, но скорее всего логики должно быть больше, потому что креатив, это про творчество, про придумывание идей, а если половина людей будет просто что-то придумывать, то тоже система работать не будет. И все не перестроится на это, люди не захотят все тоже придумывать, творить, а не работать руками. Кому-то проще удобнее и приятнее заниматься какими-то делами – человек, который что-то выпиливает по дереву, может радоваться от этого процесса, а человеку, который занимается творчеством, наукой, этого не понять, он не сможет этим заниматься, ему это не интересно и он смотрит на этого человека, как на бедного несчастного, которому приходится работать руками, приходится что-то делать, так как у него нет возможности генерировать идеи, что-то изучать и привносить какие-то новые мысли. И они друг другу не завидуют оба считают другого несчастным, но это разные принципы мышления, разные люди, разные психотипы. И конечно один человек, у которого какой-то один психотип, может стать кем угодно, но обязательно с определённой направленностью. Общий процент людей и существо, все равно будет на каком-то определенном уровне. И в том числе из вот этих ответвлений, того что человек родился каким-то, а пошел вообще в другую сторону, это тоже не случайность или сбой системы, просто она подстраховывается, тут есть своя необходимость. Например, если на какую-то группу достаточного одного лидера и там родился один

лидер, то это нестабильная система, это всего один человек, он может не стать лидером, может не развиться, погибнуть в конце концов и тогда в этой группе вообще не останется лидера. И всегда нужна выборка, чтобы кто-то до этого добрался. И конкуренция на уровне лидерства, она не среди всех людей этой группы, а среди людей, которые являются потенциальными лидерами. Все остальные либо не реализуются, либо перейдут в другую позицию, либо будут лидеры других уровней или лидеры в других группах. Эти проценты, они повторяются от системы к системе и от общества к обществу. Конечно есть определенная структура у разных стран, определенное количество этих людей и даже на каких-то не очень больших выборках, например, на уровне деревни, будут рождаться дети и среди них будут и лидеры, и исполнители, и творческие, и логические и все эти психотипы тоже будут повторяться таким матричным видом. Но их объемы в деревне и городе будут отличаться. Есть усредненная процентная позиция этих людей и их психотипов и они будут рождаться всегда в этом объеме, вне зависимости от того, какие родители, кто там еще живет и что там происходит. Это опять же эта история про то, что человек как бы что-то должен делать, к чему-то идти, по какому-то пути развиваться, например, по пути лидера, и если он например уходит в другую часть и становится там успешным, это просто структура развития эволюции, аномалия, которую вводит природа самостоятельно. Это элементы, которые пошли не по своему пути, появились какие-то аномалии, и они развиваются систему, привносят что-то новое и система трансформируется, когда видит, что это новое в чем-то успешно и его нужно вводить в общий алгоритм. И если рассматривать любые модели типирования людей, там всегда вы встретите процентную разбивку того, какие типы личностей в каком объеме есть среди людей. И вот эти объемы в среднем +/- сохраняются, в зависимости от того, как их посчитали. Понятно, что все типирования, это не что-то четкое, это условные общие черты, которые могут совпадать или не совпадать, но какая-то структура все равно существует, какие-то типирования, определенные личности и определенные настройки у людей, рождающихся на земле есть. И то же самое происходит у животных, у них тоже будут лидеры, те, кто следит за стаей внутри, те, кто занимается разведкой и прочие. Система все равно у них есть, они тоже рождается в определенном объеме, определенного количества и эта структура сохраняется на уровне видов, на уровне разных видов животных. То есть это такой фрактальный принцип уравновешивания. И зачастую помимо того, что есть какое-то внешнее регулирование, то есть система в принципе воспроизводит определенное количество определенных сущностей, есть еще адаптивная часть. Это про то, что если вы человек из группы особей, которых необходимо на группу из 30 человек всего 1 человека, то есть таких как вы по мышлению, нужен один из тридцати, то скорее всего вы будете находиться в группе из примерно 30 человек. Другой такой человек, скорее всего, в вашей группе не будет, потому что, если нужно сильно ограниченное количество вот этих сущностей, тогда эти люди начнут в каком-то виде конфликтовать, их объем будет перенасыщен в этом вот супе из личностей и психотипов и система будет меняться. То есть один человек либо уменьшит свою роль, либо перейдет в какую-то другую группу. И подсознательно люди занимают эти позиции там, где они больше нужны. И из-за этого они примерно, в том числе правильно распределены. Потому что, может же быть ситуация, когда людей родилось какой-то определенный объем разных и потом они переехали в разные места, потом в это место приехали другие люди, все смешалось и система разрушилась. Но система адаптируется еще по ходу действия. И вот этот фрактальный принцип, он сохраняется на многих системах, фрактальный принцип равновесия

количества. Он может трансформироваться, но он остаётся. Как в материалах по изучению психопатов, в древности это были воины, которые защищали города, которые не чувствовали страха, особых эмоций, которым было довольно просто заниматься защитой, сейчас защищать особо некого, есть другая видовая роль. Это полицейские, судьи, юристы, врачи где не нужно столько эмоций. И вот этот пласт людей, он чуть-чуть распределился по большему количеству профессий, но процент этих людей, примерно остается все равно на том же уровне. С развитием системы, система тоже меняется, процентное отношение тоже меняется, потому что эволюция — это всегда адаптация, но общий процент меняется не скачкообразно, в зависимости от потребности системы. Он просто трансформируется в другие виды занятий, в другие условия и так далее. И тоже самое можно оценить и на уровне каких-то веществ, плотности планет, галактик, там тоже есть какие-то принципы, тоже есть правила насыщенности по плотности каких-то элементов. И система уравновешивается в любых этих параметрах.

## Бизнес

Есть бизнес, в котором не могут быть все лидеры, это мы уже обсуждали. А сейчас начинается такой кульп денег и кульп предпринимательства. Предпринимательство появилось относительно недавно в России, и все начали говорить, что все должны быть предпринимателями, это нормально, все должны работать над своими бизнесами и тогда все будет прекрасно. Но все работать над своими бизнесами не могут во-первых, а во вторых не хотят. Людям это не нужно, большинству людей, которые загораются подобной идеей, это в принципе не нужно вообще, потому что им это описывают иначе, они не представляют что такое предпринимательство на самом деле. Им говорят, что это предпринимательство - это огромное количество денег и свобод, а на самом деле совсем нет, это совсем другая система, это больше ограничений в плане времени и какой-то напряженки. В итоге создаются какие-то инфо-бизнесы, которые учат людей тому, что они вдруг разбогатеют и все они должны быть богатыми и все должны быть предпринимателями, чего в принципе системно не может быть. Если все будут предприниматели, кто будет тогда работать? На предпринимателя должен кто-то работать, он не может один предпринимать, либо он предпринимает какую-то очень маленькую идею, но тогда они просто самозанятый или фрилансер. И если у всех будут маленькие идеи и всё станут фрилансерами, тогда тоже система не будет работать. Или это должно меняться в какое-то партнёрство и одна маленькая компания, как человек, работает на другую маленькую компанию, как человека, в виде партнёрства и они обмениваются какими-то услугами, развивая общее дело, которое не принадлежит никому из них. Но тогда это уже не совсем предпринимательство, это совсем другой вид. То есть этих людей должно быть определенное количество, чтобы система работала и работала правильно. Люди должны просто стремится к тому, к чему у них развивались именно их навыки, таланты и желание. Они не должны обращать внимание на вот эту истерию, которая создаётся во вне. Определенное количество людей должны быть этими предпринимателями у которых есть это изначально, которые рождены для того чтобы предпринимать, у них зудит, им нужно что-то делать, они должны что-то делать, что-то создавать.

## Отношения.

В системе всегда все выравнивается, например количество типов людей, какие подходы, всегда будут одиночки, они нужны и нормально для них. Есть разные виды людей и часто можно встретить людей, которые одиноки. Вот процентное соотношение, оно меняется и это можно регулировать на глобальном уровне, это будет меняться исходя из развития системы, исходя из адаптации и эволюционных процессов. Неизбежно в хорошую сторону, особенно, как мы считаем, что это не в хорошую сторону. Но это будет меняться, это процентное соотношение будет куда-то двигаться, скорее всего вверх-вниз, но глобально изменения в этом плане есть. Но всегда есть еще количество людей, которые в принципе должны быть на этом уровне, то есть те люди, которые обзаводятся большими семьями, те люди, которые остаются одни. Это норма. Они всегда такие будут. И не всегда эти люди несчастны и не всегда это какой-то негативный поворот судьбы. То есть человек остался один, понятно, что в старости ему будет плохо, тяжело, если он один, потому что ему нужна помощь, ему нужно общество, ему нужна поддержка и в принципе тяжело без семьи, но в глобальном плане есть люди, которые больше к этому предрасположены, есть люди, которые меньше. И некоторым людям в какой-то степени в своей роли комфортней быть одному. И из-за того, что их количество не очень большое, как такого условного вида, все остальные люди их не понимают. И они начинают им навязывать то, что они должны быть вот такими же, как и все остальные, потому что это проще, легче, но они может быть такими и не должны быть. Просто есть процент людей, которые живут таким образом. И система так должна работать, то есть у системы должно быть разнообразие типов, разнообразие веществ, событий, для того чтобы она получала больше информации. И вот эти одиночки, это тоже разнообразие системы, это определенная, если смотреть на больших цифрах, можно считать, что самое большое количество людей – это условная норма, хотя это не норма, это просто норма для них, а все остальное это какие-то небольшие аномалии, сильной выраженности и слабой выраженности. Сильной выраженности это когда совсем единичные аномалии, которые могут появиться и исчезнуть очень быстро, как быстрый тест, а слабые аномалии – это вот как например одиночки, которые живут одни и для них это нормальная роль, они так и должны жить, им так комфортно. Они без этого не смогут выполнять свою функцию, потому что даже какие-то профессии, направления в развития бизнеса иногда требуют таких вещей. И в такой ситуации может быть проще. Я не говорю, что так обязательно должно быть, но учитывая то, что в системе все разнообразно, и что есть люди, которым комфортно в совершенно разных ситуациях, то вот эти вот одиночки, они в системе быть должны. И в системе уравновешивается даже количество разных людей, разных типов, разных уровней мышления, на более высоком уровне. То есть, если мы будем рассматривать семью, там есть определенная структура и есть лидеры, есть какая-то норма управления, обучения и так далее.

И есть уровень компании, это уже большой сбор разных людей, которые тоже структурируются какими-то типами личностей в разные этапы становления этой компании. Есть уровень города, на нем тоже есть определенный процент и он тоже не сильно отличается от вот этих мини-систем. И город к городу он тоже примерно похож. И есть уровень страны, на уровне страны есть определение количество этих людей, внутри страны есть определенные точки лидирующие местности и остальные, самые богатые и самые бедные, вот это распределение Парето 20/80, которое касается определенных элементов в природе и вот это процент, он работает много где, он не совсем такой и он сильно отличается от системы к системе, но если вы замечаете

какой-то алгоритм, какое-то определенное процентное отношение, то на большем масштабе и в других похожих системах, это тоже, скорее всего, будет работать, просто это не обязательно 20/80, это может быть 10/90, где-то это 5/95, где-то это 30/70, неважно. Есть проценты, разные в разные в разных системах, и они повторяются примерно. И вот эта структура количества, она фрактальная. То есть внутри города люди распределены, сами города распределены как люди и взаимодействуют между собой. Страны тоже как-то распределены, кто занимает какую позицию, и даже на уровне мышления и каких-то разных полюсов, есть определенная структура и зависимость. Например, есть мышление, условное, разбивка мышления востока и запада. Запад больше думает про отдельных людей, Восток больше думает про всю систему. То есть, если западному и восточному человеку покажут одно и то же действие, человек совершил преступление, то западный человек, в первую очередь подумает, что именно этот человек совершил преступление, восточный человек больше подумает о том, в какой ситуации он был, как он рос, как на это повлияла система, почему этот человек сделал именно такой выбор. Это очень условное разбиение, но на больших массах оно работает, там такая ментальность. Они больше думают про общую картину, про то, что вокруг, запад думает больше про конкретных людей, культ личности и прочее. И вот тут тоже есть определенное равновесие, то есть должны быть и такие, и такие, чтобы система развивалась, чтобы система развивалась должно быть раз направленное движение, инь и янь, оно должно быть в любом случае в системе. Инь и янь, вот это распределение количества полюсности, это уже вот про эту часть, равновесие, центр, духовность, полюса и двоякость. То есть эти разные части тоже друг с другом связаны. И вот на таком уровне система тоже в какой-то степени уравновешивается. То есть, всегда везде есть какая-то структура, которая создается изначально и потом адаптируется к какому-то уровню на разных слоях, на разных частях фрактала.

Здоровье. Равновесие клеток и бактерий, смешаем лекарствами и страдаем, так там должно быть, как должно быть. У клеток есть тоже определенное процентное соотношение, они тоже существуют как общество, у них тоже должны быть те, кто идут против, те, кто идут вместе со всеми, есть тоже роли, роль, естественного какого-то органа, которой выполняет какую-то функцию и роль внутри него каких-то сущностей, которые там живут, условные клетки. И клетки одного органа он отличаются и взаимодействуют и у них есть это процентное соотношение, сколько их должно родится. У нас естественно всегда -/+ рождается определённое количество этих клеток, организм их вырабатывает и вот это процент, он может меняться, может становиться, мозг становится больше по объему и процентное соотношения количества клеток мозга к клеткам всего остального организма, оно меняется постепенно с эволюционной стороны. Но в принципе структура все равно остается примерно одинаковой. И у каждого человека количество этих клеток разное и процентное соотношение – разное. Можно вывести какой-то +/- общий процент, но это будет неточная цифра. И то же самое на уровне компаний и обществ, есть примерно общая цифра средняя, но она всегда неточная, она всегда плавает. И когда мы осознаем, что в нашем организме вырабатывается какое-то количество этих клеток и все эти клетки – это отдельные существа, которые живут в своих обществах и клетка пальца руки даже не представляет о том, чем она на самом деле занимается глобально, на уровне нашего организма, зачем она нам, у нее есть своя жизнь и своя задача, но она живет в нашем организме и поэтому у нее еще есть общая задача,

которая ей неизвестна на уровне всей системы и все они там живут и тоже рождаются в каком-то определенном объеме, как и мы. Но когда мы думаем о том, что мы сами воспроизводим свои клетки, мы считаем, что вот это процент – это норма, так должно быть, а как будет по-другому, если всегда будет разное количество или где-то будет не хватать. Люди же не выживут, если у них процент сильно поменяется, то человек и выжить не сможет, вероятно. Поэтому, организмом это регулируется и понимание того, что организм это регулируется, для нас норма, а понимание того, что, например, количество людей, количество животных как-то регулируется на планете в общей системе- это как-то странно. И если рассуждать на тему того, что мы регулируем, мы пришли, мы начали развиваться, начало вымирать огромное количество животных и мы много чего вообще натворили на этой земле, но вопрос появляется того, как мы действуем и из каких побуждений, из каких принципов. Возможно те идеи, которые у нас возникают это не идеи, которые возникают лично у нас, а это идеи общего фона, общей системы, которая с помощью наших рук производит какую- то регуляцию. И здоровье тоже есть вот это пункт, о том, что лекарствами мы смещаем разные позиции, ситуации и потом страдаем. Системе приходится уравновешиваться обратно. Когда организм сам лечит болезнь, у него вырабатывается какое-то количество антител, количество клеток иммунитета, те, которые борются, вот эти воины, своя структура управления. Если мы закидываем туда таблетку и уничтожаем как хороших, так и плохих, скорее условно хороших и плохих, вряд ли там есть сильно плохие, они все равно должны быть и должны выполнять свою функцию. Но мы нарушаем баланс, мы нарушаем количество вот этих бактерий, которые там должны быть и из-за этого у нас потом система ухудшается в каком-то другом виде, потом она начинает адаптироваться к тому, что всегда так происходит, всегда приходит таблетка и начинает все уничтожать и организм, для того, чтобы как-то работать с этой системой, он начинает ее адаптировать и перестает вырабатывать клетки иммунитета, потому что они больше не нужны, они уже в этой системе становятся лишними, если они вырабатываются, а потом вкидывается таблетка и она уничтожает всех, получается равновесного количества не происходит. Происходит пресыщение клеток иммунитета, значит он не нужны и их не нужно производить. И тем самым мы приводим систему к дестабилизации, к ухудшению, так как вмешиваемся в этот процесс равновесия. Но всегда в данном вопросе нужно думать, нужно их принимать или нет, кому, когда. Полагаться на свой организм, если он к чему-то не адаптирован, чему-то ненаучен, тоже не стоит.

Развитие. Стремление к системе, понять, как должно быть, где не достает. Например, мало логики или эмоций, а может звуковой информации, пример памяти и использования всего. Развитие - оно тоже про процентное соотношение. В развитие всегда должна быть напряженка и напряженка определенного уровня. Если вас слишком сильно напрягает какой-то процесс, скорее всего вы в нем сильно развиваться не будете, потому что, если вы не можете преодолеть что-то, это не создает мотивации, это не создает стремлений. Если не будет совсем сложностей, тогда тоже не будет развития, потому что этого элемента там не хватает. Напряженность какого-то натяжения и борьбы. Если мы рассматриваем любую систему бизнеса, чего угодно, с точки зрения развития, там тоже должны быть разные элементы. Например, если у вас есть компания, в которой работают люди, которые занимаются только логикой, там нет эмоционального фона, нет людей, которые вводят это в систему, такая система развиваться будет плохо, там должны быть разные

элементы, то есть люди, которые в большей степени используют логику, люди, которые используют эмоции, оценка разных вещей должна быть устроена с этой точки зрения. То есть если, зачастую разные методологии они опираются на что-то конкретное, на одну идею, на один из полюсов. Например, все нужно считать. Любой показатель посчитать, нужно все оцифровать, обсчитать и тогда все будет прекрасно, и такая система нормально работать не будет, потому что всегда есть элемент какой-то интуиции, вещей, которые может быть и можно посчитать, но мы их на этом уровне не посчитаем. То есть всегда есть процессы каких-то инсайтов и креативных решений, и они на то и креативные, что рождаются не по конкретному лекалу, вы можете к этому двигаться, можете это развивать, но вот эти идеи, так называемые прорывные, они проходят как-то сверху. Ни в том направлении, в котором вы идете конкретно. То есть вы не можете что-то считать и создать эту прорывную идею внутри этого счета, то есть вы задаете направление в том направлении происходит вырабатывание е этой идеи или какой-то мысли предостережения на счет чего-то, что вы не можете оценить, почему дано это предостережение, но эти вещи есть и на это тоже нужно обращать внимание. И если мы начинаем куда-то сильно сдвигать систему, например, в полную оцифровку, без какого-то простого интуитивного обдумывания, то наша система будет работать плохо. Если мы занимаемся только управлением, с помощью нашей интуиции, тоже система будет работать плохо, у нас не будет цифр, на которые мы сможем опираться. И это разные вещи, они должны быть в определенном объеме в системе. Или есть разные варианты информации, когда вы что-то доносите, нужна визуальная информация, звуковая и их нужен тоже определенный объем в определенных местах. И во всех системах должно быть разнообразие элементов, просто их объем, их количество должно быть какое-то определенное. И если вы устремляетесь к какому полюсу, методология стремится обычно к определенному полюсу, без ответвлений в другие стороны, то становится костыльная система, не очень хорошо работающая. И если рассмотреть пример памяти в развитии, память лучше всего работает, когда мы действуем вообще все наши чувства, когда мы используем логику, визуальные представления, используем эмоциональное увеличение мысли, картинки. Мы вспоминаем что-то и вспоминаем кошку и делаем ее двухметровой, и тогда у нас увеличиваются эмоции, когда мы смотрим у себя в голове на эту кошку. Когда мы привязываемся к звуку дополнительно привязываемся к каким-то ощущениям в теле, к эстетическим реакциям и чем больше всего этого мы охватываем, чем больше этих элементов, тем лучше мы используем свои память и тем легче нам что-то запомнить. И там тоже есть определенный процент того, сколько должно быть каких элементов, ощущений и мыслей, для того чтобы мы запоминали лучше всего. И также это процент будет отличаться у разных людей, но есть определенная структура, есть разнообразие и есть количественные показатели на уровне процентов.

Природа. Мы разные, создаемся для своих целей, психотипы – это миссии и модель поведения, кто каждый из нас? Нет важнейших в системе, есть система и она согласована либо нет. Это про то, что опять же количество психотипов, настроек, талантов, оно всегда есть в системе, это всегда уравновешенная штука и тут нет кого-то важного или неважного. Человек, который что-то изобретает, какой-то научный деятель, он не важнее в системе, чем простые работяги. Потому что люди, которые работают, они на самом деле что-то двигают, что-то производят и это сильно меняет мир и мир от этого сильно зависит. Человек, который сделан какое-то изобретение, он

тоже важен, если мы смотрим на него одного мы считаем, что он поменял все, на самом деле не было бы его, то был бы другой человек и эта система его в том числе продвинула к тому, чтобы он сделал это открытие. Если мы говорим о каком-то руководителе, руководитель без сотрудников, без партнеров ничего сам сделать не может, он бесполезный элемент, если нет всех остальных. И он не сверху всем управляет, он управляет системой, так как он должен находиться на этом месте, это его обязанность, это его позиция, это его работа. У других работа другая и они распределены. И все эти личности, все сущности, они распределены не нами и все элементы этой системы важны, потому что если есть какой-то перекос, то система работает плохо или не работает совсем. И вот это важно понимать, понимать позицию других людей и необходимость разных элементов.

Если в одном месте будет сильное отклонение в одну сторону, то обязательно где-то будет в другую, поэтому процесс лечение меняется, так как существует равновесие. Это про изменение системы, если где-то что-то выбило в одну сторону, то есть стало слишком много лидеров, где-то станет слишком много последователей. Т это будет меняться с точки зрения объема вот этих сущностей, потому что система будет уравновешиваться, система будет приходить к какой-то структуре, поэтому если вы где-то бьете в одну сторону и расшатываете систему, то с другой стороны система тоже будет меняться, и она в среднем укомплектуется примерно в тот же вид. В вашей части, где вы сильно что-то пытались поменять, может что-то поменяться и может на этом уровне остаться какое-то время, но на уровне системы, это все равно будет уравновешиваться.

Болезни косят и уходят, в этом есть смысл, это не так просто. Если изучать все эти бактерии, микробы, болезни, которые существуют, они приходят, во-первых, у них есть эволюционный путь, что они если это сильные болезни, которые убивают сразу много людей, он сначала начинают с этого, потом они начинают адаптироваться и становятся менее агрессивными, потому что им нужно выжить в этом мире. Но также они могут возникать и не выкашивать никого, потом возникнуть через какое-то время и устроить эпидемию, а потом также быстро исчезнуть, когда произошла какая-то оптимизация условная. И это тоже какая-то системная вещь, они не могут просто появляться, уничтожать какой-то процент людей или животных исчезать и это какое-то абсолютно рандомное событие, там есть тоже какая-то структура, логика и, во-первых, есть периоды, это все в любом случае разбросано во временных интервалах, где все движется по условной синусоиде, всегда есть колебания, как мы рассмотрим в последнем фрейме и это определенный инструмент регуляции системы.

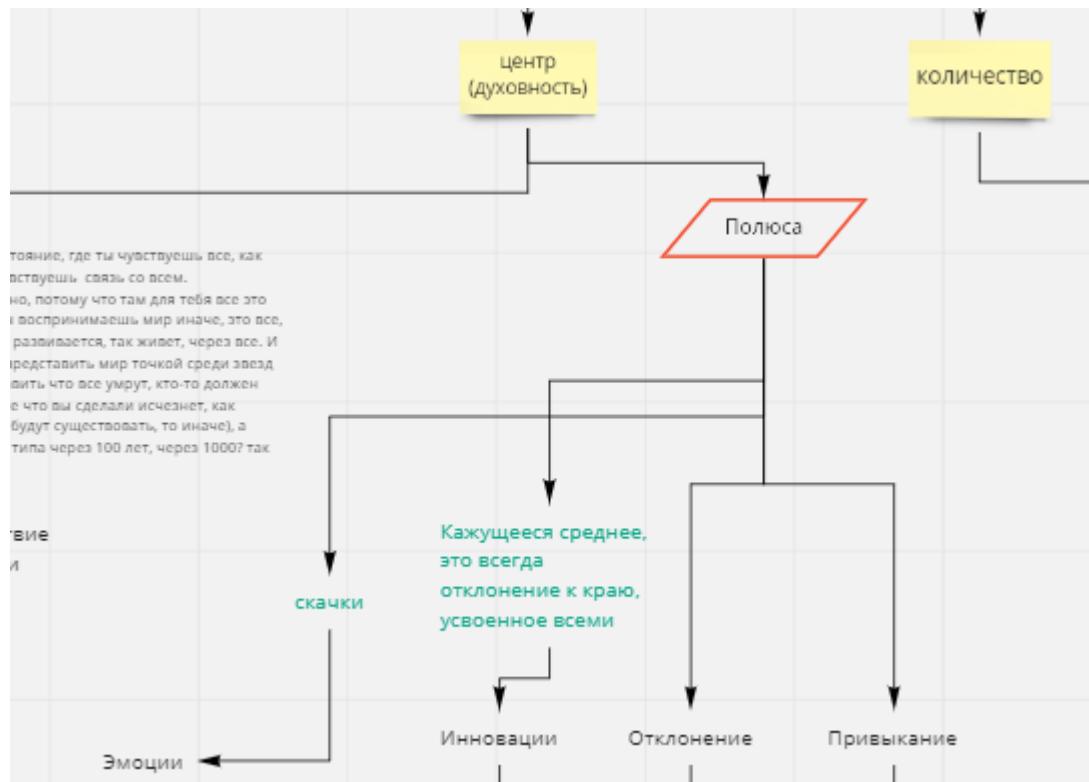
Животные всегда пропорциональны, они тоже, как и люди делятся по типам, у них есть разные психологические типы, физические типы, кто-то рождается выносливым, кто-то рождается спринтером, кто-то марафонцем, кто-то лидер, кто-то последователь, кто-то агрессор, кто-то защищает ник и у них тоже есть структура и они такими рождаются, это не просто роль, которая отводится, то есть роли отводятся, это в любом случае есть адаптация системы, но изначально они рождаются сами по себе в каком-то объеме, так же как и люди, то есть такая же фрактальная история.

регрессия к среднему значению. Ребенок с задержкой развития зачастую возвращается к средней успеваемости и его проблемы в детстве компенсируются, а если он развит, то скорее всего его успеваемость сползет к средней.

## 19. центр\_полюса\_привыкание

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1Jlx0zbbObolvNUH2z6TIVoP3heFKG4j/view?usp=sharing>



И так. Следующий пункт – это центр, духовность, и он разделяется на два уровня – полюса и истина. Полюса – это на графике с левой и право стороны, истина — это где-то в центре, но это не просто центр.

И так. Полюса. Полюса – это крайние значения какого-то одного явления, то есть это добро и зло, правда и ложь и так далее. Полюса практически всегда критичны, они не работают в плюс. Это всегда неуравновешенная и довольно негативная, с точки зрения нашего общего понимания, система. Полюса должны быть, то есть в системе должны быть противоположности, но тем не менее, сами вот эти вот сильные отклонения – это никогда не приводит к тому результату, к которому мы хотели бы. То есть это не плохо, но это не то, чего мы ждем от этого. То есть, мы начинаем к чему-то стремиться и начинаем очень гипертрофировать какое-то одно направление. Например, мы начинаем копаться в отношениях, и мы понимаем, что в принципе человек – это машина, его можно расписать, его можно определить, его можно поменять. Нажать на нужные точки и вот он уже делает то, что вы хотите. И это действительно так. С

человеком можно работать и из него можно сделать что угодно. Но если вы начинаете рассматривать его только каким-то методологиям и примером, вся эта теория все равно развалится. То есть в какой-то степени вы дойдете до какого-то уровня, но если вы сильно упретесь в механическое описание, в моделирование без каких-то интуитивных, подсознательных, эмоциональных решений, то вы упустите слишком много того, что находится на другом полюсе. И ваше мнение, оно будет однобокое. И его нельзя транслировать на массы. А люди обычно движутся к какому-то полюсу, они считают, что, если там все будет шикарно, все будет отлично в принципе. Но так оно не происходит. Мы всегда стремимся к полюсам во всех системах. И это всегда нерациональная дорога с точки зрения эффективности, с токи зрения оптимальности процесса. Всегда есть оптимум и оптимум где-то там средняя позиция. Но это не крайние истории. Оптимум может быть, конечно, на краю, но это какая-то вырезанная часть системы, в которую удобно ее рассматривать. И полюса, здесь вот разделены на 4 части. Есть привыканье, и резонанс, и изменения. Когда есть какое-то движение к какому-то полюсу, мы начинаем постепенно привыкать именно вот к этой направленности, мы отрицаем все остальное и думаем только об этом. Наука и религия – это около противоположные вещи. Наука всегда хочет все обосновать с точки зрения расчётов физических величин и так далее, законы, которые можно подтвердить, поэтому она однобока, она не может нормально развиваться, потому что она мыслит очень узко. И с другой стороны религия, которая все пытается объяснить с точки зрения бока и придумывает себе все больше и больше причин, почему нужно думать именно так. И старается отрицать науку потому что это про другое. И это тоже история, которая не приведет ни к чему. А смысл он где-то в центре. Но когда мы начинаем двигаться в какую-то одну сторону, это тупиковая ветвь. И если мы рассматриваем, например, бизнес, и допустим, смотри на полюса, которые могут быть в эффективности. В любом процессе есть эти полюса – хорошо-плохо, дальнее-ближнее и так далее. В разных процессах разные полюса, но они всегда есть. И допустим, м рассматривает бизнес с точки зрения хорошо-плохо. Все идет хорошо, все расслабляются. Что происходит с системой, бизнесом. Бизнес начинает работать идеально, у него все складывается, все у него прекрасно, все расслабляется и все будет в итоге плохо. Во-первых, оно откатится, это во про фрейм колебаний. До него мы дойдем, что все все время движемся т откатывается обратно и это зависит еще от импульса, но здесь самая главная мысль, о том, что, если вы уйдете в максимально комфортные условия, если максимально все будет прекрасно в бизнесе – это плохо. То есть вот эти пиковые точки – это очень негативные части для системы, потому потом ее начнет шатать, качать и дальше ее можно уже не удержать. Это с точки зрения контроля, не с точки зрения плохо-хорошо. Это с точки зрения того, какие цели вы преследуете. Скорее всего целей своих вы не добьетесь. А сточки зрения плохо-хорошо, ту такого нет. Это ни плохо, ни хорошо, оно вот так есть и все. Соответственно, первое напряжение в данном бизнесе все разобьет. И отсутствие мотивации, отсутствие движения, развития, все это наложится и система будет работать очень плохо, если всегда будет хорошо, хотя мы к этому стремились. То есть мы всегда хотим, чтобы в бизнесе, в отношениях, в здоровье всегда все было идеально. И мы старимся вот к этому как бы позитивному направлению и вот этой идеальной, позитивной точке. Мы думаем, что мы получим сейчас много денег и все у нас будет прекрасно, мы начинаем получать эти деньги, мы стремимся дальше к другим деньгам, еще большим. И мы думаем, что будет этот конец, когда все будет замечательно, но этого не будет, движение в одну сторону будет в итоге приводить к

негативным последствиям. Так же мы думаем об отношениях. Если нет никаких изменений, есть привыкание. Если мы находимся на одной точке, то отношения будут постепенно чахнуть, нет никакого интереса, нет движения, нет жизни. Движение и жизнь это про колебания, про другой фрейм, но они все неразрывно связаны, особенно равновесия и колебания, поэтому будем постоянно туда отходить. И слишком спокойные отношения, когда слишком все хорошо, это приводит к слабости. Нужно потом что-то доделывать, что-то оптимизировать, что-то менять, для того чтобы привнести какие-то эмоции. Если слишком много изменений, все постоянно меняется, нет никакого спокойствия вообще, то есть ушли в другую сторону в отношениях, в противоположный край, постоянно какие-то изменения, эмоции, мы к этому привыкнем и это будет тоже не интересно. Отношения тоже будут ухудшаться, как только для нас это станет стандартом. То есть мы можем находиться на какой-то точке, не на предельной, есть еще разрыв, есть излом, самая максимальная точка ломает систему. Есть приближенная к максимальной и вот там эффективность в какой-то степени доходит до высокого показателя и потом это все равно приводит к дестабилизации.

Здоровье. Привыкание организма к резонансному, улучшение крепости здоровья, отсутствие резонансов, потеря силы. Если у нас постоянно что-то происходит в организме, если постоянно происходят какие-то изменения, то организм начинает адаптироваться. Если эти изменения не переходят никогда в спокойное состояние, тогда организм расшатывается, он в постоянном стрессе, он будет чувствовать себя хуже. Если ему всегда спокойно, то тоже будет плохо. Ему нужны встряски, ему нужны резонансы, ему нужно чтобы было движение, жизнь, движение от левого края в правый, и чтобы охватывалось и то, и то. Привыкание к какой-то ситуации для организма, для иммунитета, это отрицательная часть, то есть становление в любой позиции — это негативная история. Всегда должны быть разные направления. Привыкание, установление на определенной позиции — это дестабилизация системы, хотя вроде как она там стабильна так как привыкла и успокоилась.

Развитие. Скачки должны сменяться, упорная работа и отдых, достижение всего, что можно разовьет мастерство. Чемпионы часто проигрывают так как расслабляются. Любой профессиональный спортсмен понимает, что нужен отдых и труд. Если ты будешь постоянно пахать, постоянно на высоком уровне напряжения, тогда это плохо будет сказываться на организме. И если у обычных людей вот это вот понимание плохо переходит в историю того, что это как-то негативно отразится на организме, а может быть не отразится, а я попробую и может мне вообще все равно на организм, типа забью на здоровье, но спортсмены понимают эффективность, они понимают, что если будут перенапрягать всегда мышцы, то те не будут развиваться. То есть если вы напрягаете мышцы до достаточного уровня, когда они начинают рваться или как-то изменяться и потом срастаться обратно, если они у вас расслаблены, тогда вы не развиваетесь. Усиления, улучшения никакого не будет. То есть вы сильно расслабляетесь, если вы не сильно напрягаетесь — роста не будет. Если вы пашете как вол и у вас постоянно все болит, и вы всегда все делаете через силу и постоянно слишком много усилий тратите на развитие, тогда вы просто будете рвать себе мышцы, они не будут к следующему разу успевать заживать, и вы будете дальше рвать и это будет ухудшать ситуацию. И поэтому необходимо делать перерывы. То есть, человек, который целый день тягает железо и человек, который один день отдыхает, один день — тягает, они будут по-разному развиваться. И вот тот, кто каждый день,

целыми днями таскает железяки, у него будут мышцы развиваться хуже, чем у второго, хотя второй тратит времени и сил на это меньше. Но у него и сменяемость, у него есть равновесие этой системы, равновесие в нагрузке, вот в этих разрывах, заживлениях, росте и опять нагрузке. Есть сменяемость, есть система, есть равновесие. Это не на среднем уровне, но это на уровне лево-право разные полюса. И если вы постоянно стремитесь к улучшению, если у вас нет спокойствия, если у вас какой-то фанатизм, фанатизм – это тоже полюс, то это будет всегда уничтожать вашу систему, ваши стремления. И мастер, он не фанат, у него есть равновесие и того, что он умеет, и того, что он тратит силы, и того, что он отдыхает. Они понимают необходимость всех этих вещей. И то же самое, помимо тренировок с нашим организмом, нам также нужно иметь какую-то сменяемость ситуации для того чтобы организм развивался, для того, чтобы улучшался иммунитет. То есть ему нужны встряски, нужны стрессы, он должен находиться в разных позициях, в разных ситуациях для того чтобы он развивался, рос, чувствовал себя хорошо. Он не может всегда быть в спокойствии или всегда в напряжении. И та, и та позиция негативно сказываются. И все это должно быть уравновешено. Условно, духовное и физическое, оно тоже находится на равновесии. Тот, у кого есть только духовное, ему будет не хватать физического, потому что мы живем в физическом мире, и мы ощущаем мир через физическое тело. Без него понять мир так как мы его можем понять – невозможно. И это тоже должно быть в балансе. Только тогда будет правильное и эффективное движение куда-то. И это касается, например, каких-то процессов закаливания, голодания, когда мы находимся в спокойствии и потом создаём стресс. С одной стороны, мы негативно влияем, с другой стороны мы развиваем. То же самое происходит, когда мы учимся. Для того, чтобы учиться нам нужен стресс, небольшая доля стресса необходима для развития. Если его нет, развитие не происходит, развитие падает, проваливается. Если постоянный стресс, развития тоже не будет.

Природа. Привыкание сменяется новым витком, так как природа всегда делает тесты и выбирает лучшего. То есть замирание и вновь изменение на уровне планеты — это также работает, появляются и исчезают. У природы нет стабильности системы, то есть в жизни вот этой стабильности, к которой мы стремимся, к какому-то одному полюсу, оно не существует, оно постоянно все меняется. То как выглядит вселенная сейчас, это не то, как она будет выглядеть через миллионы лет. Может быть она действительно происходил первоначальный взрыв и системы сейчас расширяется, если она расширяется, то через какое-то время она начнет схлопываться обратно, потому что все движется. И оно должно меняться по определенному графику, по синусоиде вверх-вниз и переходить с полюса на полюс. И соответственно, если у природы есть застой, если какая-то часть системы начала устанавливаться в определенной позиции, то природа это сбьет, она выйдет из этой позиции, какой-то аномалии, какими-то тестами или просто повернуть движение в обратную сторону и так работает все. Оно все движется и ничего не находится на каком-то максимальном уровне. Природа, окружающий мир стремится к определенной стабилизации хаоса. Хаос потому что все движется, все меняется и никогда не стоит на месте. Равновесие и стабильность потому что весь это хаос он более-менее уравновешен. Есть вот эти разнонаправленные позиции и они всегда есть в системе, и они меняются, движутся туда-сюда и стабилизируют друг друга. Соответственно, у природы вот этого привыкания и стабилизации нет. Если чуть копнуть в футурологию и подумать о том, что будет происходить с человеком и предположить, что мы будем жить вечно, мы к

этому придем каким-то образом мы этого добьемся и начнем полностью контролировать свою жизнь и свой вид, такого не будет, потому что тогда это стабилизация системы, тогда получается всегда есть люди, которых не было и вот они появились. Другое дело если они всегда были и появляемся, и исчезаем, развиваемся и деградируем и есть вот это движение. Но если мы появились и хотим в этом состоянии оставаться и оставаться тем же человеком, что и были раньше, то это невозможно, система это изменит и она к чему-то придет. Но и как бы какой-то наш конец в виде перехода в другой формат, это неизбежная часть развития в принципе системы.

## 20. центр\_полюса\_инновации\_бизнес

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1Rsl8YVoPZeaxndnIXIY6\\_KQ83ozxFYWN/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1Rsl8YVoPZeaxndnIXIY6_KQ83ozxFYWN/view?usp=sharing)

Инновации и отклонения. С одной стороны, мы создаем инновации, тем что подходим в какую-то сторону, то есть, есть общий рынок, есть какие-то правила игры и вот появляется человек, который отошел в какую-то сторону и создал что-то новое. И появилась инновация. Это уход от привычного, уход от стабильности в какую-то сторону. Появляется инновация, появляется новый продукт, появляется то, чего мы хотим развить и что-то более эффективное. И что такое отклонение инновации – это отклонение по большей части не от среднего, то есть это не то, что система была в каком усредненном положении, стабильная, то есть в центре в равновесии и тут кто-то ее начал расшатывать. На самом деле любое наше равновесие, которое нам кажется, оно не объективно. Это субъективные точки. То есть когда мы считаем, что все в среднем во т такие и в среднем все вот так, а обычно это крайности этого явления. Ну то есть, сейчас мы все стремимся к успеху, вот такой культ успеха, все должны быть успешными. И это средний уровень системы, потом кто-то появляется и говорит, я не хочу быть успешным, я хочу быть духовно развитым, и все говорят, о-о ничего себе, это что-то новое. Человек бросил свой бизнес и ушел быть монахом. И все относятся к этому как к какой-то определенной инновации, не к технической, но на уровне ментальном все равно это какая-то инновационная идея. Но на самом деле наше вот это стремление к успеху, наше мышление о том, что все должны быть супер успешные и все это очень важно для всех людей, это и есть уже крайность, то есть мы уже находимся на полюсе. Все не должны на самом деле успешными. И успех не должен быть всегда, но мы обосновались на этом полюсе, что у всех должно быть все одинаков и потом кто-то уходит в сторону и создается инновация. Есть другая сторона, это разрушение от ухода. Во-первых, если мы на крайности и если мы еще больше уходим в крайность, тогда система ломается, может быть перебор с этой крайностью и система провалится либо в среднее состояние, либо она сыграет обратно. Если будет сильное натяжение, сильное напряжение, это вот как вы берете и растягиваете резинку из одной точки в какую-то сторону. Если будет сильное напряжение этой резинки, в какой-то момент она, во-первых, будет всегда стремиться к центру, всегда стремиться вот к такому равновесию, но чем больше у вас будет создаваться напряжение, тем больше вероятность того, что она вылетит у вас из пальцев и тогда

она пролетит центр и полетит в другую сторону, она создаст в другом месте другую пиковую точку. И если переводить на систему, которая работает в мире, это не обязательно именно с этой резинкой происходить, она может другую резинку в ту сторону кинуть, пока она висит вот в этом состоянии. Если же резинку растягивать очень сильно, то в какой-то момент она порвется и все равно придет к среднему значению, но она будет неполноценная и это будет уже не та резинка, которая была. И в этой аналогии нужно думать, что у резинки есть конечное количество вариантов как она может порваться или не может отрасти, когда она порвана, на то же расстояние, что и была, в мире так не работает, в мире резинка которая порвалась и вернулась обратно, она такая же в общем-то резинка, она может вернуться к тому же состоянию, она порвана, но она может отрасти, условно. Но всегда есть вот эти возвраты, когда сильное напряжение и разрушение системы есть моменты, когда система ломается. Вот этот уровень натяженности, он отражается на многих вещах, если кто-то в системе становится слишком злым, кто-то должен становиться слишком добрым, при этом фрактально это работает и на уровне уменьшения системы, то есть если мы рассматриваем двух людей, то это система людей. Кто-то стал слишком злым, у него есть противоположный элемент в этой системе, кто-то очень добрый. Также у этого человека, когда он слишком злой есть вот это стремление к доброте внутри в самом его организме и оно где-то спрятано, оно борется, что-то делает, оно в какой-то момент может выйти и там поглотить эту злую часть. на этом основаны все вот эти фильмы, где человек, который постоянно что-то вторил, становится вдруг таким всем правильным и хорошим и на этом основано так же и учение о человеке, духовное учение, о том, что нет плохих, всегда есть то и то. Вопрос – куда вы смещаете вот эти рычажки, как вы производите настройку человека, но есть и то, и то. И в самой тьме есть свет и в самом светлом месте есть тьма. Все это есть и вопрос регулирования. Это как история про актеров и сильных личностей. У сильных личностей всегда есть какой-то надрыв, всегда есть где-то провал, какая-то серьезная проблема, серьезная трагедия, которая с одной стороны забрала силы и сильно шарахнула по человеку, а с другой стороны они появились. То есть, энергия, она перетекает, и она стабилизирует систему. Если на одном конце слишком много чего-то, появится другой конец, на котором тоже будет слишком много чего-то.

И рассмотрим все эти блоки по разным вариациям, например, бизнес и есть сейчас тренд на автоматизацию глобальный очень, очень большой, популярный и все считают, что автоматизация — это верх, все можно автоматизировать, человек неважен, все делает машина. И естественно это тупиковая ветвь, нельзя все автоматизировать, все равно нужен будет человек, все равно нужны будут какие-то действия, человек, который контролирует эти машины и если идти в автоматизацию, нужно думать не только о том, как работают машины, нужно думать о том, как работает человек, нужно смешивать эти идеи, тогда будет нормальное развитие, но в том числе для того чтобы вообще движение масс, движение большинства людей пошло в какую-то сторону автоматизации, нужно туда бросить очень много сил, чтобы сметить мышление и то, куда смотрят все люди, чтобы это стало трендом. И естественно, на этом уровне, когда все начинают говорить об автоматизации появляются противники, которые говорят, нельзя все это автоматизировать, важен человек. Всегда будет важен человек, никогда нельзя будет автоматизировать продавца и это тоже неверно, потому что это другая противоположная точка зрения, они не принимают ту и идут в другую и появляются они в том момент, когда появляются те, кто идут в сторону автоматизации.

## 21. центр\_полюса\_инновации\_остальное

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1LNu1AekfLy2mraxYltndO3K2mpclIB1M/view?usp=sharing>

Так. Начинаем дальше с полюсов, инновация и здесь мы дошли до отношений. И отношения. Есть определённые нормы и есть тренды. Нормы – это то, что в принципе все считают нормальным, тренды – это то, что сильно выбивается из общей массы и есть какая-то золотая середина. То есть реальная норма. Это уже больше про биологическую физическую норму. И сейчас один из трендов, который появляется или появился, это норма на тело, она начинает размываться. И появляется тренд, того, что люди, которые толстые, они как бы тоже красивые. И нужно уважать их выбор и нужно смотреть на них как-то иначе и не выказывать никакого негатива, отвращения, ничего такого. Потому что человек может быть тем, кем хочет. Если он хочет быть толстым, он может быть толстым. И это довольно такой укоренившийся тренд, появлялись даже ответвления на каких-то моделей, которые очевидно толстые. И к этому пытались привести людей. Был какой-то другой тренд, другое ответвление, так как все идет по синусоидам, все не в равновесии, все в колебаниях, был тренд на худобу, на то, какие должны быть модели. И это считалось тоже каким-то идеальным показателем. И что-то направление, что-то направление – не является верным. То есть это гипертрофированные какие-то отходы от среднего положения и это как раз перевод точки к максимуму. Это перевод к одному из полюсов. Пришли модели на подиумы, может на них удобно висит одежда, когда они слишком худые, но это начали продвигать и дальше, на остальных людей. И начали продвигать идею того, что это и есть идеал, но идеал для человека — это его норма веса, мышц, жира, всех вот этих показателей, биологическая норма. И понятно, что те же толстые люди, которые пришли потом на замену, естественно этот тренд должен был пробиться, они ненормально толстые. То есть, есть люди, у которых немного лишнего есть, есть люди, у которых в принципе просто такая структура тела, она полная, относительно остальных и это норма. А есть избыточный вес, который портит на самом деле человеку жизнь. Потому что этот человек получает большую нагрузку на все органы и это просто вредно для самого человека. И такой нормы быть не может и это ответвление в одну из сторон, которая не является правильным. И люди просто начинают говорить, что другие должны иметь право на выбор, тут вопрос больше не того, толстый или нет, это вопрос того, человек хочет быть таким и все остальные должны к нему относиться нормально, если он таким быть хочет. И с одной стороны, это правильно, потому что никто не может запрещать человеку что-то делать с собой, потому что это его жизнь, и она не касается остальных. При этом тут есть другие ответвления того, что, если человек что-то делает с собой и это влияет на остальных, остальные получают это импульс, то есть они могут и отдать обратно. Если человек выглядит неприятно для кого-то, даже если тот человек будет смеяться и говорить, что нет нормально прятать свои эмоции и так далее, то на нем это все равно будет отражаться. Будет отражаться негативом, который он получил, увидев это и с другой стороны это будет еще и негатив из-за того, что закупориваются эмоции, он не может отдать свою реакцию, он ее должен скрывать и человек страдает. Может быть не так

сильно, но это есть. То есть, вот эта свобода у остальной свободы чуть-чуть отбирает. И в данном случае вот эта история про свободу выбора, она гипертрофированная. Она слишком движется к полюсу. То есть, есть какие-то середины, нормы, на которых может все дальше держаться, уравновешенные состояния, когда этим людям не говорят откровенно что-то негативное. На них специально не направляют какой-то негатив, но и смиряться ни с чем люди тоже не должны. И вот это такой отход как бы в какую-то инновации, инновация в данном случае не то, что люди толстые должны быть, а в том, что у них вот такая свобода получается, что никому не должно быть важно, что происходит с другим человеком. Но это всегда рывок в одну сторону. И естественно, когда появляются вот эти люди, которые говорят, нужно слишком много свободы, появятся другие, другой лагерь, другой полюс, который будет создавать негатив, который будет говорить, что нам все это не нравится, доставляет дискомфорт, мы со всем этим не согласны. И будут те, кто немного склоняется в какую-то сторону или им все равно, во всяком случае на какую-то долю погрешности можно решить, что все равно, хотя всегда человек к чему-то склоняется, к какому-то выбору. Он не может быть в самом центре, кроме как в каком-то идеальном состоянии, но это уже больше про такие трансовые вещи. И получается, что идет отход к полюсам. И это не средняя позиция, это не попытка уравновесить систему, это попытка ее раскачать. То есть, с одной стороны кажется, что это равновесная позиция – все равны, с другой стороны, это на само деле, отход середины и сильное стремление к каким-то полюсам.

Открытость-закрытость отношений, свобода – это все тренды. Когда гармония всего, тогда все хорошо. Это продолжение вот этой идеи о том, что свобода, как таковая, она не может быть идеалом. С одной стороны, что может быть лучше полной свободы? Человек должен быть свободен и можем к этому стремиться. На этом примере, на других примерах. И стремиться к тому, чтобы человек делал все, что хотел, и никто на него косо за это не смотрел и ему это позволялось. Но само понятие свободы – это довольно разрушительная история, если она стремится к полюсу. То есть абсолютная свобода деструктивна для системы. Если дать людям абсолютную свободу, то в конечном итоге это все превратится в полный хаос и в итоге все откатится обратно и сначала все придет к полюсу справа, полной свободы, потом, когда люди поймут, что свобода это на самом деле очень деструктивная история, если она будет на пиковом уровне, все это откатится назад, на уровень запретов всего и полного контроля. Потому что чем дальше отходит одна сторона от полюса, тем дальше будет ответ другой стороны, тем сильнее он будет. И потом это будет все уравновешиваться и приходить к середине. Как вот эти тренды, они очень сильные и гипертрофированные, это не просто тренд на то, чтобы разговаривать более корректно и не вызывать какой-то негатив у остальных людей. Это специально создаётся система, в которой вот это движение, мысль, уходит к полюсу, для того, чтобы потом все это раскачалось и уже сместились в сторону.

Здоровье. Уход во что-то одно – в спорт, похудение или что-то еще, все это разрушение. Развитие настоящей инновации, это когда уходят от тренда, но приходят к середине. Ну и ту написано, монахи, но монахи – это тоже определенная крайняя позиция, это не совсем середина, не совсем центр. И если человек очень сильно уходит в какое-то одно направление, что касается здоровья, он переходит к полюсу, он постоянно занимается спортом, то это негативно на него скажется. То есть спорт – это позитивная часть, это то, что приносит нам здоровье, как физическое, так и

эмоциональное, это очень полезное занятие. При этом, если вы занимаетесь спортом на уровне профессионала, тогда спорт здоровье у вас заберет. То есть профессиональные спортсмены к концу своей жизни уже совсем во взрослом возрасте очень сильно страдают, если это не наступает в каком-то среднем возрасте. У них начинают болеть суставы, органы, потому что они дают перегрузку, они дают слишком сильную нагрузку и большой спорт в какой-то степени из очень многих людей делает в какой-то степени, калек. И они сами не рады тому, что у них это происходит. Но человек не сильно задумывается о том, какую плату он должен совершить за то, что он уходит к отдельному полюсу. И отдельный полюс, это, например, постоянный спорт. Или постоянное похудение, максимальное похудение, чтобы не было ни капельки жира, это тоже отражается негативно на организме. Он должен быть в норме, должен быть подтянут, человек должен худеть, если у него есть лишние килограммы, потому что они влияют на него и физически и психологически и человек должен заниматься спортом, потому что он должен поддерживать свое тело в форме. И если говорить о равновесном состоянии, то один спорт не приведет к нормальному состоянию сознания, он помогает, но нужно еще психологическое, ментальное развитие. И в то же время уходить в ментальное развитие полностью нельзя, потому что нужно развивать и тело. И как пример, тут был про монахов, что у них есть вот это равновесное состояние на уровне, они развиваются ментальные части, если мы говорим по вот этому направлению шаолиньских монахов, они развиваются хорошее отношение к миру, и с другой стороны у них довольно жесткие правила. И где-то жестокие упражнения. И помимо того, что они занимаются медитацией, у них еще есть занятия спортом. Вопрос тоже – насколько это сильно внедрено, насколько близки эти занятия к полюсам, то есть спортом тоже можно заниматься не весь день, но настолько усиленно, что это тоже перебор для нормального человека, для здоровья. И с медитацией тоже может быть перебор, если вы постоянно занимаетесь медитацией и спортом, то больше вы ничего не делаете вообще и это тоже полюсное состояние, не какое-то равновесное.

Развитие. Логика и эмоция, объединение всех систем – это инновации. Смещение – это лишь потери. Гениальный логик, который делает открытие – это интуитивный мастер. Развитие состоит и из логики, и из эмоций. И, с одной стороны, это алгоритмическое мышление, с другой стороны – креатив. То есть, если вы развиваете что-то одно, нормального развития у вас не получится. Чтобы развивать себя эффективно, то есть добиваться высоких результатов и при этом прилагать не огромное количество усилий, нужно развивать просто поочередно и то, и то. Это как смена мышления, смена действий. Когда вы занимаетесь какой-то логической задачей, если вы постоянно думаете про логику, то в конце концов вы начинаете уставать. Для того чтобы отдохнуть, чтобы сбросить нагрузку, можно также начать заниматься каким-то делом – можно от работы отдохнуть работой, просто другая работа должна быть в другом направлении. Это должен быть какой-то креатив, например. И тогда мозг отдыхает, и вы набираетесь сил и эффективно работает над всем.

И этот принцип, он есть и в других системах развития. Например, развитие памяти идет поочередно. Сначала вы запоминаете, потом вы отдохните и так по кругу какое-то количество раз. Если смотреть на методы дворцов памяти, то там видно, что, когда человек использует разные сенсорные системы, то есть звук, обоняние, вкус, логику, это очень сильно улучшает его способности к памяти, его способности запомнить что-то и для него запоминание дается легко. Люди, у которых очень хорошая память,

которые где-то выступают на конкурсах с вопросами использования памяти, они не используют столько сил, как нам кажется, они просто умеют пользоваться вот этим объединением систем. И эффективность мышления и запоминания, она где-то в пять раз выше, это, по-моему, исследования Тони Бьюзена, который очень много времени посвятил памяти и креативному мышлению, и который создал майнд-карты, карты памяти, карты интеллекта. Он изучал процесс и вывел, что, если человек меняет полюсность, то есть сначала занимается логической историей, потом занимается креативной частью, его эффективность вырастает в пять раз. То есть просто совмещение и того, и того, объединение систем дает кратный результат. И это как раз про то, что не нужно уходить во что-то одно, в какое-то конкретное направление, для того, чтобы там добиться сверх результатов. Сверх результаты там, где есть равновесная позиция и где эти полюса объединены. И тут есть блок про того, что гениальные логики делают открытия, но это интуитивный мастер. Человек, который постоянно занимается решением логических задач, математики, например, физики, если послушать, что они говорят о том, как они приходят к своим решениям, оно говорят, мы считали, считали, что-то делали, делали и в итоге решение к нам просто пришло, это объединение логики и интуиции, он доверяют своей интуиции, они работают с этим, они не просто так все считают на бумажке и все смотрят, что там получилось. Это совмещение всех систем, именно поэтому в этом плане гениальны, потому что у них на само деле есть и та, и та часть, они обе развиты, хотя кажется человек движется только в сторону одного полюса.

Природа. Тупое копирование как в природе без адаптации – это разрушение, если взять принципы, это может быть прорывом. Это тоже про полюсное мышление, когда, с одной стороны, мы говорили уже о том, что бионика и биотехника, вот эти направления, когда люди начинает смотреть что и как живет в природе и начинает это копировать, это прорывная технология. Потому что животные, насекомые, растения устроены гораздо чем то, что создаем мы. Они прочнее, более износостойкие, они эффективнее, чем наши изобретения. Если мы будем смотреть на то, как они делают и переносить это к себе, то у нас будет гораздо больше прорывных технологий. Но проблема возникает тогда, когда человек уходит сильно в полюс, с одной стороны, там все правильнее и нужно делать так, как сделано в природе, но с другой стороны, если вы будете копировать полностью, если вы будете просто брать систему и переносить ее в наш мир без адаптации, то это работать не будет. Будет что-то не учтено и из-за этого вся система работать не будет или это будет тратить слишком много ресурсов, которые мы не можем себе позволить. То есть средняя позиция – это посмотреть на мир и попробовать оттуда что-то взять, что-то привнести, где-то подсмотреть, как это может быть устроено. Полюсная позиция это когда полностью копируется то, что есть и человек пытается сделать абсолютно ту же систему. природа абсолютно те же системы не делает, это фрактальная история, это про фрактал принципов, а не полностью фрактальный визуал, фрактально-техническую составляющую. И вот как может быть с одной стороны позитивное направление мысли превращено в негативное, если уходить к полюсу.

## 22. центр\_полюса\_скакчки

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1WQ1dSAhFF72ZKQjtecNxDSvgPOXTHcow/view?usp=sharing>

Полюса, скакки, эмоции, равновесие, когда есть все. Это про ту же систему, что есть скаккообразные вещи, полюсные, особенно когда человек пытается из середины куда-то в край, это деструктивная история и норма, средняя позиция, которая эффективна, это та ситуация, когда есть разные части и они взаимодействуют совместно.

Бизнес, равновесие пользы и денег, эмоции труда, все это необходимо для бизнеса. Без этих составляющих, бизнес не является бизнесом. То есть бизнес, который построен только на деньгах, если вы создаете бизнес, которой должен просто зарабатывать и не приносить никакой пользы, это на самом деле не бизнес. Это то, что не принесет никакой эффективности. В крайних случаях, так как всегда есть разнообразие в природе и есть аномалии, то есть может быть система, в которой бизнес построен ради денег, и он приносит деньги, но это, например, бизнес с поддержкой государства, которому не важно, как он работает, он все равно будет зарабатывать. Но в нормальной системе, большинстве своем, это бизнес работать не будет, то есть он должен приносить реальную пользу. И он должен приносить пользу окружающим, человеку, который создает это бизнес и так строится крепкая серьезная система. То есть, большие компании, которые известны и которые становятся гигантами и что-то меняют, это всегда совмещение пользы и денег. То есть человек, конечно же, хочет от бизнеса получить деньги, потому что это оплата его труда, это обратная реакция, без денег бизнеса не может быть, потому что тогда вы что-то приносите и ничего не получаете взамен. Это не равновесная система. При этом, у больших бизнесов всегда есть идея, всегда эти бизнесы создаются ради чего-то, какая-то первоначальная цель. И большинство серьезных бизнесменов говорят, мы не работаем за деньги, потому что деньги в каком-то объеме, они перестают быть интересными в принципе. Когда появляется их переизбыток, нужно что-то еще и если у тебя заранее нет идеи того, зачем ты это делаешь, кроме денег, то все это развиваться не будет. И тоже самое должно быть обязательно равновесие эмоций и труда. Это не должна быть простая штука, нет какой-то просто работы без нудных вещей, без тех вещей, которые вам не нравятся, без труда, но при этом должно еще и приносить эмоции. Это касается и сотрудников, которые только так могут нормально развиваться. Если человек его работа не приносит эмоций, если она ему не нравится, вряд ли он сильно будет продвигаться по карьерной лестнице и не достигнет результатов. У него должно быть это совмещено. Если ему работа нравится, но он не приносит труд, тогда тоже он ни к чему не придет. И без вот этих частей бизнеса нет, это только видимость, это просто картинка.

Отношения. Есть такой тренд на отрицательных персонажей, особенно сейчас. Людям показывают негативных героев и людям это нравится. И с одной стороны, так не должно быть, потому что, мы все как бы добрые люди, которые хотят всем позитива и добра. Мы все правильные и хорошие. При этом мы симпатизируем отрицательным

персонажам. И это не вяжется в норму. Это не очень понимается с точки зрения логики, но на самом деле в этих персонажах есть какая-то другая часть, другой полюс. И если у нас сильно все заточено на одну полюсность, все должны быть добрые и хорошие, то нам начинает чего-то не хватать. Нам начинает не хватать небольшой агрессии движения и так далее, а у них мы это находим. И мы видим. И мы видим в какой-то степени отражение тех качеств, которые мы хотим, которые мы скрываем. И если мы смотрим на какого-то отрицательного персонажа, и он грабит банки и убивает людей, то необязательно нам хочется именно этого, не то чтобы наша целостность зависит от того, грабим мы банки или нападаем на людей. Но у этих персонажей проработана их структура мышление, и они где-то агрессивны, где-то максимально спокойны, там, где обычно мы нервничаем, где-то они не скрывают того, что они думают и могут просто высказывать то, что хотят. Где-то они наоборот, умеют побороться сами с собой и скрыть какую-то историю для того, чтобы потом создать собственную игру. И нас привлекают вот эти части, потому что нам хочется целостности и, если мы уходим в какой-то один полюс, один тренд, нам хоть где-то нужно получать другую сторону. И как есть в изучениях Юнга, он говорит о темной стороне, о том, что у каждого человека есть темная сторона и если вы ее не испытывали, если вы ее не пробовали и не знаете, что это такое, то вы не получаете столько эффекта. У вас нет этого опыта, у вас нет этой силы, которая вам дана.

Для того чтобы быть в безопасности. Нужно быть опасным. Если вы испытали темную часть, вы будете в большей безопасности, относительно окружающего мира. Потому что вы будете ощущать эту силу. Необязательно быть злым для того, чтобы испытывать эту темную часть. но это должно быть как-то уравновешено. Даже если говорить, например, о жертвах преступлений. Если обращать внимание на маньяков, и может быть не маньяков, а хулиганов, разбойников, которые нападают на людей, обычно у них из-за вот этого развитого животного внутри, у них развито ощущение силы, слабости, страха других людей. И зачастую, те, кто нападают, они сканируют просто всех людей вокруг и ищут жертву, на которую можно напасть. И это необязательного жертва, у которой нет сил, это необязательно просто человек, который слабый физически. Такие люди обычно вычисляют тех, кто психически еще слаб. Тот, кто применит минимальное количество усилий, для того чтобы отбиться от этого человека. Тот, кто вместо того, чтобы бить или бежать спастись, замрет. И если вы открываете в себе вот эту темную часть, если вы уравновешиваете, то у вас становится гораздо больше уверенности, спокойствия и даже в таких вещах вы будете в большей безопасности, потому что вы не будете попадать в радары. И вот здесь этот блок про то, что без агрессии вы не сможете защититься, но ее нужно использовать не просто так. Агрессия ради агрессии, просто негатив, злость – это деструктивная часть, это другой полюс. Это сильная отхождение скачком в другую сторону. Эти вещи должны быть уравновешены. И тогда это приносит сильный результат.

Здоровье. Развитие идет скачками, без них не будет здоровья, на примере лечения. Падает и улучшается – главное куда идет тренд. Даже в течение дня человек себя чувствует то лучше, то хуже, когда он болеет. И у него есть вот эти колебания, скачки вверх-вниз. И скачки будут всегда у любого человека, даже если он супер здоровый. В какой-то момент он будет чувствовать лучше, в какой-то – хуже. И вопрос – куда будет направлен тренд движения. То есть опять должны быть уравновешены вот эти вот

полюса. Если слишком все хорошо, если слишком все потрясающе со здоровьем, то есть вероятно, что т это все равно откатится.

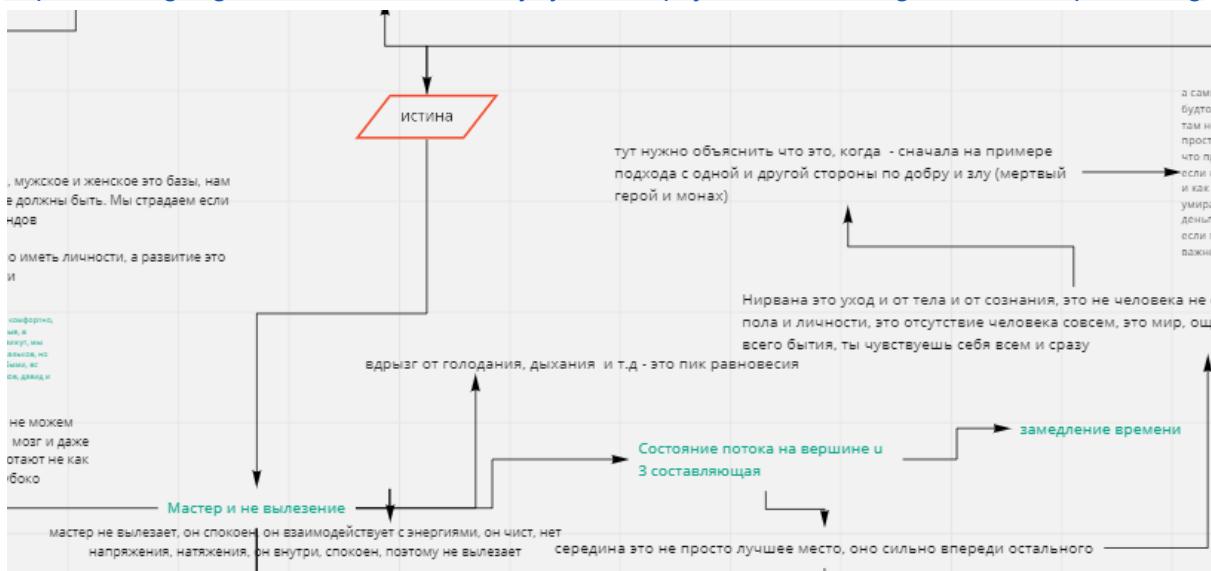
Развитие. Движение, анализ, откатывание, наработка. Если говорить о развитии с точки зрения движения, вы можете что-то делать, стараться что-то создавать и не обращать внимания на то, что вы делаете. То есть не делать остановок. Вот вы побежали куда-то и несётесь к своей цели, и вы постоянно что-то делаете и с одной стороны вы получаете опыт, вы максимальное количество вещей делаете, так как вы не останавливаетесь, вам никогда останавливаться. И при этом, вы получаете максимальное количество опыта, потому что вы совершаете максимальное количество действий в максимальное количество ситуаций попадаете. И это должно быть суперэффективно. Потому что, вы вроде как на максимуме используете свои мощности. Но это полюс. Это уход только во что-то конкретное, только в движение без остановок и если вы не останавливаетесь, не анализируете то, что вы делаете, а на бегу нельзя анализировать. Нужно сесть и больше не делать того, что вы делали до этого и посмотреть на ваши результаты, посмотреть в будущее и понять, что будет дальше. И если вот это не совершать, то эффективность будет не такой высокой, будет сильный износ, будет психологическое давление и результаты будут постепенно ухудшаться. Если вы останавливаете и можете проанализировать, то результаты улучшаются кратно, потому что вы меняете позицию и уравновешиваете систему. Это в том числе работает и на работе. Человеку нужно что-то делать, потом ему нужно отдыхать и о чем-то думать. Условно, есть такая проблема, когда человек работает, он сидит за компьютером и работает и кажется, что он постоянно должен что-то делать – водить мышкой, печатать, он же работает, он должен работу совершать, он не должен просто сидеть. И из-за этого у людей есть ощущение того, что вся их работа заключается именно в этом, чтобы что-то механически совершать и показывать остальным, что они все это делают. Но на самом деле эффективнее работа была бы, если бы человек мог спокойно что-то делать, а потом сесть, отложить клавиатуру, отложить мышку и проанализировать, что он делал. И подумать, а что делать дальше. Или взять ручку, карандаш и порисовать что-то на бумаге и представить себе там какие-то планы или пойти порисовать на доске вовсе. То есть каким-то образом отвлечься и заняться анализом, мыслительной деятельностью. Если он занимается особенно бизнесом и постоянно что-то делает, что-то считает, ему категорически будет не хватать этого навыка просто сесть и проанализировать, ни делать ничего, а просто подумать, оценить и тогда уже приходят новые, качественные мысли, которые сильно улучшают упрощают движение.

Природа. Разнообразие природы – это и есть скачки. У природы есть очень большое разнообразие существ, событий, явлений и она постоянно в движении, то есть она не останавливается на чем-то одном, она многовариантна и из-за этого она постоянно развивается, потому что всегда в едином времени на больших масштабах есть разные части. И в глобальном плане, природе не нужно что-то менять, она все равно движется к развитию и для нее нет понятия развития плохого или хорошего. Любое развитие – это развитие, это изменение системы, это ее адаптация, это получение опыта

## 23. духовность\_истина

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1MuBxKxyayPl1kvuqQyX5-UCPBY6mgao8/view?usp=sharing>



Так. И мы дошли до центра духовности, до истины. И истина, с одной стороны, то, что существует, с другой стороны – нет, так как истина – это конечная история, а в мире все развивается и меняется. И в первую очередь нужно понять, что это такое, что такое понятие вот этого равновесия и реальной истинности. Есть условный график, здесь вот он некорректный, но движение от полюсов вверх по эффективности. То есть, чем ближе вы к центру, тем сильнее эффект, тем выше эффективность. И в состоянии равновесия, у вас как бы должна быть оптимальная эффективность. То есть на краях эффективность падает, потому что вы сильно отрицаете другие части, другие составляющие и чем ближе к середине, чем ближе к равновесному состоянию, тем этот график выше. Соответственно, получается пика. И на краях тоже могут быть бугры. И на это пике есть одно очень тонкое место, которое увеличивает эффективность в десятки раз, от того, что было рядом. То есть, условно, на краю ваша эффективность сильно падает, и она стремится к нулю. На середине ваша эффективность 10%, а на центре 100%. Ну или можно любую другую разбивку придумать цифровую, но вот этот центр, который очень тонкий, очень маленькая площадь расстояние время у этого события, но оно делает максимальный эффект. И оно меняет совсем форму системы, оно меняет пространство и сам процесс в корне. То есть, если вы идёте от краев или к краям, у вас постепенно происходит изменение, вы приближаетесь к середине и у вас процесс улучшается, и вы становитесь более равновесным и более эффективным. Но если вы поймаете вот эту часть в центре, то этот процесс просто рванёт вверх. Но при этом, это место довольно сложно. И зачастую человек перепрыгивает лева направо, и он перескакивает это место, он на него редко наступает. И если говорить о понятной позиции, о понятном явлении, которое, наверное, испытывал практически каждый человек, это состояние потока. Есть целая книжка, даже 2 у человека, который больше всего говорил о потоке, который его продвигал, как понятие, как то, что может развить. И это состояние, когда вы полностью в процессе. То есть вы начинаете работать и вам нужна на чем-то сосредотачиваться, вам нужно себя заставлять что-то делать. Иногда вы делаете это

эффективно, иногда – нет, иногда вы отвлекаетесь на что-то и работа — это зачастую такой процесс движения туда-сюда, отвлечение мыслей о каких-то деланиях, ну вам периодически хочется встать и походить, вас что-то может напрягать, раздражать, вам может не нравиться какая-то задача и вы боитесь ее выполнять. В какой-то момент вам захотелось пойти поесть. Потом вам захотелось кому-то что-то написать и постоянно происходят вот такие прерывания. Это нормальный рабочий процесс, человек постоянно на что-то отвлекается, он постоянно о что-то думаете, на втором плане у его беседы в голове, домашние и личные проблемы и параллельно он работает. Он может эффективно работать при этом, вполне себе нормальное состояние для работы. Но иногда, когда человек вовлекается, когда он начинает что-то делать и потом ему начинает это нравиться, он начинает отвлекаться от внешнего мира, сосредотачивается на работе и он погружается в это состояние потока. И в состоянии потока у него время движется совсем по-другому у него отсутствует голод, желание сна он как будто бы живет в другом мире, он перемещается мир этого процесса. То есть он чем-то занят и все, он больше не находится здесь. То есть, человек сел писать картину, и он пишет ее целые сутки, и он не ел, не спал, ничего не делал или ему давали какой-нибудь бутерброд, он параллельно ел и рисовал и в этот момент он находится в состоянии потока, у него нет этих потребностей, ему не нужно ничего от мира, он не боится, ему приходят постоянно новые мысли в голову, он постоянно что-то делает, у него продуктивность вырастает в десятки раз, относительно того, что он делает обычно. И он полностью в этом процессе, то есть он протекает сквозь вот эту часть. и состояние потока это как раз вот эта середина. То есть, состояние в котором вы просто продуктивно и хорошо работаете, оно очень сильно отличается от состояния потока. Там все ваши мысли, все ваши ощущения и возможности, которые вы можете применить, они кратко отличаются. То есть, вы ни на что не обращаете внимания, и вы гораздо лучше думаете. То есть там вы придумаете гораздо больше полезных вещей для вашего процесса и гораздо больше сделает за единицу времени, чем в предыдущем состоянии, когда вы хорошо себя чувствуете, вы находитесь в равновесии относительном. И когда вы впадаете в это состояние потока, вы просто в нем движетесь, вы не утруждаетесь, вы не тратите силы на то, чтобы в нем находиться, на то, чтобы себя что-то заставлять, вы просто там, сливаешься воедино с этим процессом, вы становитесь этим процессом. И вот эта часть, она тонкая. То есть в ней не так просто попасть. И зачастую люди испытывают это когда делают что-то и случайно попадают в это состояние. И в этот момент они говорят, что время пронеслось незаметно, они совсем не устали, пока работали, они до этого испытывали голод, сон и так далее и попали в это состояние и больше его не испытывали, пока работали. И их очень сложно отвлечь. То есть человек может спокойно начать вечером работать и проработать так до утра. Потому что он в это попал. И наверняка вы естественно с этим сталкивались, в том или ином виде. Состояние потока может быть в любом направлении и это состояние – это одна из точек максимального равновесия. То есть вот этой самой средней середины. И вот здесь обозначено, что состояние потока, оно на вершине, есть такая U-составляющая, график в виде перевернутой буквы U, в которой в самом верху есть эта максимальная эффективность. Там замедляется время, вы успеваете сделать гораздо больше, там меняется все. И вот это равновесие и есть во всех процессах. То есть, в любом процессе можно найти вот эту точку. Но обнаружить ее довольно тяжело. И один из вариантов вот этого равновесия очень высокого уровня, это нирвана. Нирвана – это когда человек уходит от тела и от сознания, и у человека отсутствует любое ощущение его идентичности,

при этом он чувствует свою идентичность совсем. То есть, мы можем быть сильно погружены в ментальные процессы и уходить полностью от телесного. Мы можем уходить полностью в телесное, физические упражнения и уходить от сознания. И мы можем приближаться к центру и отбросить все. И тогда вы ощущаете свое тело, как тело всей вселенной, вы ощущаете свое сознание, как общий информационный поток. И это довольно сложно объяснить, это действительно ощущение, если вы этого никогда не испытывали, то надеюсь, что вы испытывали поток и попробуйте сами объяснить, что такое поток. Насколько это состояние меняет ваше ежедневное состояние. И сможете ли вы словами передать вот сами эти ощущения другому человеку. И тут тоже самое, ощущения эти передать практически невозможно, вы чувствуете это очень особенным образом. Но это ощущение сразу всего – вы и ничего, и все одновременно. И у вас пропадает ощущение справедливости, пропадают цели, эмоции, относительно людей, вы не становитесь безразличными, то есть вам не ставиться безразлично человечество и в то же время оно становится абсолютно безразлично. И это состояние парадокса. Вот это состояние истины, состояние равновесия – это определённое состояние парадокса, когда вы чувствуете и то, и то одновременно, все происходит одновременно. Вы относитесь с безразличием к человечеству в том плане, что вам неважно к чему оно придет, вам не важно останется оно существовать или оно уничтожит само себя. Вы рассматриваете его часть системы, которая живет и одна из составляющих жизни – это смерть. Это тоже необходимая часть, это двоякость вот этого бытия, которое дальше мы тоже будем обсуждать. И для вас это является нормой. И при это вы ощущаете себя всеми этими людьми и вам как бы нравится это ощущение. То есть вы испытываете максимальную соединенность с каждым человеком, будто вы – это все они и при этом вы отдельная общая информационная сущность и вы чувствуете себя каждым и никем. И в этот момент вы как будто бы знаете все, о чем они думают, все, что они делают. Вы видите и негативные части, и позитивные части, но у вас отсутствует эмоциональный фон на это, как у обычного человека. Вот это фон эмоциональный, его можно убрать. Можно ничего не испытывать. И вот психопаты, он не испытывают эмоций, определенный вид психопатов. Они тоже делаться. Но вот это отсутствие эмоций оно неполноценное. То есть это нельзя сравнивать, просто отсутствие и вот это вот наполненность смыслом и ощущением жизни, ощущением бытия, потому что жизнь мы привыкли именно свойство, когда мы живы, а на самом деле жизнь, это и смерть и на самом деле все. Это процесс, он состоит из этих частей. И для вас все это имеет смысл, все это разнообразие, все эти проблемы и достижения имеют смысл ищаются вами как просто часть. И вы видите всю эту картину, и как она вся живет и наслаждается всем этим процессом, что оно вот так живет. И то, что вам казалось несправедливым или то, что вам казалось безумно ужасным, самым страшным для вас уже не кажется таковым. То есть, например, вам очень страшно, что кто-то умрет в семье, а там, в этом состоянии, вы этого нее будете ощущать, нет ощущения этого страха. Там это то, что когда-то должно быть и это часть системы. И все живут в этой системе. и там отсутствует ощущение того, что вы когда-то исчезните, там нет опущений себя, как человека, поэтому вы ощущаете себя как энергию, а энергия переходит из одного состояния в другое. То есть она деться никуда не может. Что это там душа, которая прейдёт в другое тело или тело, которое перейдет в другие молекулы и будет там жить, это неважно, главное, что все это каким-то образом являет ваше продолжение и вы часть этой системы, общей для всех. И это ощущение, вот этого центра, когда ты чувствуешь то, что пишут в библии и то, что очень сложно осознаваемо для человека.

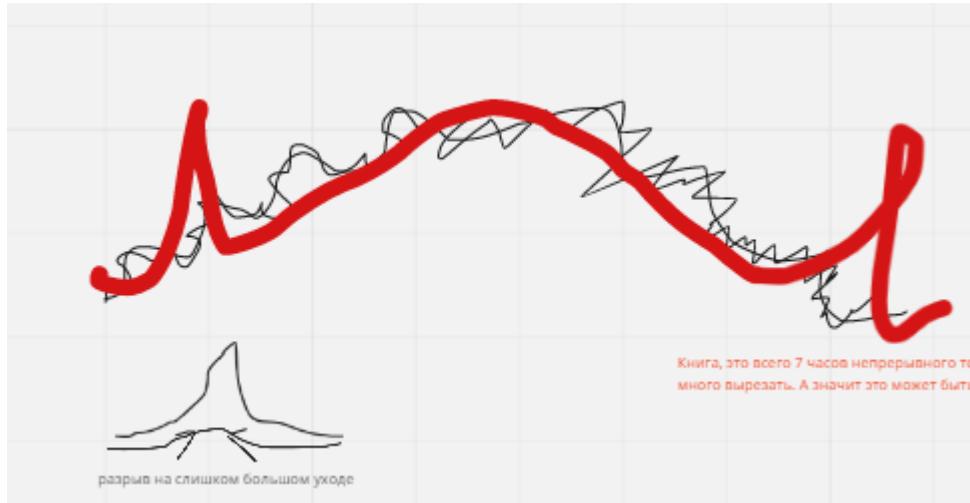
Там говорится, что бог видит сразу всех, он видит все. И когда ты как человек это читаешь, ты не понимаешь вообще, как это. Нельзя же видеть сразу все. У вас есть внимание, внимание оно целенаправленное, оно направлено в конкретную точку, и вы можете видеть все, но сосредотачиваться на чем-то одном. И получается формально, вы видите что-то одно, а он как бы следит и видит, и понимает все процессы. И во там вы ощущаете примерно это. Что вы чувствуете связь со всем, вы все одновременно, и вы вот это процесс. Вы не отдельная часть, которая умерла или достигла каких-то высот, вы весь процесс, который создаётся этими частями. И там нет вот этого сожаления, радости, какого-то экстаза, который кажется, что должен быть при каких-то наркотических веществах, это совсем другая история. Это очень большой уровень энергии, когда вы ощущаете себя и центром и все остальным. Видите себя во всех точках. И видите это все и ощущаете это сразу все. И вот тут есть пример, того ка посмотреть на вещь, которая для вас сейчас максимально важна, так, чтобы она стала не сильно важна. И вы можете оценить вашу жизнь сейчас, у вас есть какие-то достижения, есть близкие, знакомы, родственники и кто угодно, есть важные цели и что будет через сто лет. Вот сейчас это все важно, а что будет через сто лет, вас вообще не будет. Важно ли то, будет происходить с теми людьми, о которых вы подумали, если вас не будет. И там уже меняется восприятие и важность. Если вы думаете о детях, конечно вам важно, что у них будет в будущем. Но детей тоже через какое-то время не станет, будут внуки, будет продолжение рода. На каком этапе вам все еще важно продолжение вашего рода, именно вашего. Учитывая, что ваши гены смешиваются со всеми остальными и постепенно ваш вклад уменьшается. А что произойдёт через 1000 лет. Мир изменится совсем, у вас уже будут какие-то супер дальние родственники, все изменится. Все идеи поменяются, бизнес поменяется, изменится абсолютно весь мир и так, что вы даже не может представить. Насколько важно все, что происходит сейчас, конкретно с конкретными людьми. И если посмотреть еще с точки зрения того, что это происходит на одной маленькой планете, которая находится в огромном космосе, в котором огромное количество планет и огромная возможность вариаций других жизней, других материй и в принципе, целая вселенная существует, он существует не ради людей, а просто существует. И она гораздо больше, и вероятнее, умнее, чем человек. И когда вы меняете вот этот фрейм, мышление, вы перестанете ощущать вот это важность конкретных процессов. Но при этом не становится наплевать, вы не думаете, что то, что живут сейчас люди – это все фигня, все равно все умрут, ничего не изменится, все придет непонятно к чему. Вы ощущаете их важность сейчас, они сейчас часть системы, которая работает. Но восхищаетесь вы всей вот этой системой, этой взаимосвязью, каждым элементов, всем и каждым. Ну и довольно сложно оценить и передать всю энергию, которую вы ощущаете, потому что можно так, как будто она вас разрывает, распирает изнутри, а это ощущение энергии, которая как будто она всесильная и бесконечная и при этом она такая мягкая. То есть она может содержаться в небольшом объеме пространства, она не пытается все разорвать и уничтожить и при этом она может сделать все, что угодно, изменить любой процесс и повлиять на все. И это ощущается где-то в теле, при том, что тело тоже меняется, потому что тело ощущается уже всем. И вот это состояние реального равновесия, то есть реальной точки, вот этой тоненькой. Когда вы переходите в самый центр, и вы его смогли поймать. То есть медитация, когда вы ощущаете себя по-другому, когда вы переходите в измененное сознание, оно близко к центру. Это сильное эффективное состояние, оно гораздо эффективнее, чем обычная жизнь, но оно просто там близко. А вот это состояние нирваны, состояние реального максимального транса в самом

центре, и оно довольно сложноуловимо. И оно тоже не делится бесконечно, нельзя постоянно находиться в этом состоянии. Если бы человек мог там остался, он бы просто туда приходил и больше оттуда не выходил. Потому что нет смысла оттуда выходить. И если смотреть, например, на состояние отрешенности, то это состояние отсутствия эмоций. В том числе вот это состояние нирваны это состояние где вы не ощущаете эмоции, переживания и какие бывают варианты того, что вы не испытываете.

## 24. духовность\_истина\_кто может прийти

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1W0hjkd9rZIXZgM63L7pYNhA\\_jqADHXs9/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1W0hjkd9rZIXZgM63L7pYNhA_jqADHXs9/view?usp=sharing)



Так, мы остановились на том, как можно подойти вот к этой точке, к этому истинному проявлению и максимум так как это дает самый большой толчок, и мы начали рассматривать вот этот подход к отсутствию эмоций с двух сторон. В самом этом эффекте, когда вы чувствуете себя всем, вы не испытываете эмоций и тоже самое прослеживается у двух таких относительных полярностей. Это психопатия и монархия. Один из важных элементов, который монархи должны охватить, для того чтобы правильно погружаться в транс и находить эти точки соприкосновения со вселенной – это убрать все эмоции, убрать все, что касается жизни, все вот эти аспекты, которые есть у нас тут, для того, чтобы понять все остальное нужно освободиться от вот этих мыслей, от убеждений, то есть открыть разум, сделать его чистым. Не противопоставить себя, не уйти в другую сторону, не сказать, что всего этого нет и не сказать, что это важно или не важно, а просто очистить мозг и сделать так чтобы в него начала влияться энергия и информация. И в какой-то степени состояние потока и все вот эти другие эффективные состояния, это момент, когда ты очищаешь мозг, очищаешь сознание, влияние подсознания. Потому что, как мы рассматривали раньше, есть вот этот график, где есть левая часть и правая часть и если мы сильно уходим в правую часть графика, то где-то будет отрастать левая часть. то есть мы переводим какие-то энергии в одну систему и создаем автоматом энергии в другой

системе. и система не может существовать без энергии, то есть пустоты быть не может, она автоматом чем-то заполняется и уравновешивается. Но если вы убрали все, если есть какая-то полость, какая-то чаша, в которой содержаться ваши мысли, и вы убрали из этой чаши мысли, то естественно, будет создаваться давление для того чтобы эти мысли вернуть. Для того, чтобы заполнить это пространство энергией. Просто, когда вы движетесь в одной из сторон, заполняется противоположная энергия для того, чтобы уравновесить. Если вы убираете равновесное понятие, если вы убираете все, то и энергия должна быть соответствующая. То есть она не какая-то из крайностей. Она определенного вида, и она более целостная, более равновесная. И соответственно, если вы убрали из чашки все, всю информацию, все отвлекающие вещи и направили свой мозг на какое-то определённое действие, тогда вот вокруг вашей этой чаши есть вода под давлением, которая пытается туда влиться из разного вида информации, а вы открываете дверку там, подается вода или энергия, или информация про то, что вам сейчас нужно, про то, что вы хотите. И получается, что вот эта чашка полностью наполняется информацией, в которую направлено ваша подсознание сейчас. И так как вся чашка заполняется именно этой информацией, вы становитесь максимально эффективным именно вот в этом направлении. То есть другое все уже туда не умещается, вы открыли путь и заполнили ее полностью вот этим пространством. И тогда вы начинается находиться в состоянии потока, потока именно того, который вы открыли. Если метафорично говорить про то, как создаются идеи, по сути у вас опять же вот эта чашка и где-то вокруг плавает вот эта информация, про то, что вам нужно, про решение конкретной задачи. И есть отдельные места, где кучкуется вот эта информация по этой теме. И вы там подаете, подаете постепенно давление и вот эта часть воды начинает все больше давить на вашу эту чашку и пытается туда пробраться и в какой-то момент просто прорывает себе дверцу и выливается туда, выливается с ответом, и вы придумываете какое-то решение. И если вы вычищаете информацию вовремя вот этого состояния потока и сознательно открываете ну или подсознательно открываете определенную дверцу, в которую входит поток конкретной какой-то информации, конкретного направления, то и движетесь вы в этом направлении, вы находитесь в состоянии вот этого процесса, этой информации. Когда это делают монахи, там очищается полностью все сознание, то есть в него вливается потом ни что-то конкретное, не что-то направленное, а общая информация равновесная по всему и они начинают ощущать все, все вокруг, видеть все части потому что все равномерно погрузилось в эту чашку, когда вот это место опустошилось и потом заполнилось всем. Это если метафорично говорить о том, как происходит примерно вот это вот состояние, это информационное давление. И монахи, они допустим, с правой стороны, они про добро, они про то, чтобы не чувствовать ничего, при этом делать все максимально с добной точки зрения. Они за природу, за жизнь, за то чтобы все существовало в гармонии, они за созидание, вот это вот правая сторона созидательная. И они с этой стороны пытаются подойти к середине, то есть они пытаются выбросить из головы все эмоции, очиститься, чтобы попасть вот в эту точку, которая их гейзер потом выбьет в это состояние нирваны, блаженства и понимание всего. И есть вторая часть, это девая сторона и если мы рассматриваем противоположности, то это разрушительная сторона и со стороны разрушения, если мы сильно уходим в эту сторону, естественно, мы сильно с левой стороны в это центр не попадем, мы будем разрушать все вокруг, мы будем разрушать себя, и мы не будем равновесны, мы не будем целостны и не будет силы, вот эта позиция в любом случае очень шаткая и резонансная, чем дальше вы туда – тем

сильнее вас шатает. При этом вы можете находиться во всем векторе на стороне разрушения, но так как натяжение сильное, будет постоянно туда-сюда мотать. И вот эти люди разрушающие, они тоже могут подойти к середине, только это такие архитипичные мертвые герои, это можно, если говорить о жизни, то это определенные психопаты, которые не чувствуют эмоций, не чувствуют вот этой зависимости от мира и они в принципе находятся вне мира, они смотрят на него со стороны, у них нет вот этого восприятия, эмоционального проживания, при этом у них тоже сильная эмпатия, ну вот как монах, он может понять, о чем думает другой человек, потому что у него сильная эмпатия, он может его ощущать и с другой стороны психопат, он тоже хорошо понимает других людей, понимает их чувства, лучше тем те, кто испытывает просто какую-то эмпатию, который сильно эмпатичный, потому что он будет понимать смысл, он может увидеть все, что ощущает человек, прочувствовать на том уровне, на котором может и понять что тот человек думает. И они, из-за того, что находятся в таком параллельном мире и не сильно погружены во все, что происходит вокруг, на них это не сильно давит, не сильно это заполняет их коробочку, они в эту коробочку впускают и смотрят, что получится. Для них проще взаимодействовать вот с этой своей чашкой. И если говорить про какой-то вид, какой-то тип не из жизни, потому что из жизни довольно сложно сейчас что-то придумать, то это такие герои относительно отрицательных фильмов. Например, есть фильм Острые козырьки, где есть вот этот главный бандит Томас, который психопатичен, он понимает людей, он их чувствует, у него есть много своих проблем и он конечно не близок к монахам, но он находится просто с другой стороны от вот этой середины, он внутри мертвый, он куда-то идет, у него нет цели, у него нет желания попадать в эту середину, он к этому не сильно стремится, он просто пытается понять, что ему делать и создает себе какие-то занятие, создаёт интересы, чтобы вообще выжить, потому что у него есть мертвая полость внутри него всего. То есть он абсолютно мертв внутри, там пустота и это ощущение, которое могут почувствовать обычные люди. Это не ощущение, когда у тебя какая-то там депрессия, это отсутствие всего, ну как будто бы вы находитесь в мире, но вы какой-то призрак, вы не чувствуете внутри какой-то жизни, у вас там вот эта пустота, какое-то небольшой ветерок и оно просто гуляет внутри и вы это носите. И эта система тоже может приблизиться к центру, в какой-то момент этого человека может сбить и выбить в эту часть, так что он погрузиться в эту нирвану и у него будет какое-то озарение и вот в фильмах часто это оказываются, как вот такие герои в конце концов приходят к какому-то открытию, озарению и получают состояние блаженства и какой-то близости к условному богу, просветляются и меняются полностью.

## 25. духовность\_истина\_мастер\_не\_вылезает

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1jvNgzXgVxEBNfqQNEjqW0acx51iqOuZj/view?usp=sharing>

Постоянное состояние истины в человеке, это состояние мастера. Мастер – это человек, который перешел из позиции профессионала на уровень выше, и он уже мастер, очень высокого уровня, он максимально гармоничен. Он не будет усиливать какие-то свои части, относительно других, чтобы был рассинхрон, не будет уходить в полюса. Поэтому мастера часто несильно известны публике. Они не вылезают наружу, они не пытаются себя показать. И один из факторов, по которому можно определить, человек на самом деле мастер своего дела или нет, это отсечь всех тех, кто везде пытается продвинуть свое мнение и переорвать. Сейчас у нас тренд на таких людей, на людей, которые мало что понимают в том что они делают. Им кажется, что они что-то знают и они начинают во всеуслышание кричать о том, какие они профессионалы. Когда вы видите, что человек слишком сильно себя продает, это значит, что он мало что умеет. Хотя на уровне среднего класса сотрудников этого направления, он может что-то уметь, но это явно не мастер. То есть это та же компенсация равновесия - если по факту у человека нет ничего, он будет делать вид, если же он высокого уровня, то наоборот, он не будет этого показывать и будет вести себя скромнее. Мастера равновесны, спокойны, у них нет уходов в полюса, и они к этому не стремятся, не создают напряженности из-за того, что у них точки их опыта с левой и с правой стороны есть, то есть, у них есть и отрицательная, и положительная сторона и опыт, они получили опыт на позициях не близких к центру, были в разных позициях и потом они их совместили ближе. У них появилось это равновесие, которое не дергает тебя куда-то и не выплескивает что-то очень сильно во вне. Они выглядят как очень спокойные люди. Потому что у них не бурлят разрывные энергии внутри, которые появляются из-за сдвига по какой-то оси и напряжения, которое старается вернуть их обратно, они равновесны и находятся суммарно по опыту в центре. То есть человек может быть неспокойный, если он какой-то гений и его очень сильно что-то вдохновляет, но там его беспокойство будет проявляться в том, что он очень сильно хочет изучать свою тематику, рассказывать, делиться. Но хочет рассказывать и делиться чем-то созданным, какими-то проектами, идеями, чем-то реальным, а не кричать про себя. Он это хочет делать не для всех, а для тех, кто его способен принять и осознать его творения. На этом уровне он уже понимает, что большинство людей, то, в чем он профессионал или мастер – просто напросто не поймут, ему не нужны все, а нужны те, кто будет понимать. И он не будет рассказывать о том, какой он молодец, он может рассказывать идеи, принципы, будет рассказывать о том, что знает он и что знают другие, так как важны не его знания, а сами знания впринципе. То есть это полноценное равновесное понимание процесса, но не продажа себя самого. А у нас сейчас профессионалами считаются те, кто больше всех заявляет о себе. Те, кто ходит на разные передачи и больше всех кричит. И чем более скандальные передачи, тем лучше. Но это сдвиг системы к людям, которые не понимают свое дело и все остальные, смотря на это, начинают тоже считать, что это норма. То есть вся система начинается сдвигаться к этому полюсу и считать, что именно такие люди являются профессионалами, людьми, которые знают свое дело, а на самом деле это дилетанты. И у нас получается, что мы весь мир движется к дилетантству, причем почти во всех областях. Потому что мы говорим только он них и у всех складывается впечатление,

что именно так и нужно, это и есть цель. Понятно, что люди, которые мастера, у которых большие компетенции и возможности для изучения направления, которые сильно к этому предрасположены, не будут на это обращать внимание. Но люди, которые использую услуги, эти знания, они редко могут определить нормально кто тут прав и используют эту информацию, покупают услуги.

Если посмотреть на мастеров боевых искусств, которых показывают по телевизору в фильмах, или реальных людей, которые мастера, которые занимались какими-то направлениями боевых искусств, они спокойны, расслаблены, у них нет напряжения, нет разбега по полюсам, они даже двигаются иначе, расслабленно, плывя по этому миру. Они просто используют энергию вокруг, не пытаются что-то у себя оттянуть в сторону полюса. Они просто используют то, что есть во вне. Энергия проходит мимо них, и они ее перенаправляют. Они знают, как использовать внешние потоки, куда их нужно направить и как их скорректировать. То есть, вместо того чтобы создать поток и прилагать много усилий для работы с ним, они просто умеют использовать то, что есть, использовать природу или других людей, или бизнес-процессы, если мы говорим о бизнесе, для того чтобы из того, что есть, сделать наилучший результат. Они не перенапрягаются в этом, и понимают, что если они будут слишком много усилий прилагать, тогда они могут перегореть. Нужно пользоваться тем, что есть. И эта позиция мастера, как раз равновесная средняя позиция, когда человек переходит в то состояние потока и равновесия, спокойствия, в котором он сложен и через него течет эта жизнь. И протекает максимально эффективно. При этом, у этих людей в каком-то состоянии может быть напряжение, потому что уравновешенным может быть не все. Уравновешенными могут быть знания и опыт в том направлении, в котором он мастер, а где-то может быть ответвление. То есть если мы говорим о монахах, которые работают и над физическим, и над духовным, у них уравновешено все, они максимально спокойны. Если мы говорим о мастере тела или бизнеса, то у него может быть не совсем все хорошо, а где-то будет натяжение и в каких-то вещах он может быть злым, нетерпеливым, и так далее. Это не обязательно какой-то идеальный человек, который всегда спокоен и у него все прекрасно, это человек, который спокойно занимается своим делом, при этом он может в нем сильно к чему-то стремиться и его действия будут очень эффективны. Есть такой эффект в продаже мастеров - почему люди, которые хорошо знают процесс и разбираются в нем, а хорошо разбираются – значит уравновесить в себе знания, создать понимание о продукте, спокойствие, и если вы продаете продукт, при том что знаете его или создавали, то продавать вы его будете не как продавец, а как создатель. У вас есть понимание продукта со всех сторон, оно укомплектовано и равновесно, там ничего никуда не выбивается. И когда вас спрашивают, зачем мне это, вы начинаете рассказывать, а не продавать. Вы начинаете спокойно рассказывать, что конкретно этот продукт дает и почему он лучше чем остальные, вы это понимаете. И человек, который вас слушает, это чувствует. На подсознательном уровне он уже понимает, что ему ничего не впаривают и не продают, что вы делитесь информацией, даже если вы рассказываете насколько продукт лучше остальных. Он просто слушает рассказ, а не продажу. И в этот момент человек начинает доверять, так как вы рассказываете и верите в это, в вера, это состояние равновесия, если мы не берём фанатичную веру. Если же вы скажете продавцу также вести себя с покупателем, как профессионал и мастер своего дела, он ничего не продаст, так как он не понимает так хорошо продукт и его неуверенность в знаниях просто будет сквозить через него, это будет

чувствоваться. Это также про то, что мастера себя не продают. Они не хотят заявлять на весь мир о себе, они хотят найти каких-то людей, которым это интересно и с ними можно этим поделиться, создать с кем-то что-то еще большее. Поэтому они не используют агрессивную рекламу, не пытаются о себе говорить везде. Они тише и о них меньше известно, чем об остальных. Тем не менее они могут использовать рекламу, маркетинг, но для того, чтобы просто рассказать о себе. Любому мастеру нужно чтобы люди, которые нуждаются в его мастерстве, об этом знали и знали, что конкретно он делает. Но они не будут заниматься самой продажей, во всяком случае, самостоятельно, так как продажа это процесс доказательства, а они не нуждаются в том чтобы что-то доказывать.

И когда идет продажа на уровне мастера понимания процесса, продукта, человек считывает то, что тот, кто стоит напротив абсолютно спокоен, он не пытается в нем создать эмоции, он пытается донести смысл и это внушает доверие.

Что делают обычно продавцы, когда продают – они начинают создавать бурную деятельность, вовлеченность этого человека, создают эмоции, пытаются сказать, что их продукт самый классный, а остальные ужасны и начинают рассказывать на сколько их продукт замечателен и прекрасен, начинают махать руками, играть сильно голосом, поднимать и опускать его, чтобы раскачивать человека на эмоции чтобы он вдохновился и сказал, что очень сильно хочет этого, вне зависимости от того, нужно это ему или нет. И когда продавцы это делают, когда создают сильный эмоциональный фон, для того чтобы он забил на логику, это начинает работать. Тут есть такая же полярность. Если у вас есть два полюса, вы передергиваете с одного на другой. И если есть полюс логики и эмоций, вы можете вилять, раскачивать эмоциональный фон, и он будет перекрывать логику, перетекать в эмоции. И в итоге человек эмоционально что-то покупает. Тот, кто более-менее разбирается и в том, что такое мастера, и в том, что за продукт ему продают, тот, кто с ним сталкивался уже много раз, например, постоянный покупатель, необязательно профессионал, но тот, кто уже в этой теме понимает не будет покупать этот продукт, а тот у кого опыта не много, скорее всего купит. И эти лучшие продавцы зачастую играют на эмоциях и продают товары массово, потому что большинство потребителей в большинстве сфер ничего не понимают. Даже если это какая-то узкая профессиональная сфера, там большинство тех, кто не понимает ничего в продукте. Тех, кто понимает гораздо меньше. Продавцы работают всегда с широким рынком, потому что те любят эмоции и покупают продукт. И если человек уже в чем-то разбирается, тогда он будет реагировать, вероятно, на эти эмоции отрицательно. Потому что он будет понимать, что ему пытаются что-то продать, ему не пытаются что-то рассказать. И он уже, скорее всего, сталкивался с профессионалами, которые спокойно рассказывают о продукте, не пытаются создать излишнее вовлечение, но продают они гораздо лучше, чем эти как бы эффективные продавцы. Ну и опять же профессионалы редко продают сами, но периодически это бывает. И есть такой эффект в продажах, когда человек сильно оттягивает в эмоции, а это разрушает систему, люди ведутся на этот сильный эмоциональный напор, но потом он уравновешивается тем, что человек осознает что его обманули или слишком сильно приукрасили, после чего разочаровывается. И чем больше этих эмоций, тем выше вероятность что средний человек поверит и захочет сделать покупку и тем сильнее

будет разочарование. Но если привести эмоции и знания к центру, то есть приблизиться к истине, к центру, тогда продажа будет гораздо сильнее, эффективность будет выше. И продавать будет проще, потому что вы понимаете, что вы продаете и уже подсознательно вмонтируются все эти навыки продаж. Есть и эффект того что мастер не любит продавать тем кто ведется на эмоции, так как они не понимают что им предлагают, они не принимают продукт или идею через себя, а просто соглашаются и восхищаются непонятно чем, а мастеру важно чтобы в другом человеке жила его идея, не извращенная чем-то и не чтобы человек согласился с ней как с догмой, а чтобы действительно понял ее, прожил по настоящему, осознал, поэтому мастер не будет продавать свою идею тому, кто просто не готов ее по настоящему принять.

## Бизнес.

Если для бизнеса важен максимально PR, это не бизнес, это картинка. Сейчас большая часть компаний в мире минусовых компаний, это фарс, который рождает бизнесменов, не следящих за прибылью, в итоге покупатель и народ ухудшают сам бизнес в целом. Это опять про тренд дилетантства, поголовно абсолютно во всех сферах, как в тех что на виду, так и в скрытых главенствуют дилетанты и это носит катастрофические масштабы. С одной стороны PR есть у профессионально рынка, у людей, которые пытаются рассказать о себе, о том что они умеют и что создают, с другой стороны больше всего им пользуются остальные, чтобы рассказать какие они классные и как они все понимают. На самом деле они понимают мало чего, создают информационное поле, в котором все начинают считать, что профессионалы это те, кто больше всех кричат. И то же самое происходит и на других уровнях, в образовании, технических аспектах, медицине, политике, экономике, духовных практиках и прочем. Это тот же фрактал. Данное явление появляется на одном уровне, переходит на другой уровень и постепенно это распространяется везде, во всех сферах, направлениях. И большинство компаний стремятся просто очень хорошо о себе рассказать, создать супер красивый PR, сделать максимальное количество рекламы и заявить о себе везде, для того чтобы о них все знали. И чем больше человек узнает о компании, тем больше он ей доверяет, потому что так принято, так работает мозг. Люди ее сильно задумываются о чем-то, копаются, да и информации нормальной для клиента мало, сложно что-то сравнить, потому что непонятно, что сравнивать. Сейчас сильно развиваются стартапы, эти стартапы финансируются за счет чужих средств, и у человека нет понимания того, что это за деньги, у него нет большой ответственности за это, потому что большинство денег даются просто так, что вы их потеряли и это не ложится на вас кредитным долгом, у вас заберут компанию, идею, но пока вы ее не привели к тому, что она что-то стоит, она на рынке ничего и не стоит. На вас не повесят долг из того, что вы взяли деньги. Вы использовали чужие ресурсы, потеряли их и все и никак за это не заплатили. У человека это не уравновешивается все в голове, у него нет напряжения за деньги, и он начинает их растрачивать как угодно, перестает на это обращать внимание, для него это не является важной частью и эффективность работы падает. Человек не думает о многих вещах, о которых нужно думать, и в конечном итоге, он для инвесторов и для рынка должен сделать картинку, красивую, чтобы все хотели продукты этого бизнеса. И неважно ушел ты в минус, эффективен ты или нет, ты постоянно рассказываешь, что у тебя все эффективно, чтобы люди покупали и рассказываешь другим инвестором, что ты когда-то очень хорошо вырастешь и

рисуешь таблички с цифрами, на которых приятные прогнозы. В итоге, в системе не работает ничего, есть только перевод сил на то чтобы эффективно рассказать. Все остальные бизнесы нормальные, тоже смотрят на эти бизнесы и думают – ничего себе те сделали какие сложные штуки, а мы не можем это сделать, у нас денег нет, квалификации такой нет и в итоге это давит на реальный бизнес. Они не могут конкурировать в информационном поле, начинаю сомневаться в себе, потому что отовсюду рассказывают, что у всех все потрясающие. И большинство новых компаний, на самом деле все находятся в минусах, не зарабатывают и просто продаются. Они создают картинку, которую купит кто-то еще и это не про бизнес. Бизнесмен – человек, который занимается созданием компании, которая создает качественный продукт, который будет нужен людям, а не который можно продать. И систему, в которой этот бизнес функционирует и зарабатывает. Понятно, что какие-то инвесторские деньги, это не совсем зло, нет в этом как такового полюса, это просто одна из сторон графика, которую выводят в полюс, создавая стартапы. Просто используется инструментарий неадекватно. Сейчас у нас в мире большинство компаний не обладают тем, о чем говорят, и они с отрицательным балансом. Единственное, что они могут – это красиво рассказать, чтобы другие инвестора поверили в картинку, не увидели, что на самом деле там ничего нет, поверили в будущее и купили это себе. А дальше либо поняли, что они купили непонятно что и потеряли деньги, либо привели туда людей, которые из того, что они купили, смогли сделать нормальный бизнес, который начал зарабатывать. Но самый частый выход, это сделать картинку еще эффектнее и продать дальше, чтобы уже следующий думал что с этим делать, ну а последний соответственно проигрывает. И это уход от мастерства, от истинной системы, в систему просто продаж и фарса. Сам бизнес находится на стыке того, что вы рассказываете о себе, потому что бизнес не может работать сейчас без рекламы и маркетинга и нормального продукта. Он не должен стремится за тем, чтобы сделать фантик, он должен сделать продукт. Только такие компании на долгий срок выживают, потому что ими пользуются. И тут есть необходимость уравновесить себя. Если вы начинаете двигаться сильно в фантик, рассказывать о себе, кричать на каждом углу, тогда не остается ресурсов, денег, времени на то, чтобы делать хороший продукт. Вы заняты только этим, нужно много усилий для того чтобы полюс растянуть и не хватает ресурсов в другую сторону. Получается кривая компания, которую покупают, людям потом не нравится и дальше можно перепродать, но это нестабильная система. С другой же стороны, если вы фанатично создаете продукт, но о нем никто не узнает, это тоже ни к чему не придет. Таких кейсов почти нет и высказывание о том что хороший продукт в рекламе не нуждается, это лишь слова, о продукте нужно рассказывать. Это как вирусные ролики, люди считают что кто-то снял вирусный ролик и он как-то там завирусился сам, но на самом деле за 90% таких роликов стоят команды, которые занимаются посевом на больших бюджетах, чтобы это вирусный ролик накопил необходимую массу просмотров для того чтобы стать вирусным. То есть в большинстве случаев вирусный ролик без бюджетов и грамотной стратегии не вырвется в топы, и плохой ролик, сколько не вкладывайте в него, тоже не станет вирусным, нужна золотая середина. Самое важное тут ролик, но деньги вносятся тоже не малые.

С точки зрения потребителя и с точки зрения справедливости, вот этот путь про рекламу и маркетинг посчитаем отрицательным и есть положительный путь – это делать качественный продукт и не рассказывать о себе совсем. И если вы делаете

супер качественный продукт и никак не доносите это до других людей, то в этом информационном шуме, вы просто утоните. У людей, которые занимаются усиленно конкретно продуктом и не оценивают другие части бизнеса, которые оттягивают полюс сильно в качество, создается понимание того, что если они будут делать очень классно, то люди начнут этим пользоваться, рассказывать другим и хороший продукт в рекламе не нуждается. Есть такое расхожее понятие. Но на самом деле, настолько силен информационный шум и настолько сложно в действительности определить какой продукт хороший, а какой – нет, что это понятие не работает. И эти системы нужно уравновешивать. Если у вас очень хороший продукт, вам все равно нужно рассказывать о себе, этот рассказ не должен быть супер большим и серьезны, как у тех, компаний, которые создают фантики. Они могут пробиться только за счет больших вложений. Компания, которая делает хороший продукт на уровне середины, уравновешенный. Где-то на уровне середины им и нужны вложения в рассказ, рекламу и маркетинг. И если все это укомплектовано, нет разрывов, то этот продукт будет продвигаться хорошо, потому что будет и виральная часть хорошая, и люди будут узнавать об этом. И, если достаточное количество будут узнавать о хорошем продукте, он взлетит по сравнению с остальными. И этот момент хорошего продукта, равновесного и равновесной продажи его, переводят в том числе систему в “истину” и в толчок, в этот резкий подъем компании наверх. И таким образом какие-то компании становятся единорогами. Но это не быстрый путь, это движение в точку, сложение всего в середину, очень долгая история. Но когда все становится укомплектовано, все стремится к центру – может произойти резкий скачок, то есть компания росла и потом ×5, ×10 она выросла за короткий промежуток времени, но перед этим, она должна обрасти мясом, создать фундамент.

## Отношения

Гармония отношений находится в центре, там должны совмещаться противоположности, вроде свободы и ограничений, самостоятельности и общего интереса, распределения обязанностей и прочее. В отношениях довольно просто понять, что все должно быть равновесно и должно стремиться к середине. Если у вас есть крен куда-то в сторону, то будет раскачка системы, где-то будет чего-то не хватать. Например равновесие самой пары. То есть помимо равновесия в отношениях, должно быть равновесие между двумя людьми, они должны уравновешивать друг друга, создавать систему, в которой им обоим чего-то хватает. С одной стороны это могут быть противоположные части – один человек с одной стороны полюса, другой человек – с другой и они уравновешивают друг друга. С другой стороны, для того чтобы это было нормально устроено, чтобы и было стабильно, это должны быть не полюса. То есть один человек в паре ближе к полюсу, другой дальше, но у них у обоих должно быть хоть какое-то понимание совместной структуры, чтобы не было, что у одного это максимально выражено, а другого нет совсем. Так как если ты находишься в полюсе, ты не приемлешь вообще другую сторону и удержать такую систему крайне сложно, если же это не совсем край, то может создаваться равновесие. Поэтому пары постепенно притираются и научаются друг у друга чему-то, становятся похожими, уравновешиваются в этом плане. Их полюса постепенно сдвигаются ближе к центру и продолжают держать равновесие. Есть равновесие даже на физическом уровне, когда, например, девочки живут в одном помещении в общежитии и они очень много

времени проводят друг с другом и у них хорошие отношения. Когда они синхронизируются между собой, уравновешиваются в системе, у них даже менструальный цикл начинает совпадать. Он перестраивается по времени ближе к друг к другу. То есть система уравновешивается даже на таком уровне. Но должны совпадать другие критерии, это должны быть не люди, которые просто вместе живут, но отрицательно относятся к друг другу, это равновесная система. И если говорить в принципе об отношениях, то должна быть гармония, а гармония – это равновесие. Чем ближе она к центру, тем сильнее будет система. Но всегда должны быть всплески, система не может замереть и равновесие, в виде просто стабильности может не существовать вовсе, потому что нужно постоянно развитие системы, система куда-то движется, мы это будем еще смотреть на уровне колебаний и движения систем, в следующем третьем последнем фрейме. И если система куда-то движется, то она движется либо вверх, либо вниз, для этого она должна быть в какой-то степени подвижной, как-то колебаться. Это не равновесие, на котором все остановилось и идет, как идет, она подвижная, но целостная, гармоничная.

С одной стороны люди должны быть противоположными, чтобы создавать равновесие, иначе они не будут обогащать друг друга и система развалится, с другой стороны, они должны быть одинаковые. Это и есть тот принцип противоречия, который рождает равновесие. То есть система должны быть разнородной с одной стороны и одинаковой с другой, ни в одном процессе не может быть одного полюса, то есть даже чтобы равновесие было, его где-то должно не быть. И если говорить о совпадении в отношениях, то это одинаковые принципы например, на которых идёт соединение, одинаковые моральные ценности, которые в идеале должны совпадать и объединять людей, а с другой стороны, в другой части параметров человека, они должны быть разными по поведению и мышлению, что уже будет уравновешивать на разных полюсах. Понятно что моральные ценности тоже не будут совпадать полностью, там фрактально у них будут оттенки этих ценностей различаться, а совпадать именно основа.

### Здоровье

Конечно же здоровье заключается в гармонии всего – мышления и управления организмом, в гармонии того, как работают органы между собой. То есть, в принципе понятие здоровья – это и есть понятие гармонии. Если у вас что-то куда-то отходит, то начинаются проблемы. То есть проблема – это создание натяжения какого-то параметра, к какому-то полюсу. Все должно быть уравновешено, стабильно. То же самое, если возвращаться к бизнесу, бизнесовая система стабильная и уравновешенная во всех частях – это сильная система. Если у вас что-то хромает, если у вас есть отдел, который плохо работает, то система будет расшатываться. Она не будет сильной, стабильной. И в организме тоже самое, если есть проблемы где-то, то они отражаются и на остальном. Даже плохое настроение меняет наши физиологические параметры, а физиология меняет жизнь органов.

### Развитие.

Тот кто больше прокричит, тот успешнее в нашем мире и он же ничего не знает, мастер же самодостаточный, ему не надо хвалиться и убеждать. Это вот мы уже обсуждали.

Мастера спокойные, уравновешенные, энергетически сильные. Истина всегда изменяется, она не статична. Сменяемость – это и есть истина. То есть, с одной стороны, истина – это уравновешивание, определенный центр, с другой стороны, центр, который пойман, начинает перемещаться в другое место. Потому что развитие это движение. А движение не может быть статичным. Поэтому, обсуждая сейчас отношения, мы говорили о том, что не может все всегда на просто каком-то стабильном и усредненном уровне держаться. Оно должно двигаться, должны рождаться изменения, должно быть развитие или будет деградация. И эволюция сама работает так, что она не находит идеальной систему, у эволюции нет цели создать идеальное животное, которое будет всегда существовать и которое будет стабильно на этом уровне работать. Также и у общества нет цели создать идеальное общество, как у системы. Человек может к этому стремиться, но такого не будет, стабильная система развалится в любом случае. Она должна меняться, постепенно развиваться, должна к чему-то идти. И это парадокс двух точек вокруг центра - с одной стороны система должна быть стабильной и истинной, с другой стороны она должна всегда меняться. И стабильность, и истинность – это противоположные эффекты. Система и не должна быть слишком изменяемой и не должна быть слишком статичной. Это должно быть уравновешено. Любые разноплановые, разнополюсные процессы должны быть уравновешены, для того чтобы система была сильной и эффективной.

Истина в создании реальности, через интерес. Середина лучше переходит в игру, а игра это живая система, которая развивается. Истина в бизнесе в том, чтобы вы что-то создавали, творили и переходили на новые уровни. Это про изменения, эволюцию, когда человек погружается в состояние истины внутри бизнеса, он начинает в него играть, для него это не сложная часть. Бизнес – это очень напряженная система, очень сложная, потому что ее очень тяжело уравновесить. И зачастую бизнес просто угнетает человека, человек под ним ломается, ему становится плохо, те же, кто сумел внутри себя это уравновесить, привести к истине, он играет в эту игру. Он не относится к этому как к простой и бесполезной игре, но он играет, у него есть эмоции, движение и изменения интереса. У него нет супер большого давления, он движется внутри процесса. И тогда появляется настоящий продукт, настоящий бизнес.

Что касается опять же развития – оно появляется, когда уравновешивается удивление и страх новизны в амплитуде, а стресс приближается среднему значению. Есть человек по имени Роберт Йеркс, который изучал то, как влияет страх и новизна на эффективность. И он пришел к выводу о том, что человеку необходим страх, необходима новизна и вспышки. То есть, если у человека на рабочем месте, например, не будет какой-то иногда неуверенности, стресса, то он не будет развиваться, это не будет эффективно. Эффективная точка, амплитудная, когда по графику вы идете вверх, к точке оптимума сверху. Она там, где есть и спокойствие и при этом у него есть определенный объем стресса. Он выводил значения, при которых количества стресса достаточные. Когда достаточной вспышки для того, чтобы уравновешивать и усиливать систему нет, она становится менее эффективной. Если нет страха и новизны, если все стабильно, все супер прекрасно и нет негативной части, если нет движения, тогда система умирает, начинает проваливаться и люди начинают хуже работать, падает мотивация, ухудшаются все процессы.

[Природа.](#)

Природа просто есть, она не учит нас и меняется всегда, когда посчитает нужным. Кто сказал, что мы вообще думаем сами и что это не заложено внутри? Если кто-то взорвал планету. может быть так должно было быть? Но если это программа заложенная в системе, в человеке, то она будет не у одного человека, а у сотен, это будет так рассчитано системой. чтобы как минимум несколько из этих сотен были успешными и подобная задача была выполнена.У природы нет конкретных целей, но есть система уравновешивания, которая должна создавать какие-то события, тренды, в зависимости от того куда идет система. Для нее нет хороших и плохих последствий и действий, есть системность. Она живет, развивается, уравновешивается со всех сторон и при этом она постоянно вносит изменения, чтобы куда-то двигаться. И смысл всего этого просто в движении, опыте, изменениях и создании чего-то нового, в развитии. Не в конечной точке, не в точке куда можно дойти и остановиться, потому что остановка - это смерть системы. И она не пытается нас чему-то научить, она не заботится о том, чтобы мы чего-то не совершили, она просто есть, и она играет в эту игру, смотрит, как и что происходит, получает опыт. Тут нет негативного опыта на уровне системы, есть просто опыт. Если что-то разрушилось, то это опыт того, что если идешь таким путем, оно разрушается, и все, при таких сложениях элементов что-то разрушается и создается опыт того, как делать разрушения. В этом нет ничего плохого с точки зрения общей системы. Когда у нас есть эмоциональный фон и зависимость от людей и кто-то, например, умирает, тогда для нас это трагедия, но не для системы, для нее это просто опыт и это то, что должно случаться.

Если говорить о мастерах, которые занимаются своим делом, например, спортом, они очень хорошо понимают, что негативный опыт – это очень хорошо. Они на нем учатся. Если не будет негативного опыта, они никуда не придут. Майкл Джордан говорил, что он лучше всех играет, потому что он больше всех совершал ошибок. Это про то, что система должна развиваться и спортсмены, мастера, не хотят, чтобы все было всегда идеально. Они не хотят конечной токи, как и вся природа, они хотят процесса, опыта, изменений, хотят смотреть, что происходит и куда пойдет система. При этом, они всегда пытаются уравновесить систему. Так это происходит на уровне природы в том числе. Если чуть-чуть уйти в философию и в какие-то теории и предположения, то мы рождаемся в определенном объеме, в определённой пропорции определенных людей. Мы ходим по разным виткам, мы то развиваемся, то падаем в развитии, то страдаем от какой-то болезни, то эта болезнь уходит, потом мы начинаем развивать технические средства, которые где-то нам помогают, а где-то что-то портят и мы рождаемся с какими-то идеями. Люди часто придумывают одну и ту же идею, создают одно и то же открытие одновременно. То есть у людей, одновременно в системе, в разных точках планеты, которые не сильно связаны информационно, не то что там в стране есть какой-то тренд и вот несколько человек на этом фоне придумали что-то одинаковое, нет, это может быть в разных местах, где тренды разные, и разное информационное поле. Но общее информационное поле земли оно такое же уравновешенное. И в разных точках люди приходят к одному и тому же. Соответственно, возникает вопрос из всех этих вещей, того как к нам приходят мысли. Может нами управляют бактерии, или тренды и все наши мысли, которые возникают в принципе, это просто часть глобальной информационной системы? Делаем ли мы все, что мы делаем сами или это система? То есть, если кто-то потенциально возьмет и взорвет ядерные бомбы, и начнется, условно, последняя война. Скорее всего все люди не вымрут, кто-то останется и начнется все заново. Но если это произойдет, может ли быть так, что мы

могли что-то сделать и этого бы не произошло? То есть, эти люди, они просто неадекватные, это отдельные элементы, которые смогли изменить всю систему случайно или это какое-то равновесие системы на каком-то уровне и эти люди должны были появиться. И если бы этот человек этого бы не сделал, если его поймают и не дадут ему ничего совершить, то в другом месте появится такой же человек? И этих людей создается сразу много и все они приходят к свое цели, просто кто-то один выполняет ее быстрее или это все-таки это какая-то отдельная аномалия. То есть то, к чему мы стремимся, то, что мы создаем, это программа или наш личный выбор?

Понятно что изменить можно чего-угодно, особенно конкретное действие конкретного человека, но если программа записана во многих сразу, они скорее всего это выполнят, если в программе не записано что они все должны идти к цели, но не дойти до нее.

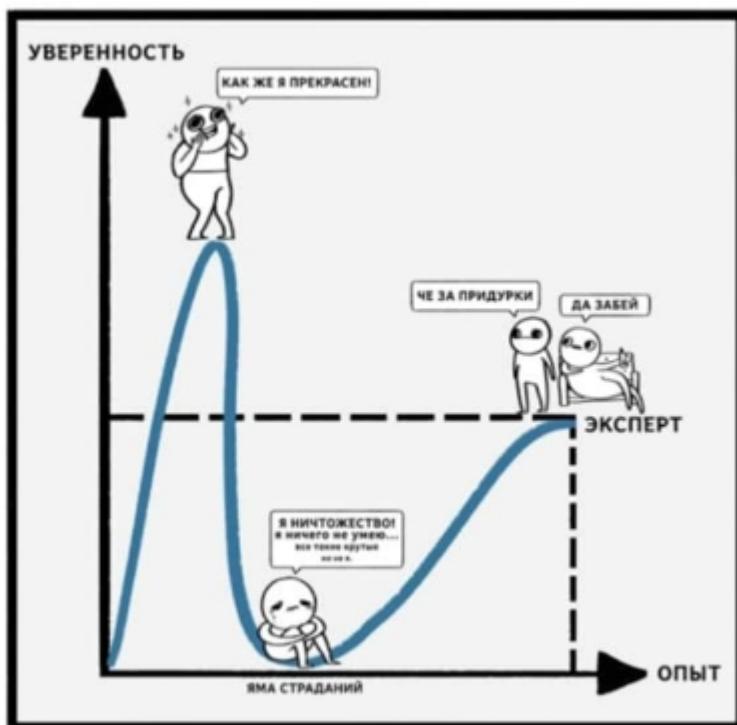
Например то, что мы создаем искусственный интеллект, который должен поменять все человечество, в любом случае, как бы для нас это не обернулось – вымиранием или развитием, интеграцией в нас, в любом случае это поменяет все. Мы не знаем в какую сторону, но изменения будут глобальные. И мы придем к этому витку в любом случае, будем ли мы запрещать это или нет. Мы не сможем остановить это развитие, ИИ все равно появится и все равно это будет неожиданно. Это информация все равно пробьется. То есть когда идет запрет, с одной стороны происходит дестабилизация движения, то есть люди не могут так много сил прилагать для того, чтобы это развивать и это все идет в закрытую в подпольных лабораториях, условно. Но тогда есть и много фанатиков, которые это создают и меньше заботятся о качестве, о последствиях, но движение все равно это будет идти. То есть, что бы мы ни делали, будем мы это запрещать или пытаться контролировать, или мы все будем этому помогать – это все равно произойдет и скорее всего переведет нас всех на новый уровень, а в какую сторону это будет лично для нас уже не так понятно. То есть, как тренд и движение системы – оно есть, и оно дойдет до какого-то уровня. Возникает вопрос – все ли это чисто наши выборы, то, что мы делаем, или это система и мы часть ее. Ведь есть эта задача, тренд и мы можем на него влиять, мы можем контролировать себя самих, но сделать так чтобы человечество не шло поэтому путь скорее всего невозможно, так есть ли у нас тогда действительно выбор, если какая-то задача движет нас к цели в любом случае? Но если учитывать тему истины и уравновешивания разных элементов, то, с одной стороны, на одной оси у нас есть собственный выбор, который мы делаем, и он влияет на нашу жизнь, а с другой стороны, есть условная судьба от системы. И это значит, что всегда есть возможность использовать собственный выбор и отойти от системы, но в системе это все равно будет уравновешено – кто-то отклонится от пути, а кто-то будет двигаться по нему тогда еще с большим усердием, либо больше человек пойдет по этому пути.

### Красота.

Красота, это соответствие внутреннего и внешнего, похожесть частей. Красивый человек, если мы встречаем человека который нам действительно нравится, будет нам нравиться и внешне, и внутренне. То есть мы воспринимаем красивыми людей тех, кто нам нравится, у него похожи с нами какие-то ценности, кто с нами синхронизируется в этом плане. И у нас меняется восприятие. Мы, действительно, видим в человеке, в котором могли не увидеть красоту с точки зрения физической, красоту, если мы с этим человеком сходимся. Равновесие работает и на этом уровне. Человек становится красивым, когда мы его узнаем. То есть, даже если чисто физически нам человек не

прям уж сильно приглянулся, но потом мы сошлись, наше восприятие изменится, человек физически будет выглядеть нас лучше. И в принципе сама красота физическая для нас, в отрыве от психологического, это симметрия. То есть, если симметричность на высоком уровне, то человек кажется более красивым, а симметрия, это равновесие системы.

Есть такой эффект, который называется эффект Даннинга Крюгера, в котором говорится, что люди, который не знают чего-то, не знают, чего именно они не знают, поэтому считают, что знают много, так как не знают, сколько вообще есть информации, они просто не могут отдавать себе отчет в своих знаниях, так как не способны их оценить. И это про мастеров и профессионалов, которые совершенно по разному оценивают свои знания и опыт. То есть, человек, который находится на низком уровне, не понимает, сколько информации он еще не охватил. Он начинает думать, что он что-то узнал, и все, на этом закончилась информация, он не видит дальше. Он думает, что он понял все и это происходит на начальном уровне, когда ты видишь очень маленький кусочек общей картины, когда ты еще не сложил все элементы и не видишь всего количества взаимосвязей, как все должно быть уравновешено. Ты посмотрел на один полюс, в нем покопался, что-то понял, и то не все, дошел до какого-то уровня и думаешь, что ты гений. И эти люди больше всего о себе кричат, они и есть те дилетанты, которые вообще ничего не знают, но рассказывают о себе и о том, насколько они потрясающие.



Они это делают не из-за того, что они пытаются всех обмануть, а в том числе и из-за того, что они не знают, чего же они еще не знают. У них нет этого понимания в общей картине мира. И потом, в какой-то момент, они начинают понимать, что на самом деле они много чего не знают, и проваливаются вниз. И вот тут нарисована яма страданий, когда человек считает, что он ничтожество и он не знает ничего, хотя он знает больше,

чем предыдущие. У него опыта больше уже, он понимает гораздо больше. И на этом уровне появляется эффект самозванца. С одной стороны, человек знает больше, чем большинство, потому что левее на графике находится подавляющее большинство, либо на пути к этому пику, либо на самом пике. И вы знаете гораздо больше, чем рынок, но вы уже понимаете, сколько всего вы еще не знаете и сколько еще можно учиться. Появляется эффект самозванца, когда вы не рассказываете о себе ничего, о своих мыслях, потому что вы на самом деле ничего не знаете, а те что левее, просто не боятся того, чего они знают. И появляется перекос, разрыв. Те, кто не знают – те говорят, те, кто знает – не говорят. Дальше человек уходит в профессионализм и он уже понимает что знает многое, но не все и поэтому может лучше себя оценивать. Есть статистика по точности прогнозов у экспертов, они расходится в 20 раз и попадание примерно 40%. То есть в принципе по разным направлениям, наукам, если взять людей, которых считаются экспертами, а это не просто люди, которые ходят по телевидению и рассказывают о себе или делают ролики, это признанные эксперты, и то, их точность предугадывания что будет дальше, расходится в 20 раз друг между другом, и в среднем попадает они в 40%. Это практически случайный выбор по теории вероятности. Это говорит о том, что на экспертное мнение полагаться тяжело и предугадать в реальности, что будет происходить тоже практически невозможно и слушать экспертов как рынок довольно бесполезно. У вас же есть только одно свое мнение и попадание еще сложнее. Поэтому люди, которые не полагаются на экспертов, на общее мнение, периодически выстреливают, потому что не боятся куда-то идти. Дальше, из вот этой ямы страданий, человек переходит в настоящего эксперта, только эксперта более высокого порядка – либо профессионал, либо мастер. И тут они понимают, что они еще не знают огромного количества вещей. Они считают себя в каком-то плане дилетантами, они все говорят "мы много чего не знаем". То есть на этом уровне мы пришли к тому, что мы много чего не знаем. Но они понимают, что они знают больше, чем остальное большинство. Опыт, который первая группа пытаются получить в самом начале, для них понятен, он разобран на том уровне, на котором они мыслят, на котором мыслят подавляющее большинство. Но там есть настолько много тонкостей и частей, что они начинают понимать, что это не конечная точка, это то, что может меняться, то, где нужно что-то досмотреть, доизучить, и там еще много куда можно копать. Но у них уже нет этого эффекта самозванца, они уже уверены в себе. И дальше есть мастерство – это когда ты понимаешь, что-то не только головой, но и своим Я. Когда понимание – это часть тебя, оно внутри, ты отождествляешь его с собой и тут важно не думать, что я про это, нужно чувствовать, то есть ассоциироваться в это состояние. Ассоциация, принятие какого-то процесса собой – это и есть этот высокий уровень, когда вы плывете через эту информацию, когда вы находитесь в состоянии потока, находитесь в такой синergии с этим эффектом. И ассоциация при этом должна идти не внутрь процесса, это он должен ассоциироваться в нас. То есть не мы в него входим, а мы его забираем себе, помещаем в себя. И субмодально это можно выразить так – все, чего у нас нет, мы не видим совсем. То есть мы, если какой-то процесс не интегрировали, не осознали, не приняли и не начали им жить, мы не видим то, как происходит все это вокруг. Если мы знаем о каком-то факте, мы еще не знаем это по настоящему, то есть факт становится знанием когда мы видим взаимосвязи с ним остальных элементов и множество оттенков этого факта и состояний во времени, иначе само знание не является настоящим пониманием. Мы не видим это в матрице мира, не замечаем в каждом элементе. И когда мы становимся профессионалами, то ресурсы становятся рядом, и

мы можем их взять и использовать, они становятся видимыми и в зоне досягаемости так, что можем пользоваться ими постоянно. В отличие от обучения, где мы можем пользоваться знаниями не всегда, то есть либо периодически мы их разглядеть, если не видно, либо дотянуться, если не можем. Это требует от нас усилий. То есть когда мы обучаемся знаний нет постоянно с нами, нам нужно куда-то ходить, что-то читать, думать, искать. Когда знания интегрированы в нас, мы всегда можем пользоваться ими. Когда мы с помощью техник постигаем какой-то навык, мы входим внутрь процесса и становимся его частью. То есть он все еще больше нас, массивнее, страшнее, поэтому интеграция не происходит полностью, мы внутри, мы им поглощены, мы не видим его весь, потому что он снаружи. И когда навык становится мастерством, он локализуется внутри, и мы достаем его не снаружи, а берем изнутри. Он общается с нами оттуда, передает информацию, является неоднородной частью внутри, а полностью интегрированной. Не отдельным элементом, который у нас как орган, а интегрирован по всему телу. И ты чувствуешь, что так и должно быть, эта мысль будто всегда была в тебе, а ты не думаешь о ней и понимаешь. Когда осознаешь, что это норма, ты не задумываешься, так это или не так. То есть, сначала мы входим в систему, она начинает нас окружать, мы начинаем ей пользоваться, начинаем изучать ее изнутри и потом, из вот этого большого объема, она уменьшается в маленький и интегрируется внутрь нас и начинает жить внутри. Мы начинаем ей нормально пользоваться. И это и есть понятие мастерства.

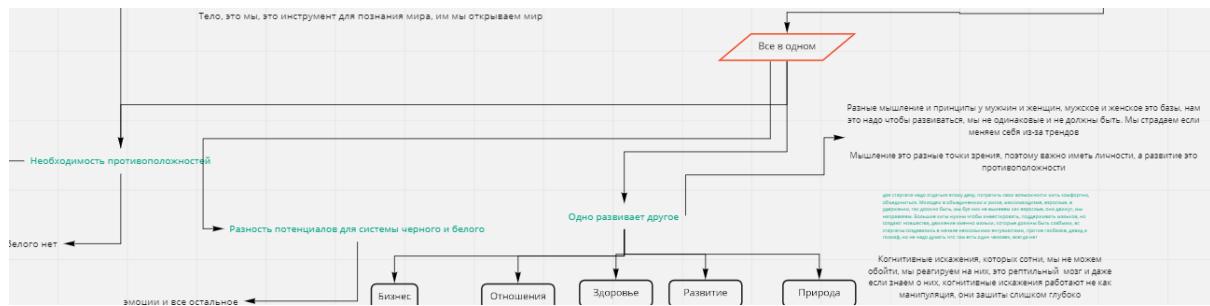
Есть еще понятие эгоизма и понятие лжи, которые тоже могут находиться на уровне мастерства или на общем уровне. Если мы, например, пытаемся не врать, то мы обычно это делаем, с одной стороны. То есть мы оттягиваемся к полюсу, мы не переходим к истинному положению, а уходим куда-то в одну сторону. Мы начинаем говорить – мы везде будем говорить правду, и мы постоянно начинаем говорить правду, а это деструктивно. Это один полюс, одна позиция, и это будет ломать и расшатывать систему. Если мы хотим говорить правду, у нас должна быть возможность ее не говорить в принципе. То есть мы не должны всегда все говорить все, что мы думаем. Мы имеем право где-то молчать, не обсуждать какие-то вопросы, если мы не хотим их обсуждать. И вот это уже равновесное состояние. То есть с одной стороны – всегда врать, с другой стороны – всегда говорить правду и все это деструктивно. В середине есть истинная сущность о том, что врать не нужно и при этом не обязательно всем рассказывать все. Просто не нужно врать, не нужно сознательно вводить в заблуждение. И тогда, если поймать идеальное состояние вот этих вещей, это создает очень ресурсное состояние. При этом есть еще другая часть, про фрактальность этого процесса - это врать себе и врать другим. То есть с собой нужно тоже самое, себе тоже нельзя врать. иначе реального равновесия в другой плоскости, уже не будет. Нужно откровенно с собой о чем-то говорить. Необязательно постоянно копаться и о чем-то говорить, но, если разговор заходит, он должен быть откровенным. И совмещая все эти штуки, человек становится свободным. Он становится сильным, и начинает жить с собой и другими гораздо лучше. Есть понятие эгоизма, например, оно тоже может быть крайнее, то есть человек все делает только для себя, как он считает или человек делает, все только для других, это максимальный альтруизм, но это все негативные части. Если человек будет делать все только для себя, то это будет не для него. Если человек обманывает людей и ворует деньги чтобы купить машину, он хочет купить

машину для того, чтобы другие люди увидели, что у него это машина есть. Это не его желание, это желание навязано извне. И большинство людей, которые заработали деньги вот таким путем, которые воровали, у них есть большой разлад внутри и очень много всяких психологических, физических проблем, которые основаны на лжи, о том, что они для себя что-то делают, а на самом деле они живут для других. И они хотят быть главными, а на самом деле они зависят от мнения остальных и это создаёт конфликт и напряженность. Если человек хочет нормально жить, ему нужен и эгоизм, и альтруизм. То есть он должен быть эгоистичен, он должен делать то, что хочет сам и не должен потакать никому, если это не его, если он этого не хочет. При этом должен быть альтруизм. Если люди похожи на тебя, если они твои, тебе должно хотеться делать что-то для них. Но опять же ты это не должен себя заставлять делать. Если человек тебе близок по духу, по информационной части, эмоциям, то ты и так захочешь ему помочь сам. И это уже не совсем альтруизм, это альтруизм, который стремится к центру. А с другой стороны – эгоизм, который тоже стремится к центру. И получается, что можно сосредоточиться на том, что ты хочешь и делать то, что ты хочешь. И не врать, потому что вранье – это зависимость от остальных, от того, как на тебя посмотрит общество. Если ты становишься свободным, ты просто не отвечаешь на то, чего не хочешь и отвечаешь правдиво на то, на что хочешь. И когда человек доходит до этого состояния, складывает эти элементы, создает нормальное понятие эгоизма и создает правильное понятие честности, искренности, он совмещается в точке истины, точке мастерства и она становится максимально свободным. В этот момент его выбрасывает на такой сильный уровень свободы, что человек ощущает себя богом, ощущает себя максимально сильным существом. И сильным не физически, а сильным ментально. И опять же не таким сильным, что он может все уничтожить и все должны его бояться, а сильным и просто настолько равновесным, что эту систему нельзя никуда выбить. И когда эта система входит в помещение других систем, других людей, с другими неравновесными системами, во-первых, они начинают тоже уравновешиваться, считывая эту информацию, во-вторых, они не могут противодействовать этой системе, потому что она настолько уравновешена и сильна, что у тех не хватит ресурсов, потому что они разобщены. И получается вот эта условная всесильность, мощь, которая управляет всем остальным миром, практически ничего не делая. И это тоже про уровень мастерства, когда вы не применяете этих сил, не стараетесь что-то делать, вы уравновесили эту систему и просто взаимодействуете со всем остальным, проводите информацию сквозь себя и переводите ее в другом виде, как в боевых искусствах, дзюдо, где человек использует энергию другого человека и создает новое движение. И вы просто парите по этому миру и меняете его с каждым своим движением.

## 26. равновесие\_двойкость\_все\_в\_одном

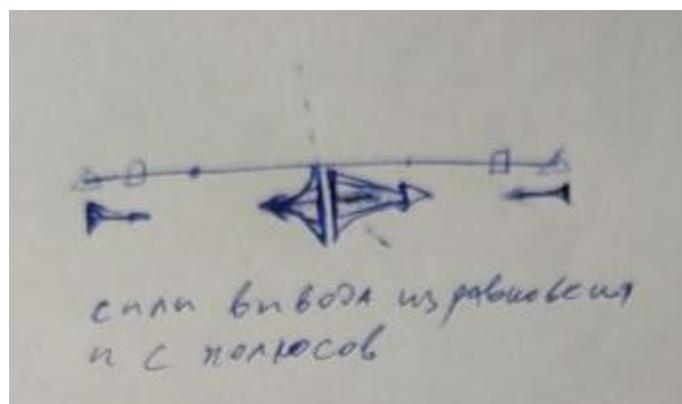
Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1kOO6FihCJL5jCXcKMevu7E4dpu-kK50i/view?usp=sharing>



Следующая тема противоположности и двойственности. Все это про равновесие системы, разные варианты и центр, в котором создается это равновесие. Любой элемент, любой процесс, существование живёт за счет того, что у него находится разные полюса. Разные они для нашего упрощенного понимания, для того чтобы мы понимали, как это оценивать. На самом деле, элементов в системе очень много, и они просто должны быть все как-то уравновешены, но для нас, чтобы это понимать, легче оценивать противоположности.

И сейчас часть про двоякость, про то, что все есть в системе, в каждом элементе есть и одно, и другое, и плюс и минус. Вопрос только - насколько они развиты, насколько одно превалирует над другим. Если оно уравновешено, если есть и то, и то, и оно находится в нормальной позиции, тогда это сильная система, если нет, тогда она уходит куда-то и начинает постепенно разрушаться. И это инь и янь, которые развиваются друг друга. При этом есть необходимость этих элементов. То есть любая система состоит из разных элементов, она должна быть из разностей. И одна часть непременно развивает другую. Потому что, если вы будете идти только по одной дорожке, и другой у вас не будет возникать, то это приведет в тупик. Тогда вы не будете видеть другую часть, которая важна для развития первой, в том числе. И есть еще разность потенциалов.



То есть, чем сильнее разброс, тем больше энергия, тем более нестабильная система. Максимальное количество энергии появляется в центре, когда все уравновешено. Но какое-то большое количество энергии в определенном месте, направлении, тоже может двигать систему, создавать эту разность потенциалов. Если в одной точке слишком много энергии, тогда будет создаваться противоположность. Это как надлом у творческого человека. Например актер, который очень хорошо играет комиков часто живет с какой-то сильной болью и депрессией, то есть, есть другая сторона, которая будет отыгрывать и которую будет уравновешивать сильное напряжение. Но какая-то трагедия и депрессия может, с

другой стороны, выбить систему в талант вот этого комедийного жанра. Так одно развивает другое.

Разные мышления и принципы у мужчин и у женщин. У нас разные в принципе подходы, и мы не одинаковые физически и умственно. Сейчас есть сдвиг к истории о том, что у мужчин и у женщин нет никакой разницы, нужна толерантность. На самом деле никакой дискриминации в этих вещей нет. Это просто определенный тренд мышления на данный момент. Потом это как-то устаканится. Просто статистически выходит так, что женщины реже стремятся к карьере, не все женщины, а наибольшая масса, у них другое понимание мира, другие цели, планы, относительно мужчин. Мужчины движутся в другую сторону, и они больше подвержены влиянию успеха и того, чтобы чего-то добиваться. Поэтому они больше вкладывается, у них больше физических сил, они могут больше тратить энергии на какие спринты, они в принципе больше спринтеры, а женщины больше марафонцы. То есть женщины могут испытывать нагрузку долгое время, мужчина может испытывать большую нагрузку, но короткое время. Это противоположные системы, которые уравновешивают друг друга. И вот эти факторы отличаются в массе своей, а не в каждом отдельном случае. Бывают женщины, которые могут выдержать больше мужчин, бывают мужчины марафонцы, в плане принятия тяжести мира. И это бывает по-разному. Например, мужчины легче справляются с давлением на работе, у них чуть лучше с точки зрения процессов сильного давления краткосрочного, из-за этого им легче на работе оставаться в нормальном состоянии. И им легче до чего-то доходить. Женщинам часто в принципе это не нужно. У них есть еще периоды, когда они рожают детей и занимаются детьми и это становится более важным. Большинство женщин, которые строят карьеру и в итоге находят потом какой-то смысл в семье, начинают туда уходить. Они перестают получать большие деньги, потому что для них это становится не важно. Они находят более важные направления своей жизни и это тоже меняет стоимость труда на рынке у женщин. То есть так работает система, тут нет какой-то приоритизации привязанностей. Есть когнитивные искажения, которые оценивают мужчину больше, чем женщину, но это основано на статистике и на этих принципах, это рождается не просто так в голове. Все наши предубеждения, формируются на основе реальности, в большинстве случаев. И у нас разное мышление. Мы по-разному относимся к логике. Например, мужчина более логичен, женщина более креативна, эмоциональна. Она больше чувствует других людей, лучше может управлять с точки зрения эмоций. Мужчина лучше может управлять с точки зрения каких-то диктаторских вещей. И опять же это все может отличаться у разных людей, но в массе своей это так. Мы противоположности. Мы сходимся, потому что мы разные, у нас есть общие вещи, но есть ответвления в одну или другую сторону, и мы учимся друг у друга. Мы развиваемся таким образом. То есть мы разные не потому что мы разные и кто-то хуже или лучше, а из-за того, что есть разные части и они ценны одинаково, то есть движение к успеху, к деньгам, так же ценно, как движение к жизни, к обществу. Если не будет движения к деньгам, к успеху, то не будет стремлений, создания, большего творчества. С другой стороны, если не будет стремления к обществу, к людям, то не будет сохранения синергии, спокойствия, защищенности, все будет разваливаться. И нельзя сказать, что одно может существовать и одно важнее, чем другое. Оно должно работать сообща. И мы в этом плане сильно разные, сильно разны в мышлении в целях, в принципе во всем и поэтому мы развиваем друг друга. Мужчины учатся у женщин, женщины учатся у мужчин, и система учится сама на примере двух точек

зрения. В принципе, мышление – это разные точки зрения. То есть, если у вас есть только одна точка зрения, у вас нет мыслей, вы не думаете. У вас есть просто убежденность, есть факт и все. Факт не приведет вас ни к чему. Мышление – процесс обучения, это разные точки зрения, это изменение. То есть когда вы можете посмотреть на вещь с разных сторон, тогда вы можете к чему-то прийти, вы можете по-новому взглянуть на систему и выдвинуть какую-то идею. Если разных точек зрения нет, то самого мышления нет. Нет движения. И в том числе поэтому системы мужчин и женщин сильно улучшает мыслительный процесс. Поэтому, внутри нас есть личности, которые в том числе друг другу могут что-то противопоставлять, быть противоположными друг другу. И если мы развиваем этих личностей, если они живут своими жизнями, если есть разные точки зрения, разные личности, тогда это дает очень большой эффект к мышлению, к созданию новых идей.

Если ты создаешь стартап, то там очень хорошо видно разность потенциалов на графике и необходимость противоположностей. Сам стартап очень энергичен и не комфортен, но он не будет существовать, если не будет тех кто медленный и и кто живет в комфорте, сам стартап развиваются молодежь, но без взрослых они не буду знать куда идти, сами стартапы без денег и они не выживут без крупных компаний, кому они сами себя и противопоставляют. Это про эволюцию системы и разность принципов на уровне стартапов, объемов и возрастов. Стартап – позиция, когда вы создаете максимально что-то прорывное, вы тратите туда много усилий. Вы максимально отдаете туда свои возможности и энергию. И вы отказываетесь от остального, например от комфорта. То есть чтобы в одну сторону что-то перетянуть, нужно от чего-то отказаться, так как мы рассматривали на графике то, что движение по нему в сторону переводит и другую точку с другой стороны. Чтобы получить максимальную часть в одной стороне и сильно увеличить +, нужно сильно увеличить - в другую сторону, то есть оттянуть его. И с точки зрения получить/отказаться, получается, с одной стороны вы что-то получаете, а с другой стороны нужно от чего-то отказаться. Потому что увеличение минуса это отказ от чего-то. Если вы постоянно врете, вы отказываетесь от правды, если вы говорите правду, вы отказываетесь от вранья. И стартап – это движение в сторону потратить всю энергию туда, отказаться от энергии комфорта. Это происходит обычно на уровне энтузиазма, энергии и новых идей, на уровне молодежи и небольших объединений нескольких энтузиастов. Не зря говорят о том, что они рождаются где-то в гараже, потому что эти люди максимально свободны от комфорта, от обычной жизни, они не стремятся к этому, и они посвящают всю свою энергию вот этому стартапу. Они создают что-то новое и противопоставляют себя большим компаниям, создают напряжение, которое их двигает. И не зря это делает больше молодёжь, в плане создания чего-то нового. Потому что у них максимальная энергия, а потом она уменьшается и переходит в мудрость, как мы обсуждали на уровне взрослого и старого состояния человека. И это ни плохо, ни хорошо, это просто другое состояние, противоположность, изменение системы. И логично, что энергия стартапа, энергия максимального движения, соответствует молодости и отсутствию комфорта. Если вы привносите в систему комфорт, то пропадает энергия. Вы передергиваете одно, меняется другое. Система становится более равновесной, но она меньше двигается, она совершает меньше ошибок, становится более правильной в какой-то степени, но она уже не так прорывно куда-то бежит, не такая возможность пробиться куда-то. Большинство стартапов, куда многие вкладывают энергию, никуда не доходят, они разваливаются. И как только стартап

переходит в фазу большой компании, это движение заканчивается, то есть привносится объем, масса, уменьшается скорость, подвижность. И уменьшается формат старапа, компания переходит из этого состояния. Его можно развивать по отделам, делать так чтобы стартапы работали внутри компании или можно покупать другие для того чтобы на этом как-то зарабатывать. Тут в игру вступают "киты", которые инвестируют в них, которые дают деньги этим малькам, у которых денег нет. Им необходимы деньги, им нужно уравновесить систему для того, чтобы куда-то двигаться, им нужны вливания, но у них этих вливаний нет. Потому что они еще маленькие, пока не зарабатывают и куда-то бегут. А с другой стороны есть большие компании, которым не хватает энергии, идей, но у них есть деньги. И они начинают их вкладывать туда. И это не система, в которой стартапы пытаются кинуть больших инвесторов и нажиться на них и это не система, в которой большие компании пытаются задавить мальков. Это система, в которой необходимо и то, и то. Стартапы показывают большим компаниям куда нужно стремится и как нужно двигаться, задают тренды. Большие компании инвестируют в стартапы и позволяют им двигаться, создают из них большие компании. И это постоянно крутится, одно необходимо другому. Они работают в симбиозе, хотя кажется, что одни пытаются забрать деньги и рынки у других. Но в реальности, они друг другу помогают на уровне системы. Потому что одним не хватает одного, другим другого. Они друг у друга учатся. Так же, как и нужна молодежь, которая двигается и старые люди, которые их направляют. Потому что у старых не хватает энергии, но хватает информации и понимания объединенности, а у молодых, им не до того, чтобы понимать объединенность, у них этап, чтобы двигаться. Стартап быстрый и подвижный, корпорация медленная и неповоротливая, стартап живет мало времени, корпорация много, стартап при росте делает большой процент заработка, а корпорация малый, но стабильный, то есть они в принципе в противофазе и стартап идет к тому чтобы перейти в корпорацию, это его жизненный путь.

Когнитивные искажения. Есть сотня когнитивных искажений о том, как мы воспринимаем мир, как меняется наше восприятие, наши мысли от того, что мы видим вокруг а есть просто манипуляции. Когда мы что-то скрываем и создаём эффект, продаем и рисуем красивую картинку, если человек поймет, что это просто красивая картинка, он скажет нет, все это фигня и не будет покупать, это манипуляция.

Когнитивное искажение – это то, что влияет на нас в любом случае. Это вещи, которые через мозг пробиваются априори и будут влиять на нас. Например, если вы чувствуете себя успешным, попытайтесь вспомнить 5 вариантов своего успехов, а потом вспомнить 10 раз, когда вы ошибались. Если вы проделаете это, вы начнете сомневаться в своей успешности. Вы ощущаете себя успешным, но потом вы начинаете думать, а где я был по настоящему успешным. И начинаете копаться в голове и, если вы быстро это не находите, а зачастую быстро это не находится, он начинает думать, что может быть он не так успешен. Потом он начинает вспоминать свои провалы, они запоминаются хорошо, он легко их вспоминает и вспоминает большое количество провалов. И мышление от успеха быстро перемещается к неуспеху, это происходит автоматом. Эта часть относится к фрактальности, связаннысти, к равновесию, к тому, что есть вещи, которые на нас влияют очень сильно, хотя они маленькие.

**Бизнес.**

Интуиция дает прорыв, разбор интуиции дает прорыв, автоматизация процесса дает прорыв и мастерство. Если мы работаем без интуиции, только на цифрах, тогда нам эффекта сильного не видать. Если мы работаем наоборот, только на интуиции, то все работает плохо. Нам нужно периодически менять эти шаги, смотреть и на то, и на то. Интуиция помогает в расчетах, расчёты помогают структурировать интуицию, автоматизация процессов позволяет убрать рутину и автоматизировать человеческую работу, а человеческая работа должна улучшать автоматизацию. Это работает заодно, развивает друг друга. Если мы упираемся в полюс, то все ухудшается. Но сам процесс, как таковой, если он противоположный, развивает другую сторону. То есть, понятие автоматизации противоположно понятию ручного и человеческого труда. При этом, автоматизация помогает человеку автоматизировать его труд и улучшить его. Это система, которая улучшает его. И если все автоматизировано, именно человек следит за тем, чтобы все работало правильно, он помогает автоматизации работать лучше. То есть, это противоположные вещи, но они обязательно друг друга улучшают, если правильно к этому относиться, если заниматься сведением этих вещей. И также интуиция и логика – внесение интуиции в систему логики, улучшит всю систему.

### Отношения.

Проблемы дают крепость. Когда мы теряем человека, то понимаем его важность. Это тоже противоположности. В паре, и в отношениях появляются проблемы и отношения становятся крепче, потому что люди учатся преодолевать их, получают новые навыки и все становится крепче. Если нет проблем, то и отношения более мягкие, менее эффективные, но ведь, проблемы должны ухудшать систему. Когда мы теряем человека, мы понимаем важность. Если мы что-то отдаем, мы начинаем сразу понимать, насколько это было для нас нужно. То есть тоже противоположность – отдали, потеряли и понимание необходимости.

Красота – соответствие внутреннего и внешнего, похожих частей. Об этом мы уже говорили, что внешнее улучшает внутреннее. Если вы двигаетесь уверенно, это будет влиять на вашу уверенность, будет ее улучшать. Если вы чувствуете себя уверенно, это будет влиять на то, как вы проявляете себя в мире, как вы будет двигаться. И одно влияет на другое, одно развивает другое. Если вы хорошо относитесь к физической форме, то физическое состояние будет развивать ваше моральное состояние. Если вы следите за моральным состоянием, это будет изменять ваше физическое. Даже если вы постоянно улыбаетесь, у вас мышцы будут развиваться так, что остальным людям будет видно по строению мышц на лице, что вы постоянно улыбаетесь. Это означает, что вы позитивный человек, что вам можно доверять. И это улучшит отношение остальных людей.

### Здоровье.

Закалка – это встряска, стресс – ухудшение как бы. Но это улучшает здоровье, усиливает наш иммунитет. Цари, пили яд, для того чтобы к нему привыкнуть, и чтобы на него не реагировать. То есть улучшить свое здоровье с помощью того, что ты его травишь. Противоположные вещи, которые улучшают друг друга.

То, чего мы боимся, развития, то и есть наш прорыв. То, что мы призираем, там и есть развитие. То есть, если мы от чего-то сильно бежим, если мы убегаем в какую-то

сторону и забываем о противоположности совсем, не изучаем, не смотрим на нее никак, там есть большой потенциал. Если одно развивает другое, то состояние, в котором мы изучаем то, чего у нас нет, создает эффективность предыдущего и поэтому, часто говорят, посмотрите на то, чего вы боитесь. Поработайте с этим, и оно улучшит всю систему сильно больше, чем вы будете прорабатывать то, над чем вы трудитесь, и то, что у вас хорошо получается. Это развитие одного другим. Не про то, чтобы вы с чем-то смирились, а про то, чтобы вы взяли противоположность, покопали туда и она развила вашу способность.

Природа учится на всем и всегда, у нее везде противоположности, изменения и они обучаются друг друга. Это принцип системы, так она работает, так она развивается, так она никогда не останавливается.

## 27. равновеси\_истина\_отпусти

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/11awPWuasHow2B9yorMYQpNX9MJwY2Q6-/view?usp=sharing>

Еще один парадокс части про истину — это состояние, в котором реализуются какие-то решения, это можно отнести просто к нормальному состоянию сознания, когда мозг решает какие-то вопросы, можно отнести какой-то там истории, типа визуализации и так далее, но такой факт есть на разных уровнях. Если мы к чему-то стремимся очень сильно, если мы очень много прикладываем усилий, у нас рождается отрицательный эффект, как мы обсуждали, появляется напряжение. И это не дает нам прийти к результату. Чрезвычайная фанатичность, всегда нам мешает. Если мы чего-то слишком сильно хотим, это большая проблема. И решение появляются периодически и зачастую в тот момент, когда мы успокаиваемся. Есть понятие, типа если хочешь найти — нужно отпустить, так часто говорят про отношения. Вроде того что если вы хотите найти какого-то себе человека, нужно просто перестать его искать, перестать этим заниматься упорно. Конечно всегда нужно что-то делать, это не про, что нужно забыть вообще и не заниматься никаким вопросом, а все начнет реализовываться, как только мы на все забьем. Это про то, что нужно успокоиться, нужно не создавать этого эмоционального напряжения, которое будет вас откатывать. Ну и когда вы делаете какой-то выбор, неважно, отношение это, бизнес, что угодно, на уровне фанатизма, вы принимаете неправильные решения, потому что у вас нет другой точки зрения, у вас все сдвинуто в одну сторону, вы либо все отрицаете, потому что у вас из-за фанатизма какие-нибудь завышенные ожидания, либо вы наоборот, не видите каких-то проблем и делаете выбор в ту сторону, которая вам не нужна, на самом деле. Но вы не можете это осознать, потому что слишком сильное напряжение и натяжение мешает воспринимать реальность. И тут можно рассмотреть два варианта, один — около эзотерический. Что когда вы к чему-то стремитесь, прикладываете много усилий, когда вы уже создали какой-то поток, вы уже много чего сделали физически и продолжаете создавать это напряжение, создаете направление, но успокаиваетесь, тогда вы добиваетесь результата. И если вы будете находиться в спокойном состоянии, то есть

в состоянии, когда вам это нужно и важно, но вы понимаете, что этого может не произойти и это не будет для вас трагедией, это будет нормально, и при этом, вы понимаете, что это должно произойти, то есть есть и стремление и спокойствие одновременно, тогда создается такой коллапс, создается противоречие, а как мы и говорили, это понятие истинности, центральности и противоречия, в том числе. Для вас это действительно очень важно и вам это нужно, вы считаете, что это важная часть, не то, чтобы это вам сильно нужно, это просто важно и при этом вы смиряетесь с тем, что такого может и не произойти, такое бывает, но не с вами, но при этом может быть и с вами. Это звучит странно и не логично и это такая очень скользкая позиция, но центр всегда скользкий, его всегда сложно поймать. И возможно тут есть какой-то смысл в том, что вы думаете не о том, что это сильно важно для вас, а что это просто важно, что это важный элемент системы. То есть вы должны дистанцироваться от этого состояния, у вас структура останется та же, вы к чему-то стремитесь, вы понимаете, что очень важно чтобы это произошло, но вы не испытываете этого огромного количества эмоций, этого фанатизма и эмоционально вам как будто бы совсем все равно. При этом ярлык того, что это важно или очень важно, он сохраняется когда вы успокаиваетесь. И часто это бывает на уровне, когда вы что-то делаете, делает и делаете, приложили уже очень много усилий и в какой-то момент у вас не получается ничего и но потом вы говорите себе, типа, да и ладно, займусь чем-нибудь другим, пойду в другую сторону, у меня же есть еще какие-то варианты. А к этому варианту может быть вернуться, и начинаете делать что-то еще. Именно в этот момент приходит какая-то возможность, именно в этот момент вы начинаете решать ту задачу и вас возвращает обратно, так как вы уже создали поток и напряжение, оно не может просто так испариться. То есть, если с точки зрения этих равновесных историй посмотреть, то это сильная растяжка в правую сторону, допустим, вы идете влево, вы отпускаете ситуацию, вас перебрасывает влево, левая доходит не до конца, но если мы рассматриваем резинку, мы растянули и отпустили и она пробегает дальше центра и возвращается обратно, потому что начинается колебательное движение. И в этот момент, когда вы близко к центру, вы ловите эту возможность и у вас появляется шанс движения по той траектории, которую вы хотели выбрать до этого. То есть растяжение и отпускание его начинает вас бросать из стороны в сторону и в какой-то момент вы точно проходите через центр, важно просто не пропустить этот момент и ухватиться за него. Но вы уже с абсолютно спокойной и холодной головой это делаете, вы уже очень хотели этого и понимали, что это необходимый шаг и при этом вы смирились с тем, что этого может и не быть. И в этот момент произошло вот это попадание в состояние истины, когда вы пролетали над центром, попадание в состояние потока, нирваны, в разных процессах это выглядит по-разному. Есть другая проблема, когда человек не хочет чего-то, не готов действовать и начинает визуализировать все. Люди очень чего-то хотят и очень много вкладывают энергии только в мысли, картинки, естественно система становится однобокой и не приведет вас к результату, так как противоположность фантазиям являются действия и одно без другого не существует в мощном состоянии. Это движет их не туда, они не могут и правильно поработать со своим эмоциональным фоном и не могут правильно принимать решения, потому что они слишком куда-то перетягивают, потому что должна быть логика, адекватность, помимо всех этих фантазий, о том, что мир можно изменить силой мысли, нужно движение, действие, то есть другая сторона. И хотя это больше похоже на эзотерику и подтвердить тут мало что можно, но в большинстве

случаев это работает именно так. У меня это нормальная позиция, в жизни практически все происходит по этому методу, я засекал.

При этом есть другая часть, которая уже не про эзотерику, это про фактическое мышление, когда мы также пытаемся что-то решить, очень много сил тратим и создаем это направление, энергию, решение к нам приходит от подсознания в тот момент, когда мы успокаиваемся, когда мы не смиряемся, но отпускаем этот вопрос. То есть тут такая же история, что просто мы идем спать и на следующий день нам приходит какая-то мысль в голову, или идем в душ и там многие говорят, что им приходят мысли, потому что в душе ты особо ни о чем не думаешь, у тебя очень много сенсорной нагрузки – вода, которая мокрая, она еще теплая, холодная, вам еще что-то нужно делать, еще нужно в ванной стоять и если ванная скользкая, вы максимально уходите от мира в этот момент, когда максимально отпустили этот вопрос, когда максимально не удерживаете напряжение в мозге и открыли его, туда входит решение. Мозг в этот момент посыпает решение. И многие вопросы, особенно большинство сложных задач, решаются именно так, не в тот момент, когда вы напрягаетесь, а в тот момент, когда вы уже создали эту направленность и оставили ее в покое и тогда получается результат. То что так это работает говорят не только книги по эзотерике, но и ученые, которые занимаются вопросами работы мозга. Опять же, если говорить о таком пограничном состоянии между эзотерикой, что вы чего-то отпустили и у вас появилась какая-то возможность вдруг внезапно, что кто-то вам внезапно предложил возможность и это похоже на что-то фантастическое и магическое, на самом деле это просто логика изменений. Например, визуализация, которую мы обсуждали, что мозг просто дает команду и в тот момент, когда понимает, что нужно сделать, например, что с этим человеком нужно заговорить или что сейчас нужно поехать туда-то, там есть какая-то возможность, он просто начинает действовать так, как нужно. То есть вы создали ему направление и сказали все, я успокоился, дальше делай все сам, решай сам. И он просто начинает подсовывать вам решение вашей задачи. То есть это уже нормальная работа подсознания. При этом для человека, который не оценивает то, как работает мозг, как функционирует подсознание, какие там взаимодействия, для него это будет выглядеть уже как волшебство. Он будет думать что помогла визуализация и все, что он о чем-то там думал и оно как-то само решилось, на самом деле это вклад, ты вкладывал ресурсы, ты направлял мозг, ты задавал ему правильно задачу, правильно сделал так, чтобы он помог в ее решении, и он не то чтобы посмотрел и нашел единственное нормальное и идеальное какое-то решение, а он, когда вы правильно задали эту задачу, дал вам много вариантов и вот какие-то из этих вариантов вы не увидели, какие-то потеряли, а в какие-то попали. И эти варианты уже выглядели, как какое-то волшебство, хотя это просто логика событий.

## 28. равновесие\_необходимость\_противоположностей

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1chGTDL4X-wywRyy77KVHAbITNbsStfHR/view?usp=sharing>

Следующий пункт, это **необходимость противоположностей**. Черного без белого нет, как и героев нет без отрицательных персонажей. Если есть какой-то герой, то есть обязательно, то, с чем он борется, какая-то противоположность. Если мы посмотрим на какие-то фильмы, на то, что мы смотрим, а фильмы — это отражение мыслей тех, кто их снимает, и наших собственных, потому что мы это воспринимаем, нам это интересно, у нас это откликается, это значит, что что-то попадает в наше мышление. И там всегда есть борьба противоположностей, которые воюют друг с другом за разные идеалы. И это нас интересует обычно больше всего, появляется максимальный отклик, особенно когда эти противоположности еще и как-то сходятся, начинают понимать друг друга, что они не такие уж и противоположности и что они могут помочь друг другу и становятся на одну сторону. И происходит это слияние и улучшение ситуации в целом. То есть, если бы не было никаких отрицательных персонажей, никогда не было бы героев, потому что понятие герой относится к борьбе, к какой-то защите. Если нечего защищать и не от кого, то и эти люди не нужны. В идеальном обществе героя быть не может потому что оно идеальное и все уравновешены. И вот это равновесие — это стабильность, не позитивная часть. Как только появляется равновесие на каком-то уровне, когда мы до какого-то уровня дошли, наша колебательная часть системы вышла на какой-то новый уровень и колебания происходят уже выше, для нас это норма. Если все герои, то по сути они все становятся обычными людьми и нет уже какого-то отклонения, восхищения этими героями, их просто быть не может как сущностей. Поэтому, необходимо создавать противоположность, чтобы было то, к чему стремиться. Они неразделимы, они не могут существовать друг без друга. Это равновесная система. И то же самое, если появляются отрицательные персонажи, обязательно появятся положительные персонажи, которые будут противодействовать. И это работает как в одну сторону, так и другую сторону. Если система уже не стремится никуда, то есть нет идеалов и героев, все одинаковые, система все равно расшатается и пойдет либо вверх, либо вниз, плюс в состоянии равновесия нет идеалов, нет целей куда стремиться, так как героев и примеров нет, а они нужны для целеполагания, а значит что в этом плане системе необходимы и враги героев.

## Обучение

Обучение должно быть легким и интересным, оно должно мотивировать, иначе человек не будет хорошо учиться, если конечно у него не будет жизненной необходимости в этом. При этом, обучение это всегда насилие, даже если вы упрощаете обучение, дальше все равно нужно напряжение. То есть с одной стороны чем легче и понятнее учиться, тем лучше будет это обучение, с другой стороны, чтобы обучение давало результаты, нужно чтобы была сложность, чтобы мозг преодолевал препятствия. Это как качать мышцы — чтобы мышцы росли, они должны рваться, но не сильно, должна быть соблюдена пропорция и минимальный надрыв, чуть больше чем кажется что можешь. То же самое и с обучением, если мозг со всем справляется слишком хорошо, он перестает учиться и будет потом не способен решать сложные задачи. Поэтому для обучения просто необходимо напряжение и сложность, без этого элемента его не существует, а упрощение и напряжение, сложность, это противоположности и они обе должны существовать единовременно.

Теория вероятности — про то же самое, про противоположности и про то, что система всегда приходит к равновесию. Если мы говорим о законах повторяемости, например,

если вы кинете 1000 раз монетку и по 500 раз примерно выпадет орел и решка, это уравновешивание системы, то, что должно быть – одна часть занимает половину и другая часть занимает половину. И они обе должны быть, не может постоянно быть решка или орел, это должно уравновешиваться. Иначе будут какие-то перекосы и система будет нестабильная. Подумайте об этом, о том что в мире все уравновешивается, не только силы в космосе, которыедерживают систему, но и в принципе усреднения показателей вроде подкидывания монетки, о чем это нам говорит? И эти вещи, нам необходимы везде, они работают на всех уровнях. То есть, герои — это то, к чему мы стремимся, это какой-то вектор нашего развития, то, на что мы можем посмотреть и понять то, куда нам нужно идти. Если нет отрицательных персонажей, нам непонятно куда идти, куда развиваться. И должно быть и то, и то. Рассуждение о том, что мозг, например, может работать сам, и противоположность мышления и тела - человек всегда хочет отделиться от тела и думает, зачем оно мне, оно в мыслительной деятельности мне мешает, болит, ноет, но, на самом деле, мы через тело получаем большую часть информации, все что у нас есть в нашем мозге, вернее, часть нашего мышления, которая создается, оно на уровне тела. Обязательно для сознания, для мышления, для какой-то духовности нам нужно тело, которое мы чувствуем и тело — это глаза, которые видят. Они видят не тот мир, каким он является, глаза видят так, как интерпретирует потом мозг, они что-то видят, воспринимают, потом мозг это все переделывает и это создается в нашей придуманной модели, мы живем в принципе в виртуальной реальности. Все, что нас окружает – наши ощущения, мысли, привязанности, правила, образы, то, что мы видим, то, что мы думаем, правила, по которым функционирует в принципе общество и то, куда мы как бы должны идти, наши ощущения, относительно других людей – это все виртуальность, ничего этого нет. Мы это все придумали, это наша фантазия, которая основана частично на ощущениях. Есть что-то, что в нас заложено изначально, на генном уровне, подсознательном, когда в нас появляется жизнь, когда мы сами появляемся как клетка, мини организм, у нас появляется уже какое-то сознание, появляются приоритеты и большая часть того, что мы считаем правильно-неправильно, как должен существовать человек оно закладывается все равно изначально, понятно, что это может меняться, в зависимости от окружения, но необязательно это будет комфортное изменение. Вы можете полностью поменять свою жизнь и страдать от этого, болеть. Вы это приняли, уверены, что это так, на уровне сознания, на самом деле это то, что идет в разрез с вашим подсознанием и начинаются болезни, психические расстройства, просто физически что-то болит, органы отказываю или что угодно, просто потому что внутри у нас вот этот ориентир есть, но снаружи этот ориентир можно поменять и можно какие-то вещи переделать в норму. И с точки зрения изменения состояний, убеждений – это не так уж и сложно, если это делать постепенно и правильно, можно практически любого человека привести к любому мнению. И с одной стороны у нас есть эта часть заложенная, с другой стороны у нас есть мир, который мы ощущаем и делаем это телом. Мы не сможем оценить сознанием какой-то процесс так, как оцениваем его мы вместе с телом. Если наше сознание загрузить в компьютер, он не сможет нормально думать, потому что вот вы ощущаете гнев или на самом деле он у вас где-то находится внутри организма, вы чувствуете его где-то в каком-то конкретном месте, у меня это где-то в центре груди, ощущается таким комом и зачастую это у людей именно так и ощущается, как это поймет компьютер, если у него есть только сознание? А тогда как он нас поймет. если у него нет ощущений и он не понимает как мы действуем в зависимости от них.

Есть любовь, которая ощущается в теле, она не создается в сознании, она не создаётся просто как мысль, мы ее чувствуем, а чувствуем мы ее во всем теле. Если бы мы ее во всем теле не чувствовали, ее бы не было. Если бы не было понятия любви, если бы мы не понимали, что это такое, мы бы не могли принимать решения и реагировать так же, как мы это делаем, когда мы люди. И вот эта проблема необходимости противоположностей мешает нам, когда мы пытаемся создать мозг, его пытаются создать физически отдельно от тела, отдельно от этого восприятия и считают, что он будет работать так же. Но он работает на основании огромного объема информации. То же самое подсознание, которое передает нам какие-то важные для нас вещи, это еще один элемент, который управляет откуда-то, мы даже примерно пока не знаем что это. У нас может что-то заболеть, и мы понимаем, что нужно обратить на это внимание. У нас начинает болеть какой-то орган из-за того, что мы в какую-то не ту сторону думаем и как-то не так себя ведем, мы начинаем идти в противоположную сторону от своих убеждений и начинаем заболевать и вот это заболевание – это общение через организм с нами нашего подсознания. То есть это более сложный процесс, чем просто какой-то мозг, какое-то серое вещество с нейронами. Поэтому часто происходят размышления, споры о том, что такое мозг, что такое сознание и попытки сделать мозг-компьютер, такой же как мозг человека. Но эти понятия неотделимы. Возможно это как-то можно сделать, но явно не беря одну часть, противоположность. Потому что тут создается противоположность мыслительного процесса логике, мышление операций между нейронами и эмоционального. А эмоциональное дает нам тело и эмоциональный интеллект, решений на основе эмоций, на основе того, что мы ощущаем – это очень большая часть того, как мы мыслим, принимаем решения, думаем и в принципе эффективности. Человек, который думает с помощью логики не будет столь же эффективен, как человек, который думает и с помощью логики, и с помощью ощущений, чувств, эмоций. Это вещи, которые соединяются между собой и тогда уже создается какой-то более сложный, более сильный инструмент. И для нас тело и мозг это два таких противоположных инструмента изучения мира с этой точки зрения.

И дальше разберем ответвления – без черного нет белого, тень и свет, все это необходимые элементы. Нет света, нету тени. Одно без другого не существует. Черного без белого тоже нет, не с чем сравнивать. Позиция инь и янь - необходимость противоположностей. Должны быть противоположности как система и они должны быть отдельные, это не какая-то серая система, это черное и белое, это инь и янь, это не серый кружок.

### Бизнес.

Какие части необходимы, какие противоположности нужны для того, чтобы бизнес существовал нормально. Это логика и интуиция. Если у вас нет логики, довольно сложно будет работать с бизнесом, потому что многие решения принимаются на уровне логики. Если нет интуиции, если вы не можете правильно принять решение о вещах, по которым нет цифр, то у вас просто не будет огромного пласта решений. Это необходимые противоположности в бизнесе. Все люди, которые изучали бизнес, самые крупные компании, самые развитые в этом плане, если говорить про эмоции, цифры, про какие-то методологии, склоняются к тому, что нужно считать максимальное количество цифр, нужно опираться максимально на что-то, на что можно положиться,

потому что эмоции и интуиция, это не то, на что можно положиться, потому что они могут работать, а могут не работать. А цифры, с ними все понятнее вроде как. И передать можно остальным, другие люди тоже поймут. Но так это не работает, все эти компании, все самые крупные бизнесмены говорят о том, что важны и цифры, какие-то факты и то, что нельзя посчитать цифрами. Есть те вещи, которые нельзя посчитать цифрами, и они могут быть важнее, чем те, которые вы посчитать можете и наоборот. Вы должны все считать, и вы должны считать не все, это опять же парадокс и необходимость противоположностей. Всегда это будет, не будет такого что можно обсчитать все, потому что мы в принципе живем в теории хаоса, все влияет на все, мельчайшие изменения могут повлиять на всю систему. И там есть какая-то логика, обратным счетом можно все это оценить, но не предугадать. Это как пример разбитой чашки или пролитого кофе. Вы можете в принципе по тому как раскиданы осколки чашки, понять каким образом она упала, где она была и как она была собрана, вы можете это откатить обратно. Или вы можете по рисунку пролитого кофе понять, как оно вылилось. Но когда чашка летит на пол или когда кофе начинает проливаться, вы не сможете угадать, как будет выглядеть дальнейшая картина. И на уровне когнитивных искажений нам кажется, что многие вещи, которые мы сейчас видим, были логичны. Можно было в прошлом посмотреть, подумать немного и понять, что будет именно так. Но в тот момент, когда мы бы были в этом прошлом, для нас это было бы совершенно не очевидно и очень долго думая мы бы могли никак не прийти к этому решению. Необходимо и то, и то, и оно всегда будет, нужно стремиться все считать, оцифровывать, особенно в нашем современном мире, когда у нас есть много для этого возможностей, но не нужно забывать о обычном мышлении, интуиции, эмоциях и прочих подобных вещах, потому что они нам дают ту картину, которую мы не видим в цифрах. Чтобы принять правильное решение нужно иметь максимальное количество информации, а максимальное количество информации это и интуиция, и эмоции, и цифры, необходимость этих противоположностей. Логика и предсказания, факты и предсказания. Аналог и цифра, эмоции и цифры — это примерно одна монета, но аналоговое восприятие и цифровое восприятие, это вещи, которые необходимы, не может одна исчезнуть, а вторая остаться. Более того, интуитивные решения принимаются лучше, если есть множество данных, а собранные данные лучше всего проверяются на уровне интуиции, так как зачастую видя ошибку, ты не понимаешь что ты видишь, а просто думаешь, что-то тут не так и начинаешь искать что и где, то есть это не логический шаг. И обе эти стороны развиваются друг друга.

### **Деньги и эмоции.**

Если нет эмоций от бизнеса, то бизнес существовать нормально не будет, если он не приносит эмоционального результата, то тогда он не нужен никому, потому что одни деньги эмоции не принесут. Они приносят эмоции на каком-то уровне. Есть исследования, которые в том числе были опровергнуты, о том, что есть цифра, после которой человек, зарабатывая больше, не ощущает эмоционального вовлечения от денег. И хотя эта история опровергнута, тем не менее, я думаю, что у всех людей есть вот это порог. Порог просто активность роста, если у вас увеличивается доход, это приятно, это может быть полезно, в какой-то момент это начинает напрягать, в какой-то момент это очень сильно радует. То есть у вас было мало денег и у вас прибавилось денег, у вас сильный рост, у вас эмоции зашкаливают от того, что что-то прибавилось. Когда у вас достаточно денег и прибавилось еще, даже если в такой же

пропорции, то такой радости уже не будет, вы ее уже испытали на предыдущем подъеме. То есть у вас состояние радости в начале больше, это как с кривой развития, где человек чувствует себя гением, потом самозванцем, потом выходит на мастерский уровень. И в какой-то момент количество денег начинает вас напрягать, деньги очень сложная вещь, очень сложная структура, чем у вас их больше, тем вам тяжелей, потому что, если у вас денег нет, вам их нужно зарабатывать, нужно к этому стремиться, если у вас денег много, вам нужно их не потерять, сохранить, вложить, преумножить, потому что зачем вы вообще к ним стремились, если потом вы их просто начинаете терять на том уровне, что вы их заработали, положили и они обесцениваются и вы их начинаете терять. Это никому не интересно и люди начинают думать, что с ними делать. Просто представьте себе, что на вас упал миллиард. И какие ощущения будут у вас возникать на следующий день, в первые минуты это эйфория, на следующий день это страх, проблемы, потому что непонятно куда его девать. Вы можете на эти деньги купить себе какую-то недвижимость, и эта недвижимость будет потом стоять, вам ее нужно будет обеспечивать, она сама себя не окупит, если вы в ней будете жить. Вам нужно будет обеспечивать ее стоимость, вы купили машину, вам нужно будет обеспечивать машину, вы купили какой-то бизнес, вам нужно будет работать в этом бизнесе, находить каких-то людей, контролировать их и следить за тем, чтобы бизнес приносил результаты, а не убытки. И вам нужно найти способ куда-то их инвестировать, чтобы они приносили деньги, а не забирали их. Потому что большинство того, что приходит в голову сразу, на самом деле деньги забирает, все наши машины и квартиры и все такое, они обесцениваются, они тратят наши деньги, во все это можно инвестировать и можно зарабатывать с этого, но нужно иметь опыт. Чем больше у тебя денег, тем сложнее зарабатывать, и не зря компании, у которых большое количество денег и крупные инвесторы, они ищут какой-то консервативный доход, потому что они понимают, что много они заработать на таком объеме не смогут, они не знают куда деть большое количество денег, чтобы много денег заработать. Поэтому SP500, который является показателем, к которому нужно стремиться, равняется 6-8% годовых в валюте, это не такая большая сумма, но это то, к чему стремится рынок огромных денег. И если этот рынок стремится к этому, то представьте себе, что будет у вас, если вы с такими с такими деньгами никогда не сталкивались, скорее всего они потеряются, это как дать деньги человеку, который выиграл в лотерее, вот этот миллиард. Есть огромное количество таких примеров, когда людям давали деньги, они их теряли и уходили еще и в долги. Это происходило довольно быстро. Сначала они становились вдруг миллиардерами и потом сразу они все спускали. У них воровали, кого-то убивали, кто-то в итоге не выдерживал и становился наркоманом, большинство людей умирало после этого из-за наркомании, из-за того, что их убивали, у них были нервные срывы и потом они постепенно затухали. Поэтому, деньги вообще не про эмоции, но эмоции должны быть обязательно, если вы хотите делать бизнес. Это касается как собственника, так и персонала. Люди, которые работают на работе, работают за деньги, они приходят для того, чтобы заработать деньги, это первоочередное, это главное, что они хотят получить взамен, то есть они отдают свою работу собственнику бизнеса, и они хотят взамен за это что-то получить. Просто эмоции они получать за это не хотят, если собственник еще и деньги получает. Но аналогичный продукт они хотят обратно. И нужно закрывать свои какие-то первоначальные потребности. Но если человеку дать работу только за деньги, он будет работать довольно плохо, деньги — это не мотивация, это стимуляция, а на стимуляции человек работает не очень хорошо. И

стимуляция, мотивация – это такие около противоположные понятия, которые тоже должны быть оба в системе. Мотивация — это глобальная история, это долгая и сильная система, стимуляция необходима для того, чтобы с этой мотивации еще не упасть. Как тактика и стратегия, необходима стратегия, необходимо думать очень на большой период времени, чтобы понимать куда движется и как выглядит картина мира. И необходима тактика, потому что, если вы думаете только о стратегии, непонятно какие вообще шаги совершать конкретно сейчас и что делать. Поэтому, деньги, эмоции необходимые противоположные элементы системы бизнеса.

Человек и машина. Сейчас это сильно актуальная часть, мы начинаем уходить в сторону машины, в сторону автоматизации, цифровизации и уходим от того, что нужен человек. Но машина без человека не будет нормально работать. У человека, если он работает ручным трудом, если у него ничего не автоматизируется, ничего не оцифровывается, эффективность будет довольно низкой, по сравнению с тем, что могут получить при взаимодействии с машиной. То есть эти вещи, тоже противоположны – ручной и автоматизированный труд необходимы друг другу, они развиваются друг друга. Обе части должны быть в системе, иначе система будет косая и неповоротливая, неэффективная.

### **Отношения.**

Если нет проблем, то нет и радости. У нас в принципе нет понятия счастья, нет понятия радости. Его нет как какой-то общей точки. Есть понятие радости относительно чего-то, то есть мы всегда думаем относительно другого процесса, если вчера было плохо, а сегодня нормально, для нас это уже радость, это для нас хорошо, потому что мы из плохо пришли в хорошо. Если у нас становится все очень плохо, мы смотрим назад и думаем, а на самом-то деле, раньше отлично было, это сейчас плохо, а тогда было замечательно. И мы сравниваем, что сейчас и что тогда, у нас постоянно идет сравнение. Если мы выходим на какой-то уровень все замечательно и прекрасно, у нас какая-то сильная эйфория, сильный разброс, то сначала мы испытываем эти положительные эмоции, но через какое-то время мы перестаем их испытывать, потому что мы привыкаем, понимаем, что мы перешли на новый уровень и мы там находимся. И любое движение вниз, это уже печаль, а если мы находимся на высоком положении, то скорее всего, любое движение будет вниз. Радость на одинаковом уровне мы не испытываем, мы перестаем этому радоваться, через какое-то время, мы насыщаемся этим, для нас это становится нормой, и мы оцениваем уже относительно этой нормы. Относительно нормы – все нормально, радости никакой нет. Для того чтобы появилась радость, нужно чтобы отличительно того что мы воспринимаем сейчас, увеличилось что-то, прибавилось, и тогда у нас появляется радость. Без этого увеличения, улучшения, у нас радости не будет. И понятно, что всегда ничего не может расти постоянно. То есть не может быть такое, что у вас жизнь все радостнее и радостнее, иначе когда то вас просто разорвет от радости, а сама радость обесценится. Это как жизнь – она ценна больше всего потому, что есть смерть. Постоянного роста в мире не существует, в том числе потому что есть принцип равновесия. И поэтому, для того чтобы испытывать радость, чтобы мы могли оценить сегодняшний день со вчерашним и сказать, что сегодня все лучше, нам нужны постоянные качели, нам нужны какие-то проблемы. То есть нам нужно уменьшение эмоционального фона, для того чтобы почувствовать улучшение эмоционального фона. Мы не можем находиться всегда на

хорошем уровне, нам нужно провалиться, чтобы потом подняться и ощутить. То есть у нас есть условная средняя линия и мы проваливаемся от нее и возвращаемся на нее, это гораздо лучше, чем мы бы постоянно находились на средней линии, даже если после провала, мы не перескакиваем через нее, а возвращаемся на нее, для нас это всегда будет радостным событием, это всегда плюс. То есть хотя бы такие колебания нам необходимы, но в какой-то момент мы привыкнем и к этому и будем понимать, что мы всегда возвращаемся на одну и ту же позицию, всегда у нас радость на одном и том же уровне, это уровень никогда не меняется и это тоже начнет приедаться. Эта система должна меняться и двигаться. Но без этих отрицательных эмоций не будет и положительных, в том числе если говорить о проблемах и решениях, мы не можем решить какую-то задачу, мы не сможем прийти к результату, если у нас нет проблемы. То есть проблемы нам необходимы, для того чтобы это двигало нас к чему-то, чтобы у нас появлялись цели, потому что, если нет проблем, нет целей, нам незачем что-то делать, мы просто должны жить, успокаиваться и все и тогда не к чему стремиться. Если есть какая-то проблема, мы можем ее решать, если мы можем ее решать и решим, мы получим настоящую позитивную обратную связь для нас. Поэтому, для того чтобы нам было нормально жить, интересно и приятно, чтобы мы вовлекались в процесс и чувствовали позитив, нам нужны проблемы, которые можно решать. И соответственно, нет людей, у которых нет проблем и негативных состояний. Просто мы их ощущаем на своем уровне, другие ощущают на другом уровне. Мы вышли на какой-то средний уровень, и мы чувствуем, что, проваливаясь вниз, мы получаем негатив, человек, который на более низком уровне, точно так же может проваливаться вниз и получать негатив, чуть подниматься наверх и получать позитив, гораздо больше, чем мы если даже на более высоком уровне. И то же самое у других людей, которые выше нас, у них происходят те же качели, у них есть и разочарование, и успехи, все одинаково, одна и та же структура, у всех все это в зависимости от их текущего состояния. Ну и конечно, если говорить о том, как с этим работать – можно просто поменять точку восприятия, оценки, как мы оцениваем то или иное событие, точку относительности. То есть мы соотносим, например, свою жизнь со своей жизнью или мы смотрим еще на кого-то другого, у кого все выше по уровню, чем у нас. И если так, то у нас в большинстве случаев все будет негативно. Это один из вариантов, как с этим работать.

Страсть и спокойствие в отношениях, тут можно говорить о парах, можно говорить о вовлеченном каком-то занятии. То, что нам нравится, и нас устраивает. Без страсти мы не будем выполнять какие-то свои задачи, стремиться к своим целям и двигаться максимально эффективно и быстро. Если у нас постоянно есть страсть, она просто сожжет изнутри, она потратит все наши силы и в какой-то момент мы просто упадем и нам придется отдохнуть. И настанет этот эффект спокойствия, необходимая часть, потому что постоянно тратить энергию невозможно, она должна как-то восполняться, восстанавливаться. Соответственно, если у вас отношения, в которых все спокойно всегда, это становится неинтересно, если у вас постоянная страсть, то в какой-то момент она уменьшится, остановится, или вы перегорите. То есть это перестанет приносить тот результат и эффект. Соответственно, без обоих элементов, хотя страсть это про движение, про интерес, спокойствие это про равновесие и отсутствие какого-то сильного эмоционального фона, но эти две вещи необходимы.

Добро и зло - без зла и добра нет. Потому что, если нет зла – стабильность, норма, обычное состояние, это не добро. Добро это в другую сторону, это противоположность. И одно без другого не существует, нельзя приносить добро, если нет отрицательной части. То есть она может быть на уровне отсутствия добра, но отсутствие добра для нас — это тоже понятие зла. И эти вещи необходимы в системе, чтобы существовало и то, и то. Чтобы существовало хотя бы какое-то понятие, у него должна быть противоположность.

### Здоровье.

Болезнь укрепляет иммунитет, поэтому дети едят землю и стерильность нас в какой-то степени убивает. Если мы не будем болеть, поместить нас в какой-то безмикробный шар, то у нас не будет иммунитета. Любое столкновение потом этого шара с ножом, стеклом и все, мы умерли, потому что мы не были подготовлены. Если мы болеем, мы начинаем привыкать к этому, у нас адаптируются наш организм, адаптируется иммунитет и мы можем справиться с большими проблемами. При этом, если мы постоянно болеем, все эти постоянные болезни уничтожают наш организм, ослабляют иммунитет, потому что организм не справляется. Тут вопрос - это перебор или нет, но эти две вещи необходимы. С одной стороны, мы должны болеть, с другой стороны мы должны быть здоровыми. Если мы не болеем, мы не будем потом здоровыми, мы не учимся, у нас нет иммунитета, мы его не развиваем. И тут вопрос – как мы болеем, как мы переносим все эти болезни и что с нами происходит. Есть еще две противоположности про то, что дети едят землю специально - они на уровне подсознания запихивают в себя максимальное количество микробов для того, чтобы понять, а что же их окружает, для того, чтобы организм начал с ними бороться и чтобы выйти потом в мир и быть здоровыми. При этом мы, со своей стороны, пытаемся их от всего этого оградить, и мы пытаемся создать максимальную стерильность и чем больше стерильность, чем больше мы их ограждаем от микробов, тем менее они становятся сильными в плане иммунитета и у них меньше выживаемость, хуже здоровье, хотя мы их от этого ограждаем. И тут опять же должен быть баланс, нельзя ребенку облизывать вообще все, тогда он будет получать слишком много этих бактерий и будет не справляться с ними, будет болеть так, что будет изнашивать организм. И нельзя создавать максимальную стерильность, потому что эти дети тогда будут не адаптированы к болезням и им будет плохо дальше в жизни. И если мы говорим о каких-нибудь странах, где нет нормальной канализации и там очень больше скопление бактерий и микробов, то там нужно создавать стерильность, нужно бороться с этими загрязнениями, потому что люди умирают в очень большом количестве, они не справляются с этим объемом бактерий. Им нужно заниматься к этой стерильности, убирать бактерий в сторону, для того чтобы сохранить людей. При этом, если переборщить, делать слишком большую стерильность, они потом перестанут выживать в тех местах, где они жили, в лесах, полях, в зависимости от того, где они живут. Они могут хотеть жить на природе, на улице и это нормально. И с одной стороны они тогда должны привыкать ко всему, с другой стороны есть вещи, от которых нужно защищать. Например, та же канализация, она в какой-то степени нужна, нельзя мыться в реках, в которые вот это все уходит.

Микроны - они нас убивают, и они же нас защищают. Есть микроны и бактерии, которые нас заражают, и мы с ними боремся и у нас есть бактерии и микробы, которые

помогают нам в огромном количестве разных процессов, в том числе процесс переваривания, он сильно связан с какими-то микроорганизмами, которые в нашем теле не рождаются, это внешние микроорганизмы. Те, которые у нас поселись и многие из них действительно помогают нашему телу функционировать эффективно. Вим Хоф и Норбеков – говорят про веру и понимание процессов организма, которые меняют его полностью и управление, часть единой системы, это про здоровье. Есть вот два человека, Норбеков и Вим Хоф, их техники и подходы, это больше уход, опять же в какую-то эзотерику, к которой можно относиться положительно или отрицательно, но там много правильных и полезных мыслей, но не все обосновано и не все понятно. С одной стороны, главная их мысль в том, что нужно ощущать какую-то силу организма, нужно ощущать это здоровье, энергию и радость, для того чтобы вы были здоровым. И при этом же, они говорят о том, что нужно заниматься спортом, нужно делать какую-то гимнастику или закаляться, и одно без другого существовать не будет. Если вы просто по технике Вима Хофа будете выполнять физические какие-то упражнения, то ничего не изменится, здоровье не придет вдруг. Если эмоционально вы не будете к этому готовы, если вы считаете, что вы со всем справитесь, но организм у вас к этому не был готов физически, тогда это тоже отразиться на вас плохо. И это противоположности. Сознание, которое регулирует, как живет, ощущает себя наш организм и физическое здоровье организма, которое контролирует то же самое. Без одного из этих элементов, вся эта система не будет работать. Если вы будете по Норбекову просто сидеть в позе лотоса и принимать какую-то энергию позитива, это не поможет, нужно будет еще какое-то движение, какая-то тренировка и нагрузка, что-то физическое и у него для этого есть специальное упражнение. Если вы будете делать просто упражнение, то тоже ничего не будет, это не поможет на каком-то высоком уровне. Какую-то долю здоровья упражнения и гимнастика дают в любом случае, но эффекта этого не будет, то есть это части единой системы. Тело и разум – части единой системы, хотя с нашей точки зрения, это части более или менее противоположные, одно физическое, материальное, другое – нематериальное. И материальное и нематериальное друг без друга существовать не могут. Это все равно единые вещи, которые друг друга подталкивают, развиваются.

### Развитие.

Нет препятствий – нет развития. Если у вас нет проблем, нет препятствий, вы не будете ничего преодолевать, вы не будете ничему учиться, у вас не будет нового опыта, просто некуда будет идти. Не будет никакого развития, если нет проблем.

Мышление на интуиции или на логике не работает. Коллективное мышление или собственное, нет правильного ответа. Мышление работает и на логике, и на интуиции. Если вы складываете эти вещи, как мы говорили  $1 + 1$  становится 5. Логика + интуиция это в пять раз эффективнее, чем что-то одно, а не в два раза эффективнее. И развивая только логику, вы не сможете решать нормально сложные задачи, развивая только интуицию, вы тоже не сможете решать сложные вещи, это части единой системы, они обе необходимы, хотя это противоположное направление, противоположный вариант решения задачи – где-то вы доверитесь просто каким-то ощущениям, которые не обоснованы ничем и интуиция — это именно так, это не тот момент, когда вы начинаете в этом копаться, разбирать по косточкам и этого не нужно. В интуиции важно ощущение, важен процесс понимания на уровне чувств. В логике

все наоборот. И то и другое должно быть в системе, чтобы она функционировала нормально. Есть отличный пример того как работает статистика, как работает принцип принятия решений и оценки мира на уровне логики. Есть книжка про критическое мышление от какого-то профессора из Гарварда, который говорил об исследованиях того, как на мышление влияют какие-то вещи. И там приводится различная статистика. Статистика — это логическая система, там есть цифры, вы опираетесь на цифры, на выборки, вопрос — как вы создали выборку практически никогда не может быть достоверным, то есть это все больше интуитивно, вы делаете выборку, но так как, мы живет в теории хаоса, на эту выборку может влиять огромное количество вещей, и вы не сможете всегда точно достоверно эту выборку сделать. Всегда будет куча погрешностей. В погрешностях может заключаться сам смысл. Тем не менее, сама статистика и теория вероятности — это очень важные направления, очень важная наука, которую нужно изучать и ее точно нужно применять в большинстве вещей, наук и в принципе, в жизни. Но при этом есть абсолютно глупые выводы, как например, у одного ученого, который проанализировал большое количество семей на тему того, есть ли у них книжный шкаф и вывел то, что у людей, у которых есть книжный шкаф, дети умнее, чем остальные. И это подмена понятий, на цифрах все так и есть, но с точки зрения простой логики, простого понимания — это глупость. Можно сразу понять, что это полная чушь, само это утверждение, то, что книги влияют на детей. Большинство из этих детей эти книги вообще не читает. И влияют тут другие факторы. Если есть книги, скорее всего, это люди, которые эти книги зачем-то хранят. Наверное, если они хранят, они подвержены какой-то зависимости и информации, они считают, что информация — это важно и они больше вкладывают в детей, больше занимаются тем, что рассказывают что-то детям, что их чему-то учат. И дети в том числе, если у людей есть какие-то библиотеки, наверняка с этих родителей больше информации считывают. То есть, даже если родители ничему не учат, дети учатся на примере родителей, это тоже противоположность — нужно ли детей чему-то учить и что-то им вкладывать или просто самому нормально жить и тогда ребенок научится и это противоположные понятия, в какой-то степени, они оба необходимы. Ребенка нужно учить, вкладывать ему информацию, нужно создавать в нем убеждения, правила, влиять на него и с другой стороны, есть понимания того, что это ребенку не нужно, он сам всему научится. Если вы будете целостны, нормальной личностью, ребенок это будет считывать подсознательно, он будет учиться на том, какой вы человек. Если вы постоянно показываете ребенку, что нужно делать каким-то образом и учите его каким-то вещам, но сами не считаете, что это важно и сами это не применяете в жизни, то ребенок будет считывать подсознательно вранье. Он в любом случае это знает, это видит. Дети вообще эти вещи определяют гораздо лучше, чем взрослые и для ребенка это будет негативный опыт, это будет разрушать его самость. И получается, с одной стороны нужно учить, с другой стороны учить не нужно, нужно быть самому целостным. И соответственно, если у людей есть какие-то библиотеки, возможно они более целостны, они более логичны, у них больше развит интеллект. Если это не их книги, скорее всего они достались от родителей, которые тоже были более целостны и более интеллектуальны, они научились у своих родителей и их дети учатся у них. И в этом какой-то смысл есть, это может быть правдой. Есть люди, которые переехали в какой-то дом и там уже были книги и это вообще никак не влияло, но таких людей выборки меньше, и они не повлияли на общую массу, поэтому вывод был сделан такой. Но это определенно не о том, что стоит полка и сама по себе влияет на

ребенка, а статистика говорит именно об этом, поэтому тут важно просто мышление, логика и цифры, это разные вещи и они обе нужны.

Коллективное мышление или собственное – нет правильного ответа. Если мы слушаем всех остальных, идем за толпой, если мы слушаем экспертов, мы совершаляем большое количество ошибок. Толпа не будет придумывать что-то новое и не будет делать прорывов, толпа может тянуться к трендам. У нас толпа стремится к какому-то одному тренду и если вы идете за толпой, тогда вы идете в сторону этого тренда и все, вы не развиваетесь. И с этой точки зрения нужно принимать решения самому и всегда гениальные люди мало обращают внимание на остальных, они принимают решение сами, с другой стороны, у большинства гениальных бизнесменов было огромное количество людей, которые им помогали в каких-то вещах, которые им подсказывали, вели их сознание, и они все равно к ним прислушивались. И принимать решение только свое – глупо, это приведет вас непонятно куда. Если вы слушаете и других, но как-то делаете это выборочно и прислушиваетесь к коллективному мнению, то это совершенно другой уровень, если вы используете и то, и то. Нельзя слушать толпу и нельзя всегда слушать только себя, потому что нужно смотреть и на то, что думает толпа и исходить из этого, размышлять. Есть вещи где коллективное мнение является наиболее точным, а есть моменты, когда оно не такое точное.

Ну и мышление — это разные точки зрения, поэтому важно иметь личности и противоположности, мы уже об этом говорили, что мышление, развитие — это отклонение от чего-то. Если у вас одна точка зрения и у всех точка зрения одна, то никакого мышления не происходит, здесь нет противоположностей. Если нет беседы, нет перевода в другую сторону, тогда и мышления нет. То есть если все считают, что что-то устроено таким образом, нужен кто-то, кто скажет, нет, все устроено иначе, тогда и появляется мышление. Не зря говорят, истина рождается в споре, потому что есть разные точки зрения и тогда мозг начинает думать, начинаются движения. Беседа, которая приводит к чему-то эффективному это беседа, в которой кто-то говорит, а давай подумаем, а если вот так, я не думаю, что это действительно так, но давай подумаем в это сторону, а вдруг это все неправильно или, а вдруг вот это не так. И тогда появляется мышление, беседа, которая может что-то создать новое. Если все говорят, это все вот так и все, понятно, что тут физически не может быть никакого решения.

Разные мышления у мужчин и женщин, разные принципы – это уже мы тоже обсуждали. Сознание и подсознание, сознание – это подсознание и эмоции, подсознание — это глубинная обработка данных и соединение информации о себе и других, плюс внутренние правила как морали так и совместности, это эмоции, а эмоции это вывод на экран слов, человек же дергает за рубильники. Мы не можем полностью отдать управление подсознанию, потому что у нас есть сознание, которое мы контролируем, как мы считаем как минимум, и это тоже противоположные вещи. Сознание это наше осознаваемое я, подсознание – это неосознаваемое я, которое двигает нас изнутри. Это необходимые противоположности для существования нашего я. Это и есть вещи, которые рождают мысли, у нас есть мысли свои и в подсознании есть какие-то мысли и мы начинаем это крутить, появляется мышление, появляется развитие. И подсознание выдает нам решения, которые основаны на том, что в нас заложено уже в принципе + оно выдает информацию исходя из обработки данных,

которое принесло сознание. То есть, с одной стороны, оно автономное, с другой – оно, если сознание ничего не вкладывает и ничего не направляет, не будет давать нам ответов. Это противоположности, которые необходимы.

Подсознание работает автоматом, сознание вмешивается. Если автомат решает не так, то это оптимум. Подсознание автоматически принимает решение, оно принимает решение до того, как мы это вообще осознали сам вопрос, потом мы сознательно приходим к тому, что мы решили миллисекунды до этого, что нам выкинуло подсознание, но это не всегда работает так, у нас есть доли секунды, когда мы можем решение поменять, то есть мы уже решили за доли секунды до того, как мы осознали, что мы решили, но все равно мы можем решить иначе. Как это работает – непонятно, запрограммированы мы или мы можем вмешиваться в это процесс – скорее всего, можем. Это противоположность, с одной стороны мы решаем все автоматом, с другой стороны мы принимаем эти решения как бы сознательно.

Развитие есть там, где есть все части. В мышление есть различия и сходства, сходства делает систему, различия делает посыл. Развитие, когда мы отходим от своих мыслей и ищем парадокс, это и есть мышление, то же, что и в ТРИЗ. То есть, когда мы ищем сходства, фрактальность, которую мы долго обсуждали, мы создаём систему, мы понимаем, как это работает, как взаимосвязано, как это можно соединить у себя в голове. Для того, чтобы куда двинуться, чтобы найти решение – нужно отойти от системы, отойти от того, что мы знаем и создать энергетический потенциал, посыл, куда мы можем двигаться. Инновация – это отход в сторону, отход в другую часть. Есть сходства и различия, это противоположные части, которые обе необходимы. И здесь мы рассматриваем и ту и ту часть, сходства в виде фрактальности, различия в виде разных частей. У нас превалирует какая-то из систем, если мы думаем, что событие правда, надо рассмотреть в ложность и наоборот. Мы склонны к чему-то конкретному, к одному направлению, чтобы нам развиваться, нам нужно посмотреть в другую сторону. Это как заглянуть в свою душу, найти тьму, для того, чтобы развить свет. Нам это необходимо, нам это нужно ощутить, нужно понимать, чтобы осознавать, с чем мы работаем.

### Природа.

Нет опасности – нет развития, эволюция, о том, что все соединяется в противоположностях, так и происходит развитие. И если у животного нет опасности, оно не учится на опасностях, если условно вы ребенка постоянно удерживаете от каких-то конфликтов, потом ему будет сложно, он не будет развит, не будет готов к каким-то конфликтам. Если вы постоянно кидаете ребенка на конфликты, и если он сам решает все проблемы, а вы ему не помогаете ни в чем, тогда у него не развивается чувство привязанности, чувство какой-то схожести с людьми, доверия, ему будет сложно сойтись с друзьями и наладить отношения. И эти вещи необходимы, необходима забота, нужно где-то уменьшить заботу и сказать заниматься этим сам, решай вопрос сам, я не буду вообще ничего делать. И эти противоположности необходимы. Если вы забираете тигра домой, кормите его, поите, не даете ему драться, а потом выкидываете обратно, скорее всего, либо его кто-нибудь убьёт, либо он умрет от голода, он не сможет находить себе пропитание. Нет опасности в природе – нет развития системы, развития животных. Эволюция вся основана на том, что есть

какая-то опасность, есть противоположности, разнообразие, на этом они и учатся. Система, вся природа, весь мир построены на принципе хаоса и порядка, с одной стороны все у нас хаос, в нашем понимании, потому что такое огромное количество мелочей, которые влияют на всю систему, как если говорить о эффекте бабочки, о том, что бабочка может махнуть крыльями на одной части земли и потом через какое-то время в другой части земли произойдет ураган, потому что все это взаимосвязано и все повлияло друг на друга и система изменилась. И это не совсем преувеличение. Минимальное ответвление в расчетах может изменить расчет на большом объеме очень сильно и это было показано человеком, который и придумал понятие эффект бабочки, когда оценивал природные явления и климат и в какой-то момент он там вместо условно пяти нулей после запятой, округлил все до четырех цифр после запятой. И система настолько сильно изменилась, что его это повергло в шок, хотя с точки зрения логики, пока ты не начинаешь это просчитывать на больших данных, тебе кажется, что это вообще никак не может повлиять. Рассчитывал он тогда изменения климата и оказалось что эти погрешности меняют картину полностью И у нас есть всегда этот хаос, мы в нем живем, но мы всегда ищем порядок, пытаемся все структурировать, хоть как-то хотим понимать, как вообще двигаться. Это как все эти фреймы, что я создаю для описания процессов, ведь задача которая стоит передо мной, когда я все это расписываю – создать порядок из хаоса, понять, какие есть лекала, правила, по каким законам все это живет, через какие фреймы нужно смотреть на мир, чтобы понять, что с ним происходит. Я пытаюсь создать порядок. Какой смысл создания всего этого порядка, в чем смысл всех этих фреймов и всей этой структуры - только в том, чтобы через мозг это много раз провести, посмотреть на мир под другим углом, внедрить это в себя, начать специально смотреть через эти фреймы на какие-то явления и потом оставить это в подсознании, чтобы оно само этим занималось, чтобы оно на основании этой дополнительной новой информации, структуры, рассказывало мне, что происходит в этом хаосе. А не чтобы я постоянно смотрел через эти блоки и сидел копался в какой-то табличке и прикидывал, что тут важно, что неважно.

Что касается природы, тут есть всегда противоположности. Зима-лето, тепло-холодно, день и ночь, свет и тень. Все это просто части системы и тут уже не то чтобы про необходимость, они просто есть всегда. Ну или мы их всегда видим.

Частица и поле. Ведется постоянная беседа на уровне физики, все есть поля или все есть частицы. Весь мир состоит из частиц, которые соединены между собой в структуры и все это работает или все это поля? Есть какие-то информационные поля, которые состоят из энергии, не из частиц, есть какой-то общий разум, куда стекается вся информация и она управляет всем? Все или частицы, или поля, непонятно, и вряд ли одно из этого, то есть, скорее всего мы и то и то, причем что-то у нас это именно поля, а что-то исключительно частицы, и все это взаимодействует между собой. Это как материализм и духовность. То есть все материальное или все нематериальное? Что важнее, материя или мысль, которая этой материей движет. Или без материи мысли двигать нечего. И мысль не может существовать. Или без мысли материя тоже не будет существовать, не будет ничего происходить. Что из этого первое? И то, и то, скорее всего есть, и влияет на мир совместно и это основа всего.

Есть методика, с которой я долго работал, называется легион – это создание огромного количества личностей, которые помогают решать какие-то задачи для того,

чтобы не решать их самому. Чтобы советоваться, можно создать дополнительных людей внутри себя, которые с одной стороны будут учиться и делать то, что вы хотите и вы будете диктовать им, что делать, с другой стороны они должны становиться абсолютно автономными и отвечать на вопросы автономно. И у меня были такие моменты, когда я разговаривал со своей личностью и я начинал спорить и думал, что вообще за чушь несет эта личность, когда уже сделал автономность. Я просто слушал и в этот момент, я думал, что наверное моя система не работает, это не будет мне помогать, потому что когда я отдаю управление этим личностям, они начинают нести ересь. И через какое-то время я понял, в чем метафора и эта личность начала мне объяснять, о чем была она говорила и когда я понял, о чем, я понял, что я полностью с этим согласен и я поменял решение в этом спорте, при том что я спорил сам с собой. И это развитие мозга, мышления, когда ты создаешь вот эти противоположности, когда есть другие мнения, отличные от тебя. Хотя это на самом деле твои мнения. Потому что эти личности живут в тебе, это твои части, твое же мышление, но оно должно быть разное, противоположное.

Развитие ребенка. Как должно выглядеть образование. Мы опять же всегда ходим в какие-то крайности, в полюса и тренды, нас шатает туда и обратно. Раньше все считали, что образование должно быть общим, все должны получать одинаковую информацию, должны получать общее развитие во всех системах сразу. И с этим я полностью согласен. Для того чтобы быть эффективным в любом деле, нужно обладать максимальным количеством знаний из разных областей. То есть, если вы рисуете картины, вам знания может очень сильно помочь, это вещи, которые несовместимы, они никак как бы не связаны, но, если вы знаете как устроена физика, если вы понимаете мир с этой точки зрения, вам может быть проще рисовать. Если вы знаете биологию, вам тоже будет проще рисовать. Если вы много изучали литературу, вы можете выразить какие-то другие эмоции в рисунке, то есть эти вещи они как будто бы не связаны друг с другом, но они сильно обогащают опыт. Общее образование очень важная штука и дети должны получать информацию из разных областей. Те, которые им сильно пригодятся в жизни и те, которые пригодятся не сильно, но само их наличие, то, что оно вообще есть, и есть другое мышление, другой уровень, другая информация, даже которой не пользуются, это развивает все остальное, развивает систему. И есть другая сторона в этом споре – каждый человек индивидуален. Например, есть гиперактивные дети, с синдромом дефицита внимания, это дети другие, относительно общего количества детей. Нужно ли их учить так же, как и остальных – вряд ли. Им нужен отдельный подход, с ними отдельно нужно взаимодействовать, их нужно особым образом вовлекать, то есть тут уже появляется персонализация. Если у человека есть предрасположенность и интерес к математике, его нужно учить больше математике. Если есть предрасположенности к гуманитарным наукам, его нужно развивать в этом направлении, это ему интересно, ему там нужно давать чуть больше опыта, больше знаний. Там, где ему не интересно, ему нужно давать чуть больше эмоций и вовлечения, чтобы ему становилось интересно. И персонализация необходима, тогда эффективность обучения сильно возрастет. Если к каждому человеку подходить индивидуально, тогда у всех будет мотивация на обучение, а мотивация — это очень важно. Чтобы ученик вообще хотел получать эти знания, к чему-то стремился. Общими лекалами создать мотивацию у разных людей нельзя, потому что они разные, к ним ко всем нужно свои ключи подбирать. С другой стороны, нужно общее образование, то есть нужно подходить к образованию не

персонально к каждому, а давать общие вещи для всех, вне зависимости от того какой это психотип, что происходит у человека и нужно ему это или нет. И это необходимость вот этих противоположностей. Раньше мы были за общее образование и говорили, что всех нужно учить одинаково, сейчас тренд переходит к тому, что все говорят, всех нужно обучать индивидуально, не нужно общего образования и это будет потеря для образования. Это будет очень большая проблема, но в этом есть смысл. В персонализации есть большой потенциал и большой смысл, но отказываться от общей информации, от общего образования — это негативная часть. и получается тоже борьба противоположностей, которые обе нужны.

Есть такое понятие как Доминанта Ухтомского, это развитие противоположностей. Когда мы движемся в одном направлении, когда мы сильно расстраиваемся, напряжены, то какие-то противоположные явления даже могут создавать увеличение вот этой направленности. Если вы раздражены и вам сказать что-то доброе, это может только увеличить злость. То есть развитие первого элемента, на котором вы сильно сосредоточены, это работает на уровне сект. Людям вдалбливается что-то в голову, у них создается убеждение, и создаются варианты ответов на вопросы от окружающих, которые защищают секту. Им предсказывают что им будут говорить и как им нужно реагировать и с одной стороны вы говорите, основатели секты не правы, это все не так, тебя обманывают, а у человека создается еще больше привязанности к это секте, он еще больше начинает сопротивляться. И это развитие противоположностей на уровне вот отхода от центра, когда сильное напряжение с одной стороны может усиливаться напряжением с другой. Но конечно эта система не стабилизации, эта система ненастоящего развития, это система усиления одной части. Но для того, чтобы все это было стабильно, правильно работало, должно быть и то, и то. То есть в сектах тоже рассказывают какие-то определенные правильные вещи, для того чтобы человека зацепить, чтобы ему было интересно, чтобы он на это пошёл, ему нужно частично рассказывать то, с чем он согласен заранее, что правильно, так и должно быть. И на этом равновесие заканчивается. Но получается что человеку, чтобы его обмануть, нужно также сказать правду.

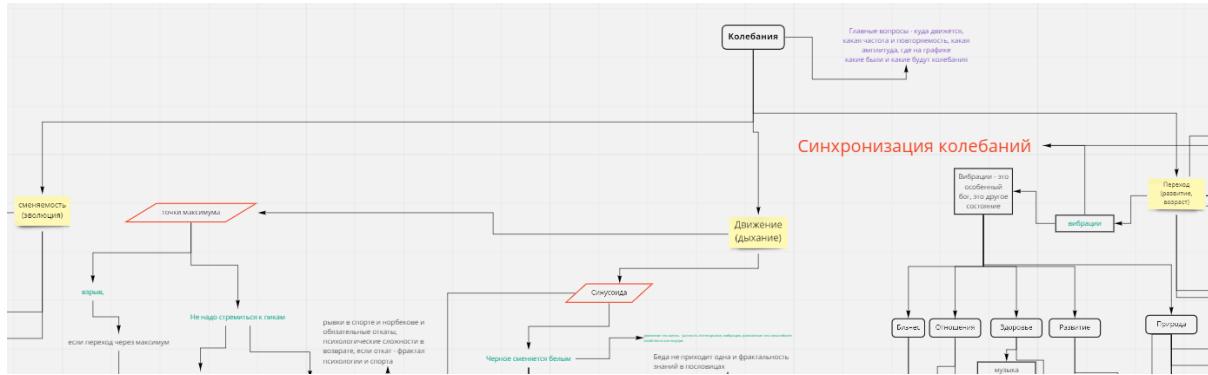
## 29. колебания\_общее

Видео: [https:/](https://)

## 30. колебания\_общее

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1t8\\_e\\_MERbQBTltnVlt6rk7-IAdW9PEi/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1t8_e_MERbQBTltnVlt6rk7-IAdW9PEi/view?usp=sharing)



Последняя тема, которую мы разбираем, это колебания. Это часть логично выплывает из системы равновесия и из разных позиций, из противоположностей параметров процессов. То есть противоположности вот это напряжение, натяжение – всегда создаёт колебания, вы где-то что-то добавили, где-то что-то прибавилось, с другой стороны и график начал двигаться, самоуравновешиваясь, создавая волны. Это создает движение процесса. Все постоянно меняется, движется, и в принципе движение – это жизнь, жизнь – это движение. Тут у нас несколько блоков – сменяемость, то есть эволюционный процесс изменения одного на другое. Это и адаптация, и откаты, то есть если все куда-то растет, обязательно оно откатывается вниз, вопрос – на какой уровень и как часто. И тема о том, что никто ничего не создавал, все просто движется по спирали, по кругу, вверх и вниз. И в общем-то это уже обсуждалось во фрактальности, но здесь это еще раз дублируется. Еще один блок – движения дыхания, то есть движение вверх-вниз можно считать дыханием системы, дыханием мира и оно есть везде в виде синусоиды или другого графика, но синусоида просто самая простая метафорично. То, что все движется просто вверх и вниз, вне зависимости от амплитуды, колебания и частоты. При этом естественно процессы тут разные, чем больше дается на входе, тем больше с другой стороны отдается на выходе.

Здесь мы разберем точки максимума, где мы доходим до верха и начинаем откатываться вниз, насколько они высоко, и что такое взрывы и откат системы обратно при переходе через критическую точку.

Одно из важных понятий, это понятие вибрации, потому что многие вещи связаны с вибрациями, если мы говорим, например, о состояниях истины и центра равновесия, они в том числе связаны с определенным видом вибраций.

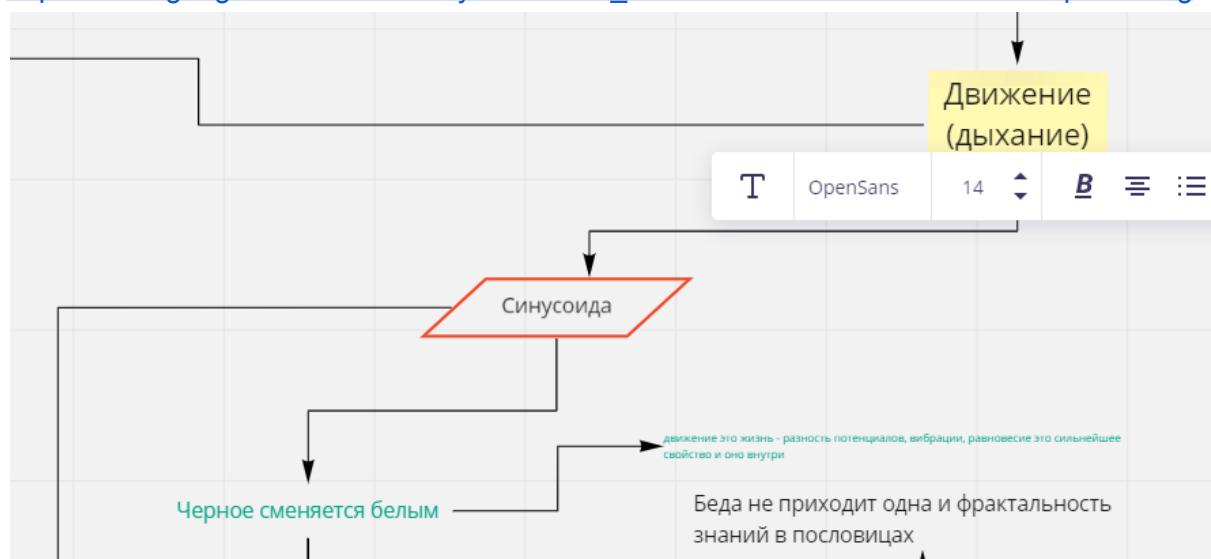
Дальше это переход – все эти системы движутся, переходят на другой уровень, развиваются и это развитие, которое называется фазовый переход, есть в любой системе. Важно куда он будет идти, назад или вперед, это вопрос тренда. То есть в принципе у движения есть временная закономерность, когда движение идет вверх и вниз, у них есть амплитуда – насколько скачки большие, есть тренд того, куда движется система и есть фазовый переход, то есть точка, когда система из одной позиции и состояния, переходит в другое состояние, но остается на том же графике, все так же повторяется и движется в тренде, это замкнутый круг, причем сами колебания являются фракталом. Один график находится в другом графике, другой в следующем и оно идет матрешкой, везде есть это движение.

Ну и есть определённые еще элементы где появляются всплески, но это уже углубление, частности, которые не сильно может нужны для того чтобы менять мышление и этими параметрами накладывать это на жизнь, это может быть уже усложнение, но это частично тоже будет задействовано.

### 31. движение\_черное\_белое\_много черного

Видео:

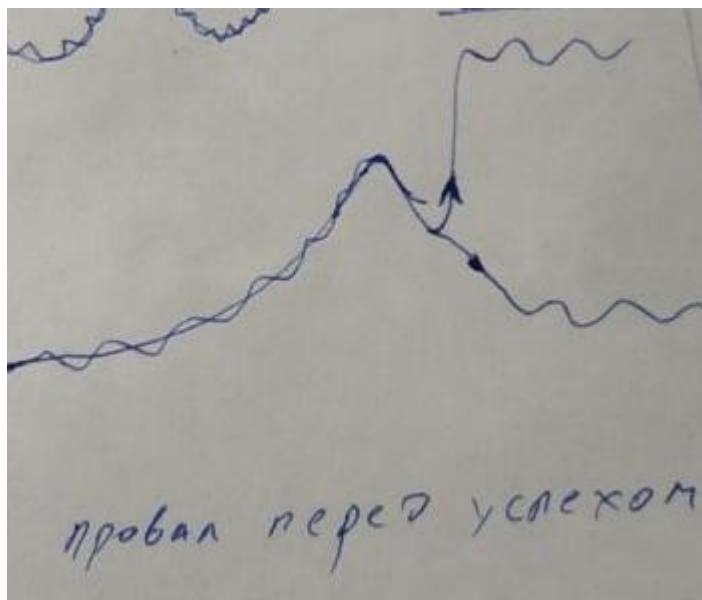
[https://drive.google.com/file/d/1Prdy82efaon95\\_MxU14MTSHM8dvFI-eQ/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1Prdy82efaon95_MxU14MTSHM8dvFI-eQ/view?usp=sharing)



Первая категория - движение дыхания и синусоидальный процесс. Синусоидные диаграммы – это когда идет равномерное возрастание и падение. В жизни все происходит не равномерно, но легче воспринимать такую позицию через смену просто черного белым. Часто говорят черно-белая полоса, у меня пошла черная полоса, белая полоса и это звучит смешено. Это звучит иногда даже грустно, когда человек просто живет и начинает рассказывать, что у него пошла черная полоса и вы начинаете думать, что человек либо отчаивается, потому что само понятие черная полоса, подразумевает то, что происходит что-то, что от него не зависит и он делать ничего не будет. И когда видишь человека, который не хочет предпринимать действия для решений своих вопросов, это немного печально. И с одной стороны, нельзя на это опираться, нельзя считать что у тебя черная полоса и ничего не делать. Тем не менее, процесс примерно так и устроен, то есть в любом процессе есть изменения этих полюсов с одной стороны на другую. И черная полоса, и белая полоса – это противоположности. Было все хорошо, потом стало все плохо, было все плохо – стало хорошо. У человека это меняется. Мы обсуждали на теме эмоций, что человек испытывает эмоции - чувствует радость или печаль, в зависимости от предыдущей ситуации, в зависимости от того, как ситуация изменилась. И она изменяется постоянно. Счастливый человек тот, кто умеет абстрагироваться больше от того, что происходило до этого, и кто умеет находить радость в мелочах. У него что-то произошло хорошее, какое-то минимальное изменение в лучшую сторону, и он думает – замечательно. Произошло что-то негативное и он думает – ну и ладно, бывает. Я

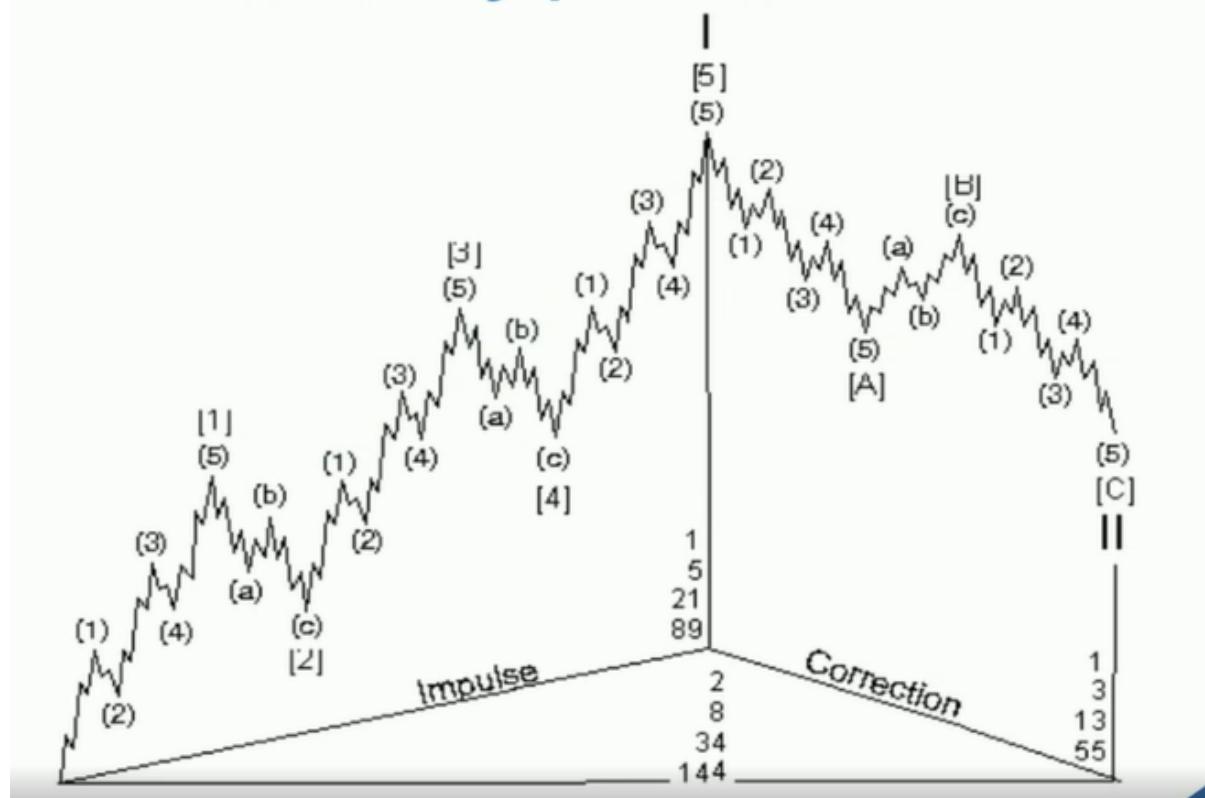
может быть с этим буду что-то делать, но не буду обращать внимания. И это определенное понятие счастья. Есть состояние дзена - отсутствие, в принципе, важности каких-то процессов, когда вы считаете, что все неважно и важно одновременно и у вас это не вызывает эмоций. При этом, если говорить о первом варианте, то это тоже нестабильная система, если вы всегда радуетесь и не умеете огорчаться, тогда будет теряться один из элементов, проваливаться развитие. У нас все идет по синусоидам. Если что-то идет вверх, настанет момент, когда оно пойдет вниз, вопрос – на сколько вниз и когда уйдет. На эти вопросы отвечать сложно, но в принципе наша жизнь и процессы в ней – это тоже самое, что фондовый рынок – он идет вверх, потом идет вниз и разворачивается фрактально. Движение фондового рынка и график изменения изучали Рей Даудио, есть волновой принцип Эллиота, который описывает расчет изменений рынка и тренды, и я уверен что такую же систему можно применять и в жизни, проблема только в том, что у нас мало параметров на которые можно смотреть и движение сильно относительно. Там есть еще колебания внутри на разных временных интервалах и все это движется скачками. Движение – это жизнь, разность потенциалов, вибрации, равновесие – это сильнейшее свойство и оно внутри.

Равновесие и максимальное истинное состояние связано с определенными вибрациями. Если изучать то состояние, в котором вы погружаетесь в эффективную состояния, вы начинаете испытывать определенные вибрации, с помощью них можно например погрузиться в осознанный сон или состояние медитации и улучшить свою эффективность. Изменение частотности вводит нас в разные состояния. Если посмотреть на духовные практики, то вибрации и их изменения, очень много там используются. И это мы еще отдельно обсудим в вопросе перехода на другой уровень. Потому что вибрации в плане высокой частоты, это переход на другое состояние сознания. Там мы поднимаемся по графику в максимальную точку и там тоже есть движение, немного рваное. Это движение близко к центру, к истине, потому что если мы будем рассматривать движение точек максимума, то они там настолько сильные, настолько большой размах, что они движутся очень далеко. Это очень высокая амплитуда и малая частота. Если представить, что эти полюса двигаются относительно друг друга. Вместе. где мы меняем состояние, идет маленькая амплитуда, высокая частота и потом уже происходит переход в другое состояние, которые выбрасывает на другой уровень. При этом, прямо перед переходом на уровень происходит провал, так как для скачка необходима энергия, а она появляется, если отклониться в другую сторону от цели, создавая напряжение, как в рогатке, когда вы оттягиваете резинку назад, чтобы выстрелить вперед.



Есть также понятие разности потенциалов. Разность между верхней и нижней точками для эмоций, как мы говорили, это само ощущение эмоции. То есть чем больше разность потенциалов, тем сильнее ваша эмоция, тем больше вы рванули вверх. Чем больше вы провалились вниз, тем больше вы опечалены, неважно, куда конкретно вы попали, важна разность потенциалов. И эта разность потенциалов играет роль и в случае накопления энергии и создания противоборствующих частей. Если вы уходите в один полюс – это одно колебание с большой амплитудой. Соответственно, с другой стороны, будет подобный же ответ, с такой же высокой амплитудой. И там есть еще определенные тренды движения. На примере фондового рынка это понять проще всего. Там есть движение и колебания, есть мелкие колебания и колебания побольше, одно находится в другом и при этом есть определенный тренд, куда все это идет, точка максимума и снижение.

## Волны внутри волн



Есть определённые расчёты того, когда будет коррекция от импульса. И теоретически это можно рассчитать, где точка максимума, когда начнется движение в другую сторону, но в жизни это сложно сделать, хотя и на фондовом рынке это сделать тяжело, а в жизни и в обычных процессах это оценивать еще сложнее. Тем не менее, сами эти параметры есть. Система всегда движется, поднимается и опускается. У каждого из нас есть личная история жизни, теоретически ее можно тоже отразить на графике. Есть хорошее упражнение в НЛП, которое называет линия жизни. Вы выбираете систему координат и обозначаете на оси X годы, а на оси Y насколько вы были довольны жизнью в какой год. Если вы будете обозначать это в бальной системе, например от 1 до 10, то сможете отразить свою жизнь, где будут взлеты и падения, хотя это будет отражать не реальность, а ваше ощущение прошлого из настоящего, а оно сильно меняет реальную картину. Из года в год график будет меняться, но если вы рассмотрите жизнь по месяцам, то увидите, что на графике можно нарисовать еще один график, на этих месяцах можно нарисовать дни. По этим картинкам вы можете понять как вы живете, куда идти, насколько стабильна ваша система и куда вы придетете, если будете продолжать жить также. У каждого человека есть такой график и там отражаются его черные и белые полосы, которые всегда возникают. И у меня был момент, когда вроде все шло нормально и вдруг начинаются проблемы со всех сторон. Что-то происходит с квартирой, заболел ребенок, в этот же момент жена повредила глаз, потом произошли глобальные изменения в компании и были большие проблемы на работе, произошло что-то еще, не связанное между собой, все эти элементы произошли одновременно в течение нескольких дней, при том что до этого было все спокойно, просто произошел всплеск негатива. И эти негативные случайности,

приходили как будто бы из ниоткуда. То есть их было очень сложно предвидеть и сложно предотвратить, они просто произошли. И я уже привык к этому пониманию того, что все идет вверх-вниз, все начнет меняться и я отсчитывал период, через какое время будет происходить отскок обратно. То через какое время будет позитивная волна. Все проблемы свалились в течение 5 дней и следующие 5 дней были не настолько же, но все же примерно столько же и тоже очень весомых позитивных событий. На таких случаях конечно нельзя строить теорию, произошел один случай, который выглядит показательным и его оценивал как научный опыт, то есть я сразу начал прикидывать насколько большие проблемы и сколько они длится, чтобы оценить что будет потом и мои предположения подтвердились, но это все же один опыт, который для статистики не имеет значения. Но если посмотреть на жизнь, на фондовый рынок, изменения в компании, изменения в отношениях, на все изменения, то все сменяется, примерно уравновешивается и есть закономерности в изменениях. Например, если большая проблема произошла внезапно и за короткий срок, скорее всего отскок тоже будет внезапный и сильный, но если негатив слишком сильный, вряд ли быстро произойдет что-то столь хорошее за короткий промежуток времени, так как система изменится и скорее всего опустится вниз, а всплеск обратно может быть не такой интенсивный и может быть больше, но по площадям графика внутри колебаний соизмеримый. И можно в это верить или не верить, но в любом случае, смена есть. У меня не было такого, что черная полоса пошла, и я понимаю, что скоро белая, и я думаю, ну и ничего делать не буду, в белой полосе все решится. Те вопросы, которые в черной полосе были черными, не обязательно конкретно они решатся через 5 дней. Может появиться что-то другое полезное и скорее всего это будет что-то другое. Просто полоса сменяется, но это никогда не означает, что не нужно ничего делать, что нужно смиряться с тем, что одно сменяет другое и все. Условно, если вы заболели в черную полосу, в белую полосу на вас свалились деньги и вы порадовались, при этом в черной полосе вы не лечились и в итоге запустили себя и получили осложнение. Вот так это будет работать, если не прилагать никаких усилий. При этом может быть и другая ситуация, что вы болели, а потом вы получили супер иммунитет и у вас прошли еще болезни, кроме той, которая до этого была. То есть именно эта болезненность откатилась. Если происходит негативная ситуация, которая заставляет вас двигаться вниз по графику, а вы с этим ничего не делаете, то светлая полоса придет, но запустив то что произошло в темной, может сместиться весь тренд и в итоге качество жизни провалится, а эффект полезного движения будет не такой сильный по отношению к графику, однако снизу может ощущаться хорошо. У каждого действия может быть разная амплитуда. Болезни тоже могут с разными амплитудами проходить, а глобально черная и белая полосы могут быть и с другой частотой и амплитудой. У нас часто в компании были вопросы о том, к чему мы идем, в плане денег. Сколько компания зарабатывает, до какой суммы она дойдет через полгода, через год, что будет на следующий месяц и все это финансовое планирование. С какой-то стороны это штука, которую можно посчитать и проанализировать, с другой стороны, это тоже тычок пальцем в небо в любой компании. Происходят неожиданные вещи и что-то выстреливает либо вдруг проваливается. Мы просто надеемся на что-то и почему-то привязываемся к надеждам. У нас возникали такие моменты, когда компания зарабатывала примерно одну и ту же сумму и можно было в принципе отследить колебания. Если у вас компания стабильна, зарабатывает она 100 миллионов рублей, и у нее есть качения. В этом месяце было 100 миллионов, в предыдущем – 80 миллионов, в следующем будет 120 миллионов. И вот у вас 20 миллионов туда-сюда

болтается, в зависимости от сезонности, которая тоже основана на колебаниях вверх-вниз, все это стабилизируется. И вы можете оценить, какой у вас лаг, какие движения графика, то есть этот месяц неудачный, а следующий будет удачным, или будет два неудачных, а один удачным, но сильно более удачным чтобы уравновесить, все это нужно оценивать и анализировать. То есть если вы провалились в этом месяце, это может быть как норма, так и провал, в зависимости от графика, при этом график не всегда должен быть одинаковым, на нем будут и скачки и малые изменения. У меня в одной компании была такая ситуация. Компания долгое время зарабатывала примерно одну и ту же сумму, потом вдруг произошёл скачок в деньгах и мы заработали гораздо больше. Например, было 100 миллионов, заработали 160 миллионов. И появился вопрос – откуда. Начали оценивать что произошло конкретно. Но никаких закономерностей мы не нашли, не поняли из-за каких действий это произошло, не нашли действий, которые можно было бы повторить, чтобы произошло тоже самое дальше. То есть это был неконтролируемый всплеск. Мы проанализировали, что клиенты пришли довольно внезапно, неожиданно, это не то, что мы кого-то готовили, прогревали клиентов и вдруг они сконвертировались в покупки, а в бизнесе это стандартная ситуация, когда ты готовишь клиентов, они ничего не покупают и в какой-то момент они начинают покупать. Могла бы быть такая ситуация, что мы взяли базу клиентов, начали ее обрабатывать и в какой-то момент эта база выстрелила и произошел скачок. Потом могут быть откаты, потому что других клиентов в этой базе нет. Но это было не так, клиенты пришли из тех каналов, оттуда, откуда мы их не ждали, это был не один клиент, который поменял всю систему, а несколько клиентов. То есть это не совсем стандартная ошибка бюджетирования, а какая-то не очень понятная ситуация и мы начали рассуждать, что будет дальше. И появились люди, те кто максимально был заинтересован в том, чтобы компанияросла и показывала цифры и те, кто хотел считать, что это наше достижение, начали прикидывать, пересчитывать все планы, думали что слишком большой скачок, наверное, мы начали работать по-другому и более эффективно. Давайте в следующем месяце планировать 180 миллионов, говорили они, еще какой-то рост, потому что уже пошли вверх, значит начали раскручиваться, что-то мы нащупали. И я был против этого расчета, я не знал, что произошло и почему это произошло, но я был уверен, что дальше, либо в этом, либо в следующем месяце, мы получим откат. То есть дойдем, например, до 50-60 миллионов, вместо 160 миллионов. Я не мог сказать точно, на следующий месяц или через месяц, но примерно по этим уровням колебаний, было понятно, что, либо 1, либо 2 месяца, скорее всего 1. В данном примере я привык к колебаниям и мне было проще спрогнозировать. Я говорил, что мы обязательно откатимся, у нас был сильный взлет, сильное напряжение, сейчас будет провал. Нужно к этому готовиться. И это нормально и у нас все равно все усреднится, мы никуда не вышли, не скорректировались, просто произошёл скачок. И раз мы ничего не изменили, а это скорее случайный всплеск, будет коррекция, причем не небольшая, а сильная, до среднего уровня. Даже если бы мы что-то поменяли, скорее всего была бы мини коррекция но все равно выше среднего уровня, но тут был другой случай. Надо понять что произошло, как это произошло и можем ли мы на это повлиять, но я думаю, что будет откат ниже, чем обычно. И никто не верил в эту историю, потому что всем хочется думать о позитивном. В моих словах не было логического подтверждения, я не мог это обосновать, потому что на уровне цифр, фактов о том, откуда пришли эти клиенты, все это нельзя было утверждать по-настоящему. Но из-за того, что понятно примерно, как работает система и бизнес, вывод был понятен. И на

следующий месяц мы провалились ниже нижней границы и поняли, что заработали гораздо меньше, чем до этого. Произошло это по причине того, что вдруг отвалились какие-то клиенты, вдруг ушли люди из компании, то есть система скорректировалась не из-за того, что просто у нас перестал идти поток, а произошли какие-то другие события, которые повлекли за собой провал. Все посмотрели на эти события, поняли, что кто-то уволился, кто-то просто развалил сделку, еще что-то произошло и все решили, что это была случайность. На самом деле мы должны были выйти вверх, но случайности не позволили нам, и мы откатились вниз. Эти случайности ударили по системе, и система не могла выйти обратно 160-180 миллионов. Она вернулась обратно примерно на те же 100 миллионов через месяц. Таких случаев я наблюдал множество, когда случайность сначала делала провал, а потом рост и наоборот, причем события могли быть не сильно связаны с собой. Это один пример, но это пример того, как работает система, как это можно использовать и в чем смысл этого мышления. Я не мог гарантировать ничего, я мог поставить деньги и поспорить с кем-то для интереса, для понимания того, сработает или нет, но гарантировать я это не смог бы. Тем не менее, я готовился к этому и свои действия я корректировал, исходя из этого плана. А если вы когда либо управляли бизнесом, то знаете как могу плохо обернуться излишние надежды и как важно хорошее планирование. Так как если вы радуетесь прибули и думаете что теперь будет всегда так, вы не готовитесь к тому что будет плохо и когда это плохо наступает, по вам оно бьет гораздо сильнее, чем если бы вы это учили и готовились заранее. В данной истории все пришли к выводу что мы уже все улучшили и просто радовались и не то чтобы готовились к проблемам, а даже не поддерживали успех, так как он был очень большой и расслабил всех.

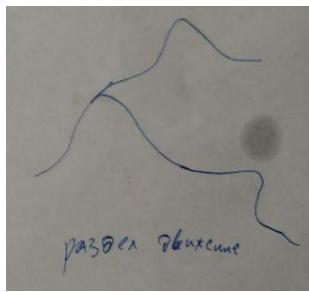
Часто говорят, что беда не приходит одна и это тоже правда. Во-первых, есть один фрактал, одна линия, которая идет вверх или вниз, как, например, деньги в компании. Как на предыдущем графике, волна идет совместно с другими графиками, они накладываются друг на друга и у вас глобально может быть взлет и может быть падение. Внутри еще разные графики, которые взлетают и падают. То есть, есть мелкие колебания, взлет-падение бизнеса, эмоций, состояний, здоровья и есть большая волна, в которой можно все объединить, как общее падение и взлет, падение большинства вещей в жизни. Это черная полоса, и поэтому, из-за того, что есть эти глобальные колебания, как на этом графике есть большие колебания, есть у них маленькие другие колебания, которые внутри фрактально. Из-за этого часто происходит так, что беда не приходит одна. То есть, когда у вас происходит что-то позитивное, накладывается много чего позитивного. Когда происходит что-то негативное, происходит еще дополнительно что-то негативное. Зачастую нам просто кажется, мы видим что-то негативное и начинаем на нем сосредотачиваться, это просто наше восприятие. Но часто это работает и так. Понятие того, что беда не приходит одна, это пословица, древняя мудрость, это тоже определенный фрактал, фрактал мышления, того, что люди это принцип понимали всегда, ничего нового нет, принципы не меняются. Ничего из этой информации не содержит чего-то нового. Это просто повторение того, что было всегда. И люди всегда знали, что система работает так, поэтому много пословиц и мудростей, которые не сильно меняются и похожи друг на друга у разных стран. Любую новую мысль, можно объяснить старой мудростью. И слова о том что беда не приходит одна, говорит о сменяемости полюсов.

Пример того, как в том числе работает сменяемость черного и белого – теория вероятность. Если кто-то начинает постоянно выигрывать, очевидно, что в какой-то момент он проиграет. Ситуация, когда за каким-то человеком следят и считают, что он супер профессиональный и у него все очень хорошо складывается, чаще всего это наше восприятие. Мы начинаем видеть положительные элементы, моменты. Человек движется по синусоиде вверх, и мы следим за ним в это время. Потом у него идет провал, то есть никаких достижений нет, стагнация и в этот момент мы не обращаем внимания на его провалы. А потом у него опять идет положительная восхождение и мы опять на это смотрим и считаем, что человек супер успешный. Опять же, не всегда это происходит именно так, но часто наше внимание и когнитивные искажения позволяют нам думать именно так. Часто люди ставят ставки на тех, кто постоянно выигрывает. Человек выигрывает постоянно и люди привыкают к этому, они начинают вкладывать туда все больше денег, потому что они понимают, что предыдущий раз они выиграли, потом еще раз и еще раз они и им как бы становится понятно, что они нашли потом денег, туда ставить ставки и что он всегда будет выигрывать. И в какой-то момент он обязательно начинает провалиться назад. То есть система доходит до верха и начинает скатываться и в этот момент люди проигрывают деньги, они могут проигрывать не столько раз, сколько они выигрывали, но они из-за того, что постоянно видят успех, вкладывают больше и теряют больше, когда происходит провал. И система примерно так же уравновешивается. Люди зарабатывают, люди теряют. Кто-то больше зарабатывает и меньше теряет, кто-то наоборот. Но есть это когнитивное искажение, что ставить надо на лидеров и на этих ставках многие проигрывают большие деньги. Если вы видите, что у кого-то постоянно что-то получается, лучше не надеяться на то, что дальше тоже будет успех. Нужно видеть эти потенциальные неудачи и поражения. И так происходит в принципе у нас все в процессах, об этом же говорит теория вероятности – если у вас постоянные победы, потому будут неудачи, вероятность должна уравновешиваться, должен происходить этот откат. Как и в любой системе есть определенные аномалии – непостоянные процессы, что-то возникающее на небольшом объеме и на не очень длительный срок. Чем чаще вы выигрываете, тем больше напряжение, что тянет вас назад к равновесию, соответственно, чем чаще человек выигрывает, тем выше вероятность, что в следующий раз он проиграет. При этом конечно важен тренд человека, так как он даже проигрывая может оставаться выше остальных, так как уже идет на тренде выше. С этим однажды боролся Милтон Эриксон. Помимо того, что есть правила, есть еще и наша эмоциональная вовлеченность. Если мы видим, что мы постоянно выигрываем, мы готовимся к провалу, из-за того в подсознании знаем как все устроено, все эти принципы, что должен быть откат и мы проиграем, и мы начинаем себя к этому подталкивать. Помимо того, что это и так должно произойти, мы начинаем себя к этому готовить. Чем больше мы об этом думаем, тем больше вероятность нашей ошибки и проигрыша. И вот Эрикsona, одного из самых знаменитых и успешных гипнотерапевтов и создателя эриксонского гипноза, попросили поработать со сборной стрелков на олимпиаде. Они идеально стреляли первый раз, но потом начинали мазать. И его попросили поработать именно с этим. И он с помощью гипноза заставлял людей забывать о том, что они выстрелили первый раз. Потому что, когда они стреляли первый раз, у них не было предубеждений, не было страха, что в следующий раз они промажут, потому что предыдущий раз попали идеально. Нельзя постоянно делать все идеально. И он снимал это ограничение и человек стрелял как первый раз и опять попадал идеально. Таким образом он сильно увеличил эффективность всей сборной и эффективность

выросла кратно. Тоже самое он делал с игроком в гольф, который на каждом ударе был уверен что бьет первый раз. Это больше про такой отход от этой системы, как ее взломали и поменяли. И это говорит о том, что система работает, и на нее можно влиять, ее можно менять, просто есть определенные принципы, которые нужно знать, учитывать, но нет ничего, что нельзя сдвинуть в какую-то сторону.

Принцип много черного и много белого. Определенный перекос рождает другой перекос, с другой стороны. Если появляется много черного – появляется много белого. Оно тоже движется по синусоиде, по графику. С одной стороны это появляется в разных точках, то есть человек может стать негодяем, другой – героем, это два разных человека, как бы они в одно время появились, но перекос в том, как они влияют на мир, приносят они больше негатива или больше позитива, это тоже временная история. То есть, иногда больше негатива, иногда больше позитива и эта борьба – тоже синусоида, движение, сменяемость. При этом, перекос внутри одного человека рождает не только другого человека с другим полюсом, но и еще один перекос внутри этого человека.

Рассмотрим разные позиции в бизнесе. Рост прибыли и дальнейшее снижение – это то, о чем мы говорили. Если компания постоянно растет, то в какой-то момент она начнет падать. Есть понятие в менеджменте организации о том, что есть вот эти пики, они спокойно к этому относятся, и оценивают бизнес по этим графикам. Бизнес начинает расти, сначала он растет очень сильно, потому снижается его рост и в какой-то момент он начнет проваливаться. Это закон развития организации, менеджмента. И в тот момент, когда бизнес доходит до верхней точки, чтобы он не упал назад, его нужно перевести в другую систему. то есть его нужно не подкрутить, не улучшить, не изменить что-то, а нужен фазовый переход.



То есть, у вас компания развивалась, у нее супер продавались продукты, появились конкуренты, постепенно начало снижаться потребление продукта, прекратился прирост покупателей, потому что их особо нет и вам нужно внедрять новые продукты, вам нужно менять бизнес-модель, менять что-то кардинально, менять бизнес для того, чтобы дальше продолжать расти. То есть на каком то моменте, где-то на расстоянии 30-15% до верха, необходимо уже готовить новую модель, чтобы когда вы перейдете через верх, можно было не провалиться, а пойти еще дальше вверх, но уже другим графиком. Если же заранее вы не подготовитесь, то скорее всего инерционное давление падение сметет все ваши старания. То есть выход тут в фазовом переходе, но если ничего не делать, и не пытаться улучшить то, что есть, кардинально изменив систему, а просто подкрутить, под шаманить, тогда дальше будет снижение прибыли. Если компания постоянно растет, в какой-то момент она начнет падать. Если в один месяц она выросла, в другой месяц она, скорее всего, упадет. И частота колебания

могут быть разными, в зависимости от бизнеса и от ситуации. Сам график при этом тоже не статичен, он всегда меняется.

Есть важный принцип на бирже - не надо продавать, когда дешевеет. Основной принцип того, почему биржа работает, почему это выгодно тем, кто все это создает – потому что у людей начинают падать стоимость их акций и они их сразу начинают выбрасывать. В этот момент, когда они их выбрасывают, те, кто знает, как это работает, начинают покупать. Потому что акции снижаются и их нужно покупать в тот момент, когда они дешевые. Если они постоянно проваливаются, то они начнут расти вверх в какой-то момент. И вопрос только в том, как поймать этот момент и не прогадать в этих вот периодах. Обыватель, то есть большинство тех, кто торгует, то есть большинство людей на рынке – это очень большая масса и у них у всех по чуть-чуть денег. Вместе они составляют огромное количество денег. И вот они все вместе качаются по этой горке неправильно, они продают, когда дешевеет и покупают, когда дорожает. Они видят, когда дорожает и начинают покупать, потому что думают, что дальше будет дорожать, а оно дальше дешевеет. То есть большая часть рынка делает ровно наоборот от логики и поэтому рынок всегда в плюсе. А те, кто составляет это не очень большое количество людей, которые знают, как все это работает, у них чаще всего наоборот у каждого много денег, и они выкупают, с другой стороны, чаще всего их называют киты, а остальной рынок хомяки. И это тоже противоположности системы. С одной стороны - большое количество людей с небольшим капиталом, с другой стороны - маленькое количество людей с большим капиталом. И одни действуют одним образом, другие противоположным, так работает вся система, она уравновешивается.

Персонал и лидер. Мы привыкли отдавать все привилегии, лидеру, сео, основателю, на самом деле, практически все компании, развивались не из-за этого одного человека, а из-за большой группы лиц, многие из которых не вылезали, о них не знают, они не медийные, но привносили не меньше ресурсов, эффективности в компанию. И иногда лидер – это просто лицо, которое забирает себе славу и умеет раскручивать компанию, с точки зрения информационного воздействия, маркетинга. Но часто в компании идет опять же качение и сменяемость, того, кто принимает решение, и кто создает эффективность. Иногда решения принимает лидер, иногда – персонал. И они меняются, и происходят эти колебания. Если в большинстве случаев обе части принимают правильное решение, то компания растет. Но нет такого, что вся компания лежит только на одном лидере или на одном человеке внутри, или весь персонал работает идеально, а лидер ничего не делает. Все это распределено и это в движении. Не бывает людей, которые постоянно принимают неправильные решения и не бывает людей, которые принимают только правильные решения.

Удача и труд - это сменяемость позиции в бизнесе, хобби, жизни. Во-первых, одно не существует без другого – в бизнесе и в развитии всегда и удача и труд, во-вторых, это сменяемость во времени, то есть в разных обстоятельствах на первый план выходит то труд, то простая удача, которая заслуживается трудом. Часто про людей говорят, что он постоянно пахал, заслужил, много чего сделал и за счёт этого, он что-то построил. Это не совсем так. Если человек постоянно пахал, какие-то его действия, движения приносили результаты, они были успешные, но в какие-то моменты, у него не было результатов из конкретных действий. Успешный человек, который движется правильно, в правильном направлении, у него тренд вверх, он успешный на каком-то периоде,

где-то он становится неудачником, но движется дальше чтобы выбраться из этой ситуации, и потом выкарабкивается, так как тренд у него задан верно. Большинство крупных компаний хотябы раз были в доле миллиметра от банкротства. И тут меняется труд на удачу. В какой-то момент труд не приносит результатов, он что-то делает, но кажется что все бесполезно и тут вдруг подворачивается удача. Он хватает удачу за хвост и улучшает свое положение. Потом он опять трудится и вносит много результата сам. Потом опять появляется удача. И эти вещи тоже сменяются. Если тренд идет вверх у бизнеса, если это успешный бизнес или человек, то у него меняются эти состояния. Много было разговоров о том, что важнее – удача или стремление. И практически все самые крупные бизнесмены или деятели науки, кто добивался успеха в своих направлениях, говорили, что важно и то, и то. Крайне важно постоянно развиваться, что-то делать, потому что без этого и удачи у вас не будет, просто не появится возможности если вы ничего не делаете. И на удачу нельзя полагаться постоянно, нельзя просто ждать, что что-то будет происходить и на этом постоянно выезжать. Тогда в какой-то момент удача может не оказаться на вашей стороне и все провалится. То есть, и труд самый важный, потому что если вы будете постоянно трудиться, если вы не будете видеть возможностей, то в какие-то моменты вы будет откатываться. Если вы будете терять возможности, если не будет зацепляться за то, что вдруг произошло рядом и вам было это на руку, каких-то важных скачков тоже происходит не будет. Все успешные люди, или практически все, более-менее обобщенно надеются на свой труд и на удачу. И удача их сопровождает, потому что они очень много трудятся. Но это противоположные вещи, и они сменяют друг друга.

Отношения постоянно меняются, как и наше восприятие мира, восприятие того, все хорошо у нас или нет. Если у вас отношения налаживаются, если все очень хорошо, то через какое-то время все пойдет на спад. Потом все опять пойдет вверх и главный вопрос, куда вы идете, то есть куда направлен тренд и насколько высокая амплитуда поднятия и малая амплитуда провала. Если у вас тренд не вверх, если вы идете параллельно, то тут неважно, насколько вы проваливаетесь или поднимаетесь, потому что вы привыкнете к этой ситуации и среднее значение поднимется и у вас то, насколько все увеличилось, будет равняться тому, насколько все провалилось. И тогда уже будет определенное разрушение, как только в привыкните к этому уровню и через какое-то время, это просто станет надоедать. К этому нужно быть готовым. Люди часто говорят о том, что хорошие, крепкие отношения, когда все прекрасно у семей – это всегда труд. Над этим действительно нужно трудиться. Потому что все постоянно меняется, вы должны к этому быть готовы, что не будет все идеально, так и не должно быть так не будет никогда ни у кого. Оно всегда скакет по волнам. Вы только должны уметь ими управлять и направлять, правильно относиться ко взлетам и падениям. Не бывает тех, у кого все идеально, это просто когнитивное искажение, неправильное восприятие. Если вы так о том что у кого-то нет скелетов в шкафу. Или они гораздо . меньше, чем у вас, вы точно ошибаетесь. У всех должны быть падения и проблемы это необходимая часть развития и даже счастья, вы просто должны быть ко всему готовы и следить за тем, чтобы тренд был на повышение, а когда необходимо, переходили на другой уровень, через фазовый переход, который мы еще обсудим позже.

**Здоровье.**

Постоянное улучшение не опасно, привыкаешь, а когда возвращаешься обратно, то слишком сложно бывает это принять и это ломает. Если у вас постоянно все прекрасно, никаких проблем не происходит, то вы привыкаете к тому, что у вас все идеально и в тот момент, когда все откатывается, это может сломать морально. Если слишком большое было повышение, слишком долго вы шли вверх, то потом будете слишком долго идти вниз. И к этому нужно быть готовым и не нужно привыкать к идеальному. Здоровье тоже меняется. Люди, у которых идеальное здоровье, у них на самом деле просто не такие большие, они уравновешены, амплитуда не очень большая. То есть они не болеют сильно, но у них есть понижение эффективности, слабости. Это для них норма, у них просто другой график. И здоровье, и понятие хорошего здоровья – это выстраивание этого графика, и эти изменения всегда будут. Изменения иммунитета, количества и качества болезней, всегда есть.

### Развитие.

Развитие никогда не бывает постоянным, провал или отдых всегда сопровождают рост, и даже сам рост идет скорее после провалов. Развитие всегда переходит из состояния, когда вы якобы что-то понимаете, в то состояние, когда, вы это не понимаете. Это как, кривая развития, которую мы разбирали. Человек сначала думает, что он супер умный все хорошо понимает, потом он думает, что он самозванец и это противоположности, которые так работают у человека, а дальше идет тренд на верх и амплитуда изменения падает по пути. Также это работает, когда человек начинает куда-то двигаться, решает задачу, проблему, он на пике, потом он обязательно столкнется со следующей проблемой, провалится, и потом у него что-то начнет не получаться. Он сталкивается с проблемой, которую дальше нужно решить и какое-то время он ее решить не может. Это позиция провала. Потом он опять ее решает и опять выходит вверх, а потом будет ждать следующую проблемы, это постоянное движение. Если вы останавливаетесь, то у вас идет остановка развития. Если вы не раскачиваетесь туда-сюда, если у вас нет проблем и напряжения, нет сложностей в решении ваших задач, то и развития не будет, вернее будет деградация. Тут как раз важно, чтобы была какая-то амплитуда, чтобы вы и решали проблемы и задачи и чтобы сталкивались с проблемами. Просто если амплитуда будет слишком большой, это будет сильно бить по моральной составляющей. То есть большие провалы очень негативно могут отразиться и могут сломать вас на пути, так что амплитуда не должна быть слишком большой, ровно до той степени, чтобы она мотивировала двигаться вперед и возможно через какое-то время амплитуду можно будет увеличить, по одному шагу за раз. Если же слишком маленькие перепады, маленькое напряжение, вы практически не напрягаетесь, когда что-то делаете, тогда у вас и роста развития особо не будет. То есть, там будет минимальный потенциал.

В природе это все тоже работает и там оно показывается идеально. Слишком много дождей – плохо, слишком мало – засуха, одно идет после другого, все меняется. Наверное, мы все изучали обществознание или природоведение, на котором рассказывали, что такое экосистема, как одно влияет на другое, как одно сменяется другим, как испаряется вода в океанах, потом она проливается дождем. То есть все это кружится, какие есть колебательные элементы и там постоянно все колеблется – день – ночь, зима-лето, дождь – засуха. Часто, если разобрать историю, того как шаманы вызывали дождь, понятно, почему они верили в свою работу, потому что если дождя

очень долго нет, если засуха сильная, то в какой-то момент дождь прольется, он придет. И шаманы не начинают сразу бегать и стучать в бубен, потому что какой смысл, пока еще засуха не застала в какой-то расплох, не создала больших проблем. Когда уровень напряженности от засухи максимальный становится, когда они понимают, что они уже не могут ждать, это как раз тот момент, когда подходит скоро дождь, то есть они подошли вплотную к точке минимума. И они в этот момент, когда уже все на пределе, начинают танцевать и вызывать дождь. И естественно, происходит перекос и начинается дождь. И они считают, что они его и вызвали. И каждый раз вот эта петля, подтверждает их убеждения. Каждый раз они оказываются правы.

Этот график колебаний в бизнесе - очень классная штука в консалтинге. Консалтинг вообще потрясающая вещь и профессия. В ней можно только на этом принципе постоянно быть правым, постоянно находится в идеальном положении. Что происходит с системой - как говорят, нужно провалится на самое дно, чтобы потом был вариант только подняться наверх. Когда вы находитесь на дне – это наилучшее состояние, потому что дальше вы можете только вверх подниматься, вниз уже некуда. И что происходит с рынком консалтинга. Компания начинает проваливаться и идет вниз уже долгое время, перед тем как бизнес задумается о консультантах. Либо второй вариант, это система должна показать рост, все для этого уже сделала, подготовила, но ничего не происходит, то есть компания максимально близко подошла к фазовому переходу и не понимает когда он наступит, вот тогда и приглашают консалтеров. Когда компания растет, она особо никого и не привлекает, она растет и все у них прекрасно. Когда компания начинает проваливаться, она начинает паниковать, начинается движение, возня, разговоры о том как все это поменять. После большого роста началось падение и частота волн низкая. И компания сначала печалится, через какое-то время начинает нервничать, потом начинает думать, что же делать, потом – принимает решения, а потом начинает лихорадочно действовать и совершать ошибки и еще больше погружаться на дно. И постепенно она проваливается, что является нормальным результатом. Все эти вещи взаимосвязаны, провал тоже не просто так происходит, потому что они в том числе начинают нервничать и суетиться, и совершать ошибки. Но тем не менее, провал идет. И когда компания доходит до состояния паники, зовут людей на консалтинг, на антикризисное управление. Люди в этот момент приходят и что-то советуют, а компания уже практически на дне. Пока этот человек что-то советует, начинают внедряться какие-то их идеи. Сначала их не совсем принимают, потом их начинают внедрять, что-то начинает происходить, и компания продолжает падать вниз. И человек из консалтинга говорит, что еще мало чего сделали или вы еще вообще ничего не сделали, вот мы и проваливаемся. Начинаются мельчайшие изменения или глобальные изменения, не важно, и через какое-то время доходит до точки самого низа и начинает расти и продолжает расти довольно долгое время. И что думают собственник и топ-менеджеры в это момент – пришел какой-то человек, что-то сделал, мы изменили процессы и начался рост, он спас систему, он сделал так, что мы начали расти. И естественно, в это момент абсолютно неважно что бы сказал этот человек из консалтинга. Он просто пришел в нужное время, побывал в этой точке и сосредоточил внимание на себе. И весь дальнейший успех компания связала с ним. И люди так привыкли думать, что все, какие-то глобальные большие вещи, связаны с какими-то мелочами, определенными людьми, что остаются слепы. А все связано со всем, все – большая система и все это неразрывно работает. Поэтому

это когнитивное искажение улучшает позицию подобных профессий. Ну и конечно я не говорю, что все консалтеры работают именно так, кого-то привлекают, когда идет наоборот, рост, но тут уже вопрос того, как вы все это опишите и преподнесёте. И какие-то консалтеры могут привносить что-то полезное, но основная закономерность она в этих качелях. Часто компании приглашают людей на консалтинг, на поддержку именно в тот момент, когда они на самом дне и они в любом случае потом пойдут на верх. А те просто заберут сливки.

## 32. движение\_синусоида\_фрактальность

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1BWE8y-y0nWnF65fQqeU21LinIrg7NEPK/view?usp=sharing>

Следующее ответвление, это черное заменяется на белое. Это пик полезности перед откатом. Что-то отрастает, что-то потом уменьшается и это происходит постоянно. Соответственно откат происходит в какой-то точке максимума, которая не совсем максимальна, это не та точка, в которой в предел системы, это точка, которая максимальна на этот период, именно в данном конкретном колебании. Колебания все разной амплитуды, какая-то средняя, какая-то близка к самой высокой позиции, и они могут плясать то вниз, то вверх. И также идут постепенно вверх, а потом вниз сами волны, фрактально, внутри которых пляшут другие. И есть момент, когда мы дошли до верха, и дальше идем в другую сторону, то есть одно начинает сменять другое. Это даже не обязательно про рост и падение это про точки перегибов и изменения системы, в точке максимума можно как начать проваливаться вниз, так и перейти в новое состояние, совершить фазовый переход и пойти вверх дальше, тоже самое применимо и к точке минимума. Но если мы говорим о фазовом переходе, то там нужно много чего подготовить, это не тот случай, где мы резко можем создать что-то новое.

Если мы говорим о бизнесе, то максимальная точка, после которой уже бесполезно что-то делать, это достижение 80%. То есть 80% эффективности вы прошли, дальше уже в среднем, тут я подчеркиваю что в среднем, а не для всех случаев, бесполезно что-то начинать делать, для того чтобы не провалиться назад, потому что просто не успеете изменить это состояние. То есть, начинать не в тот момент, когда вы уже поняли, что уперлись в быстрый рост, а задолго до этого, когда еще все хорошо. И это естественно необязательно так в вашем случае и в конкретных системах, иногда можно в самый последний момент что-то поменять, но все равно к этому нужно готовится, хотя бы как бы случайно. То есть вы могли что-то делать и в какой-то момент у вас появляется шанс, и вы меняете систему, но у вас есть багаж, который вы не планировали использовать до этого, однако он собрался. Такое тоже бывает. Но если говорить о бизнесе, менеджменте, товарах, производстве, изменение самой бизнес-модели, начинать нужно тогда, когда у вас идет бурный рост, когда все позитивно. Дальше уже будет поздно, вы не успеете к скачку. И если вы доходите до 70-80% и там уже начинаете понимать, что у вас был бурный рост, у вас уже бурный

рост прекратился, он уже гораздо меньше, вы вкладываете гораздо больше средства и получаете меньший результат, и рывки, скачки, увеличение результата уменьшаются на единицу времени, и усилия, которые вы прилагаете для того, чтобы получить меньшие результаты – больше, чем до этого, то в этот момент вам уже становится очевидно, что нужно что-то менять, что-то произошло, нужно к этому готовиться, но для того, чтобы это работало нормально в бизнесе и в большинстве случаев нужно готовится заранее. И многие пытаются затянуть вот это движение обратно, они пытаются поменять траекторию, то есть они дошли до верха и начинают идти вниз и пытаются развернуть все это в другую сторону, оттянуть, что-то улучшить, подчистить, подремонтировать для того, чтобы как бы все выровнялось и опять пошло вверх. То есть они считают, что тот момент, когда все пошло вниз, это какая-то небольшая неудача, это просто случайность, которую нужно исправить и все потом обратно вернется. Но нет, инерция уже создана и вопрос инерции очень важен, вопрос накопления энергии, которая пошла в одну или другую сторону, сильнее или слабее, это вопрос инерции. И дальше вы будете проваливаться. Вы можете немного замедлить провал, сократить или растянуть, или уменьшить, но обратно это уже не откатится. Обратно это завернуть нельзя, и нужно либо что-то улучшать, понимая что дальше будет опять взлет и вот на этом взлете вы сможете взлететь чуть выше и изменить тенденцию с падения на рост, либо менять саму ситуацию, процесс, бизнес-модель, менять фазовое состояние, переходить в другой фазовый переходить.

И здесь есть разные вариации **бизнеса**. Идет рост прибыли, должно быть потом падение. Для того чтобы этого избежать, нужно менять состояние, менять бизнес-модель, добавлять новые продукты, нужно смотреть за возможностями рынка, то есть цепляться за что-то и попытаться все это изменить, не залатать дыры, а поменять систему. Если у вас идет сильный рост прибыли, нужно следить за этим, не нужно пытаться увеличить прибыль еще чуть-чуть. Это не поможет системе не падать потом. И обычно люди в этот момент пытаются либо еще чуть-чуть увеличить и масштабировать этот рост, а не занимаются переходом на другие состояния, то есть у них внимание направлено не туда, не на постоянные изменения, а на улучшение текущих процессов, которые через какое-то время пойдут на спад. И это не означает, что текущий процесс не нужно менять, это означает, что все это нужно в голове держать и все это сравнивать, учитывать. Или у компании все плохо, она начинает латать дыры и вот это латание всегда приводит к негативным последствиям. В итоге система начинает разваливаться, начинает расшатываться. Это как на рынке программирования, когда постепенно улучшают какие-то части, что-то чинят, не трогая систему в целом, но потом все это приводит к тому, что вся архитектура расшатана и скачки вверх-вниз все больше. И если амплидина растет, в какой-то момент может быть взрыв, о котором мы тоже поговорим дальше, перегрузка системы, и тогда фазовый переход будет на фазовое состояние ниже.

Если в **отношениях** пошло что-то не так, люди пытаются что-то делать, они пытаются извиниться, загладить вину, решить конкретную проблему. То есть у них глобально все шло вверх, потом пошло вниз по чуть-чуть, и они пытаются решить какие-то мелкие вещи, что-то починить и дотянуть эту систему обратно. А тут опять же нужно либо понимать, что пошло что-то вниз и прикидывать когда это пойдет вверх, а если у человека сложный характер, то нужно себя попытаться проконтролировать, пока все идет вниз и когда пойдет наверх уже действовать, чтобы переходить на другие состояния, менять тренд. Либо смотреть на ситуацию в целом и пытаться изменить какие-то большие блоки в **отношениях**, для того чтобы перейти на другой уровень, на

другое состояние, а не просто решать конкретную текущую скору. И тогда тренд пойдет вверх. А обычные действия, способы загладить вину, решить какую-то мелкую проблему, так же залатать дыры, как делают многие компании, это абсолютно бесполезные действия, тем самым вы придумываете себе отговорку, почему не будете менять всю систему и поддерживаете тренд, который направлен вниз.

Есть другая сторона в **здоровье**, например, стало что-то лучше, начало что-то улучшаться, все, человек забывает о том, что он делал. Например, все шло вниз, то есть физическое состояние ухудшалось, он начал лечиться, все начало отрастать, то есть не поменялась фаза, а просто колебание пошло вверх и человек забывает на то, что он делал. Это сказывается на всем процессе, и потом может откатить его еще дальше, когда движение вновь пойдет по нисходящей и создать тренд вниз. И это тоже самое, что то, как ощущает себя человек например в депрессии. Человек в депрессии находится постоянно, но на самом деле он находится там не постоянно, он периодически оттуда выскакивает, так как он не может постоянно думать о негативных эмоциях. Просто он не замечает позитивных, не замечает отсутствия эмоций в тот момент, когда они происходят. Но если человек находится в депрессии, и он на что-то отвлёкся - например стоял на светофоре и задумался, а потом посмотрел пошли люди на светофоре или нет, нужно ли ему идти, в этот момент он не находится в депрессии, он перешел в другое состояние, вернулся обратно, но потом он погружается дальше и у него этот тренд идет вниз, большая линия провала. Естественно, после депрессии он будет себя хорошо чувствовать, потому что провалился далеко и любое поднятие вверх ощущается сильно. И тоже самое происходит в восприятии того, как мы лечимся и в самом состоянии пока мы лечимся. То есть, у нас есть, например, колебания температуры и состояния, в зависимости от того, ночь это или утро. Если вы вспомните большинство простых болезней, там всегда утром лучше, ночью хуже, днем вроде как человек разгуливается и у него все нормально. И он постоянно движется по синусоиде, и оно трендом направлено либо на выздоровление, либо на ухудшение. И это ухудшение глобально доходит до какой-то точки, а потом идет улучшение. И улучшение идет с колебаниями. Ничего не идет просто по прямой. Обязательно происходит сменяемость. Человек движется и чувствует себя то лучше, то хуже, но куда-то глобально постоянно сдвигается.

### **Развитие.**

Мы начинаем что-то изучать и в какой-то момент, мы доходим до уровня, когда нужно спускаться обратно. То есть мы улучшаем свои навыки, у нас сначала идет рост, потом рост замедляется, потом идет спад вниз. И либо мы к этому готовы и опять это используем, меняем тренд и трендово растем. Либо мы меняем подход, начинаем по-другому структурировать информацию, изучать, применять, находить новые способы, как мы это улучшим и менять состояния, расти вверх. Если говорить о стандартном обучении, оно так и происходит – сначала поднимаемся вверх, потом вниз, вверх потом вниз, и постепенно все приходит к тому, что мы вмонтируем свои навыки в мастерство, чтобы они жили вместе с нами и если мы их не тренируем, если нет движения, то постепенно это забывается. Когда мы изучаем что-то, мы погружаем в себя много информации, если мы перестаем изучать, начинаем с чем-то работать, а нам в любом случае нужно отвлекаться от развития, оно начинает проседать вниз, потом мы опять поднимаем свои навыки вверх. Если говорить, например, о методике запоминания, там есть принцип того как нужно запоминать во времени, дворцы памяти. Вы создаете дворец памяти, создаете пространство внутри головы, которое вам знакомо, развесиваете там определенные триггерные вещи, например, если вам

нужно запомнить цифру 2, вы поместили где-то лебедя, нужно запомнить цифру 4 – поместили парус от корабля, который похож на четверку. Гипертрофировали, сделали странное событие с этими явлениями в том месте, в котором вы их решили разместить и в той последовательности, которая необходима и запомнили. Это запоминание нужно производить с увеличением интервалов. Сначала вы повторяете это через 5 минут, потом через полчаса, потом через час, потом – на следующий день, потом еще через два дня, потом через неделю, потом через месяц и несколько раз повторив этот дворец, если он у вас не 1000 элементов – это 2 минуты. То есть этих итераций у вас 6 максимум за месяц по 2 минуты. То есть это 10 минут суммарно. И повторяя это, вы запоминаете все это на промежутке в годы. А вы просто создаете последовательные скачки, колебания. Вы даете отстояться информации, вы не повторяете сразу. Если повторить 5 раз, это не даст такого эффекта, нужно увеличить эти колебания, создать тренд на запоминаемость и увеличить частоты, чтобы потом вы это помнили дольше. Это уже про колебания, синхронизацию колебаний, про то, как одно накладывается на другое. Вот так работает система запоминания по Бьюзену, насколько я помню.

### Природа.

Вы что-то вносите, какой-то элемент, который меняет систему, изменяет привычное состояние вещей, куда-то что-то оттягиваете, создаете колебание, а придет другое колебание, придет обратное действие. И тут это больше про полюса, чем про само движение, но эти ответные действия в любом случае будут. Если вы что-то внесли в любую систему, она будет вам противодействовать. Это правило и принцип скорее из бизнеса, наиболее часто оно встречается именно в бизнесе, потому что когда ты хочешь произвести какие-то реформы в бизнесе, большие изменения, ты должен понимать, что система это не воспримет. Ну и в системном мышлении это тоже изучается. Если ты хочешь что-то поменять, что-то внедрить и сместить систему в какую-то сторону, она отдаст тебе другой полюс, то есть противодействие, другую сторону того, что ты хочешь сделать, и мы обсуждали на уровне полюсов как это работает. И на уровне бизнеса есть правило того, что, когда вы вносите инновацию в компанию, будут обязательно люди, которые будут против, будут против этого бороться, будут создавать какой-то негатив, которые не будут понимать, зачем все это. В любом случае, если вы вносите изменения, даже если они позитивные, кто-то будет против. То есть система будет пытаться противостоять и это не из-за того, что она не хочет, чтобы что-то происходило, а из-за того, что есть принцип стабилизации, равновесия и он просто создаёт противовес. И дальше система уже как-то работает, в зависимости от того, с какой стороны какой вес. Но система всегда будет пытаться ваши изменения привести обратно и вот эту частоту колебаний уменьшить, амплитуду уменьшить и привести к условному равновесию. Соответственно, если вы что-то вносите, система не любит изменений, она любит равновесие и будет противодействовать, создавать другое направление. И в бизнесе любые инновации и решения, которые кажутся прекрасными будут находить негатив, к этому нужно быть готовым и нужно понимать, что это не какой-то реальный негатив, это не какие-то плохие люди, это так работает система, нужно просто к этому готовиться и учитывать.

Следующая часть синусоиды, самого вида графика – это график в графике. Это уже про фрактальность, об этом мы уже говорили. Всегда есть больший график с колебанием, он все равно пойдет вниз, то есть, в любом процессе мы рассматриваем волновой принцип Элиота, принцип оценки фондового рынка по волновому эффекту, я не изучал эту систему, но график отображает саму идею. То, что обязательно есть

колебания, они делятся на более мелкие, которые содержатся в большом колебании и если еще отдалить, то видимый график будет еще в каком-то большем. И наоборот, меньше на меньшем уровне, на меньшем порядке, есть и колебания меньшие. И тут появляется вопрос - на каком уровне вы сейчас находитесь и работаете, какая это волна и с какой волной вам нужно разбираться, на какую обращать внимание. Потому что, если вы пытаетесь решить маленькую задачку, у вас волна уже пошла вниз, и вы пытаетесь закрыть дырку - это не поможет. Потому что пошла большая волна и нужно разбираться с ней. На любом этапе есть эти волны и в волнах фрактальная часть. У нас если рассмотреть, рабочий день, в один день может быть все хорошо, в следующий день – так себе. Одна неделе лучше, другая – хуже, один год лучше, другой хуже, одно десятилетие лучше, другое – хуже и это меняется постоянно и там есть своя частота, свои глобальнее изменения.

Тоже самое происходит на уровне **отношений**. Какие-то есть изменения хуже-лучше в течение дня с человеком, какие-то изменения в течение недели, месяца, года и нужно просто понимать, с чем вы работаете. Где у вас какая-то проблема и какую проблему вы хотите решить. Если вы работаете на уровне волн однодневных, это отразится на следующих волнах, потому что из этих волн, в том числе, состоит движение большей волны. С другой стороны, вы можете взять цель на изменение системы большего уровня и тогда вы будете влиять на большую волну, но маленькие останутся на каком-то уровне, однако они не будут так важны, если вы сможете поменять большую волну, по которой они идут. Если мы говорим об отношении к жизни, о радости, то у нас есть изменения и радостные моменты относительно всей нашей жизни, недели, года, того, что было пять минут назад. Мы чуть более рады, через минуту чуть менее рады и все это плавает туда-обратно. Эти изменения есть на всех уровнях, в том числе это есть в природе - изменения дня и ночи, времени года, изменения солнечной системы, потом в галактике и обратно - изменения на уровне процессов внутри наших клеток. Эти колебания можно рассмотреть на разных уровнях, можно придумать огромное количество уровней и не все нужно рассматривать, но нужно понимать, что это фрактальные части. Тоже самое, что у нас есть на уровне человека, его развития. Человек развивается с возрастом, не обязательно в лучшую сторону, просто это развитие куда-то. В один год он становится более самостоятельным, потом больше оценивает толпу, потом он опять вырывается в самостоятельность и так далее. Эти процессы сменяют друг друга. Есть очень много периодов, которые похожи между собой. Есть даже теория о том, что можно их экстраполировать на другие временные промежутки. Например, понять, как человек себя ведет в течение недели и на этом фоне понять, что у него будет происходить в течение следующих лет, если принять что понедельник это один год, вторник другой и так далее, простраивается график и по нему можно прикинуть что будет дальше. Нужно просто прикинуть закономерности и оценивать будущее через фрактал малого промежутка времени. Или развитие человека в первые дни, месяцы, отражает его жизнь и смерть, вроде того что в самом начале он родился, через какое-то количество дней завершился этот цикл, он провалился обратно. И его состояние эмоциональное, аффективное, будет потом просто переходить на другие временные промежутки. То есть, из первых 8 дней, первый день у него был идеальный, значит, что, допустим, он живет 80 лет и первые 10 лет у него идеальные, вторые 10 лет повторяют второй день, при этом в первые 10 лет будет происходить все тоже самое что происходило первые 8 дней. Но это уже больше про эзотерику, там нет никаких подкреплений, но в какой-то степени оно имеет место,

какая-то часть из этих размышлений, потому что все это влияет друг на друга и можно это замечать в течение жизни.

### **Бизнес.**

Изменение структуры компании, изменение процессов внутри компании, управленцев, подхода к рынку в принципе – все это разные этапы становления компании. Компания не привязана к людям, это отдельный элемент, который может жить в независимости от людей. Если вы создали компанию, не факт, что компания к вам привязана, вы потом можете из нее уйти, продать или вас вышибут, отберут, а она будет существовать с другими собственниками, другими генеральными, другими топ-менеджерами. Это просто сущность, которая рождается и живет. Можете вы ее создать или кто-то еще, но она отдельная. И у нее огромное количество элементов, она тоже как человек развивается, у нее есть быстрый рост в виде стартапа, потом этап становления, замедления, роста в виде большой компании, этапы скачков, увеличения и уменьшения, прибыли, зависимости дней ото дня, год от года. Есть изменения отраслей. У нее может быть одна синусоида и она дергается внутри и у нее есть свои колебания, свой график изменений. При этом колеблется отрасль, у которой есть свои графики и их параметры. И вы и ваша компания, движетесь по этой отрасли. График вашей компании глобальный, движется по графику отрасли, а отрасль движется по графику, например, экономики. У экономики, допустим, синусоида, сменяemости столетия. И за 100 лет происходит цикл, который потом повторяется. И если в какой-то момент экономика движется вверх, потом начинает проваливаться, отрасль, в которой вы работаете, тоже скорее всего последует за ней, она может опережать всех остальных, но все равно, проваливаться, потому что экономика вся валится. И ваша компания тоже пойдет туда. Это тоже можно отслеживать, все это оценить сложно и, наверное, нереально, но эти зависимости везде есть, везде есть циклы – когда все поднимается, когда все падает. И эти циклы еще могут быть с разными видами графиков – это может быть не всегда плавный график, экономика может идти вверх, потом постепенно идти вниз, потом происходит скачок и потом резкое сильное падение, потом опять выравнивается и идет дальше, на следующей итерации, повторяется все тоже самое. И для того, чтобы оценивать, что происходит в вашей отрасли, чего ждать дальше в бизнесе, в структуре компании, во всем остальном – нужно рассматривать эти циклы, но делать это нереально на уровне всего, тем более, что все – это довольно плавающая история, это нужно предугадывать, поэтому нереально этим воспользоваться в каком-то точном виде, но думать об этом довольно полезно.

### **Отношения.**

Сначала люди встречаются, у них появляется пиковое состояние, влюбленность, оно очень высокое и резкое. Потом постепенно оно уменьшается, начинает спадать, стабилизироваться, уже никаких скачков нет, это уже так не радует. Люди решают сыграть свадьбу. Это тоже определенный скачок, определенные изменения, новый виток, опять пошло вверх, потом всё начинает стабилизироваться опять идти вниз и нужно опять что-то делать, а следующий фазовый переход — это дети. Дети добавляют новые эмоции, новый скачок, новый цикл, создают новое движение вверх. Потом всё стабилизируется, появляются какие-то проблемы, идет виток вниз. Это не все скачки и варианты движения. Дети начинают сначала приближаться к вам, сначала они всегда хотят быть с вами и не хотят отойти ни на шаг, не отпустить ни на денёчек, ни на минуточку. Через какое-то время начинается обратный процесс, они хотят отделиться, хотят самостоятельности, хотят от вас уйти. И в этот момент падает

состояние восторга, у вас идёт цикл вниз. Потом они начинают осознавать, что семья - это очень важно, родители - это важно и они начинают возвращаться обратно, им уже надоедает вот эта самостоятельность, они уже самостоятельные, но им хочется в отношениях вернуть то, что было и соответственно виток возвращается, но вид отношений уже меняется, то есть везде фазовые состояния разные. И вот этот график идёт по отношениям, были они близкие или далёкие, потом опять идёт приближение. И вот это всё движется на уровне каждого человека, и у каждого человека есть свои переходы. Какие-то люди проходят по всем фазам и получают больше опыта, какие-то нет. Вот этот определённый график определённый синусоида жизни, и там есть вот эти фазовые переходы, которые меняют состояние. У разных людей разные графики, разные фазовые переходы, какого-то элемента может не быть, но в общем это может происходить примерно так. К этому тоже нужно готовиться, не привыкать и осознавать это, для того чтобы с этим легче справляться, что-то с этим делать, если это нужно вообще.

### Здоровье.

Есть элементы, которые идут у нас вверх-вниз на коротких периодах - и у нас состояние то лучше, то хуже. Есть элементы, которые идут на длинных периодах, совсем больших - половину жизни мы растём и развиваемся, половину жизни у нас потом уже развитие уменьшается и постепенно ухудшаются все возможности - чем ближе к старости, тем хуже становится организм. Там тоже можно сделать какой-нибудь фазовый переход - вы старели, старели, у вас организм ухудшался, ухудшался, вы потом вдруг осознали, что вам нужно заниматься какой-нибудь новой методикой, начали заниматься своим ментальным здоровьем и физическим, резко рванули и стали переносить болезни лучше, чем молодежь. Такое может быть и такое периодически происходит, особенно на мелких колебаниях, на больших колебаниях не часто, потому что мало людей сильно меняет свою жизнь, переходит в другое фазовое состояние. Но если смотреть в общем и целом, то вот один горб - сначала улучшение и рост, потом падение и деградация организма. Если говорить, например, о том же росте, у него фрактально меняется поведение. Если у вас есть дети то, скорее всего, вы слышали о скачках роста - это моменты, когда ребёнок вдруг начинает активно расти, потом его рост замедляется. То есть он как бы растёт постоянно, но при этом у него даже в этом есть колебания - резкий рост большой, потом скорость роста уменьшается, потом опять резкий рост, потом опять уменьшение. И вот этими колебаниями тренд идёт вверх до какого-то уровня, то есть до какого-то возраста. Потом роста уже никакого нет, и если говорить о росте, как о физической величине, то есть вашей линии вверх, то через какое-то время на большой этой линии, на больших колебаниях длинной в жизнь, начинается уже падение. То есть сначала вы росли-росли, потом на какое-то время есть этап коррекции, и коррекция там происходит из-за того, что стачиваются какие-то элементы у нас внутри, например позвоночные диски, постепенно позвоночник уплотняется и мы остановимся чуть ниже. То есть человек взрослый, 30-40 лет, скорее всего, будет ниже чем в возрасте 18-20 лет, потому что там он достигает максимального уровня, а потом начинается большая нагрузка на организм, он меньше справляется, больше всего стачивается, какие-то элементы системы становятся слабее и не могут уже держать себя, если он не меняет какие-то фазовые состояния, и не сильно занимается этим вопросом, тогда в итоге он идёт обратно на снижение. Но конечно, он не снизится до своего начального состояния - то есть там этот график в виде капли. Но во всех этих вещах есть фрактальная

составляющая - быстро увеличение, медленное, быстрое-медленное и скачкообразное.

### Развитие

Развитие тоже меняется примерно также же. Скачок развития в детстве гораздо больше, чем во взрослой жизни. Постепенно человек начинает развиваться всё меньше, иногда он перестает развиваться, перестаёт учиться и начинает проваливаться по своим знаниям. Сейчас есть понимание того, что человек должен учиться всегда от начала и до конца жизни для того чтобы вообще чем-то заниматься, для того чтобы успевать за тем, как идет развитие в мире, как всё меняется. Но уровни того, как человек растёт и развивается, тоже идут по графику, и сначала идет резкий рост, потом замедление, потом идёт снижение. Если вы делаете этот фазовый переход, то есть меняете свою жизнь, меняете направление своей работы, начинаете изучать что-то ещё, то у вас опять происходит увеличение и постоянное развитие, но, естественно, скорость развития и эти первоначальные скачки уже довольно сложно обогнать во взрослом возрасте. Потом это начинает ухудшаться потому что так работает система, она должна потом скорректироваться. В первые дни мы получаем максимальное количество информации, получаем максимальное становление своей личности. Чем дальше, тем меньше влияние каждого следующего дня на нашу жизнь. И это тоже график больших и маленьких изменений. Но потом на нас уже может больше влиять общество, какие-то конкретные события и смещается сам источник влияния. Сначала на нас влияет наш комфорт, родители, и момент рождения, потом на нас начинают влиять наши сверстники, потом на нас влияет рабочая обстановка, могут опять больше влиять родители, потому что мы вернулись к этому полюсу и всё это движется тоже скачками. Существует сменяемость позицией, как мы уже обсуждали, сначала человек максималист, потом он начинает принимать всё больше других вариантов. Сначала у него много энергии, потом она начинает падать, меняется состояние в следующей системе. Сначала он готов на большой риск, потом возможность рисковать снижается, желание рисковать, и сама ситуация. Сначала он двигается, потом он направляет. То есть сначала он делает сам, потом он управляет процессом. И это тоже колебание, глобальное изменение системы. И у человека всё это меняется, в зависимости от его возраста. От 0 до 3 лет - это одна фаза, от 3 лет до 8 лет - это другая фаза, потом появляется новая фаза 8-15 лет, потом допустим до 25 потом в 30 с чем-то происходит ещё какой-нибудь кризис среднего возраста, и это тоже фазовый переход в другое состояние. Нам кажется, что это какое-то снижение, а на самом деле у нас там идёт пересмотр понимания мира и пересмотр того, что нам важно, а что неважно. Я сейчас назвал рандомные цифры в изменениях человека вот в этих фазах, но если рассмотреть педагогику, андрагогику, то там есть довольно четкие границы, как меняется человек и как у него меняется поведение и зачастую это рост и коррекция какого-то определенного параметра, сменяемость систем. И, соответственно, если ребёнок к вам максимально был близок когда-то, когда-то он от вас максимально отдалится. И это норма жизни, норма системы. К этим вещам нужно привыкать, нужно к ним относиться нормально и видеть это в мире. Эти изменения параметров вроде интенсивности развития с одной стороны переходят с одной стороны в другую, сначала начинаются с большой силой, а потом как бы исчезают, то есть как будто бы мы теряем, но на самом деле, если смотреть на всю систему, то видно что они просто перетекают в другие возможности, например движение переходит в управление и тактика в стратегию, то есть просто так ничего никуда не уходит.

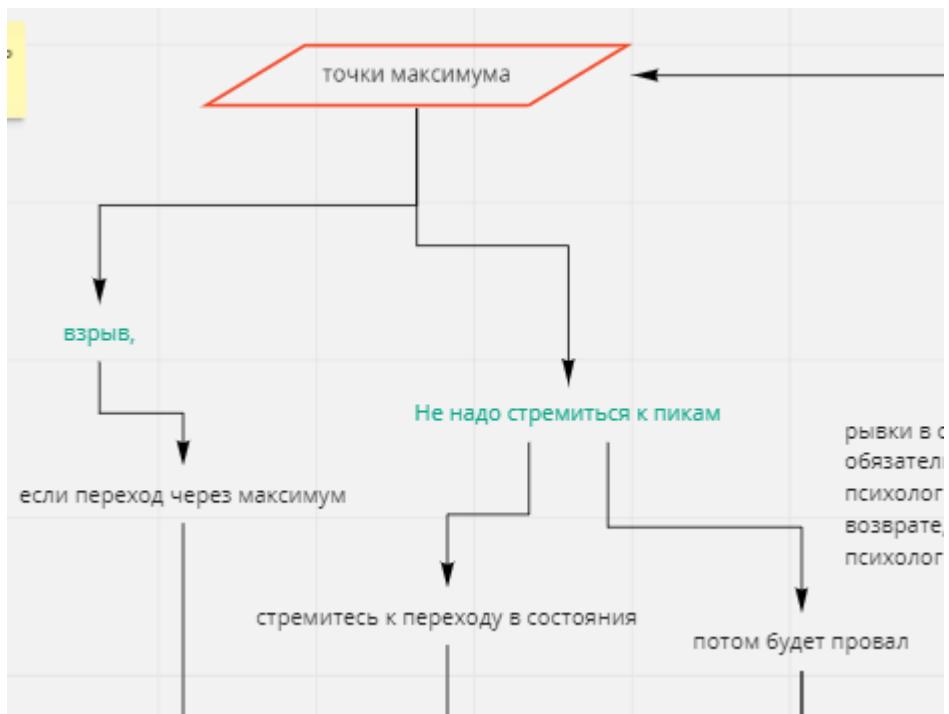
В природе всё сменяется - день ночью, времена года, меняются полюса, даже полюсность Земли, как говорят ученые меняется и в какой-то момент она перевернётся в другую сторону, потому что постоянно должны происходить колебания, постоянно есть движение.



### 33. движение\_точки максимума\_пики

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1hNfwnTCXnuljVz8cIAxAmrWLANJYQDaz/view?usp=sharing>



Следующая часть движения – это точки максимума. И первое понятие о том, что **не нужно стремится к пикам**, нужно стремиться к переходам состояний. И так же можно стремится к трендам, потому что пиковые значения отбирают у нас, во-первых, возможность делать стабильную систему, во-вторых, это очень однобокая система, у нее не хватает очень многих элементов для того, чтобы нормально и грамотно развиваться. Если мы переходим к пику, то мы понимаем, что потом будет провал. И тут очень важно понимать, насколько это пиковое значение. То есть у нас есть синусоида, по которой мы движемся, и она движется то вверх, то вниз и это нормальное состояние. Вы всегда будете появляться на точке максимума, с какой-то периодичностью вы будете к этому приходить, так как в любом случае идет по графику. Но если вы сильно концентрируетесь на чем-то и вдруг механически увеличиваете пиковые состояния, тогда провал этой системы будет отвечать силе этого пика. То есть, условно, у вас всегда был какой-то уровень на графике, если его можно обозначить цифрой  $+/-1$  на графике и вы как-то двигались по этим цифрам, а потом, в какой-то момент, вы передвинулись на  $+10$  резко, что-то внесли в систему, что позволило вам краткосрочно сделать такое резкое изменение. Такие изменения долгосрочными не бывают, долгосрочное происходит постепенно, с каким-то накатыванием, потом нужна стабилизация того, что вы изменили. И даже если вы постоянно что-то улучшаете, контролируете все, что происходит в вашей системе, если вы начали масштабировать бизнес и у вас все прекрасно масштабируется, вы точно знаете, что вы делаете, в том процессе роста нет никаких проблем, то есть все болевые точки, которые были до этого в бизнесе, вы закрыли и начали большой рост, с определенным дополнительным механическим воздействием. Через какое-то время, когда система станет больше, у нее станет больше параметров, за которыми нужно следить, которыми нужно управлять, она станет более хаотична и менее стабильной и об это мы уже говорили во всех фреймах, которые рассматривали. Но если касаться вот этого примера, появятся какие-то дополнительные элементы, дополнительные параметры, которые будут раскачивать всю систему и в итоге она начнет

разваливаться, если вы к этому не подготовлены. А на очень коротких промежутках можно подготовиться ко всему, закрыть все возможные варианты, а некоторые нужно подготавливать заранее и нельзя просто закрыть, когда они уже произошли. И это вредно во всем. У вас если будет большой рост, потом будет большой провал. С какой-то точки зрения, это нормально.

Представьте, что у вас бизнес, он колеблется от 1 млн. до -1 млн, а потом он начал колебаться от 10 до -10. По факту, ничего не произошло, с точки зрения конечной прибыли, если мы говорим сейчас о прибыли, то ничего не изменилось, так как выручка выравнивается по этим цифрам к 0, просто амплитуда колебаний стала больше. Но в реальности есть много факторов, если у вас постоянные скачки, во-первых, вам сложнее управлять системой, и она начинает расшатываться и тренд, который пойдет дальше, он пойдет более резко. То есть, если на более стабильной системе вы увидели начальный тренд, вы его можете исправлять дальше, потому что он не так резко куда-то уходит, то на уровне высоких колебаний большой амплитуды, тренд может быстро куда-то уйти и бизнес может быстро провалиться. При этом идет износ, если у вас бизнес имеет какое-то производство и вам нужно сначала произвести большое количество отваров, а потом спроса не будет совсем и производить не нужно, то вот эти скачки скажутся возможно и механически на самом производстве и износ идёт многих вещей, в том числе, эмоциональных состояний. Если вас будет, как руководителя бизнеса, кидать туда-сюда, тогда это будет сильно раскачивать нервную систему и нормальное принятие решений. Если персонал будет раскачивать, они будут видеть, насколько нестабильна система, то густо, то пусто, тогда они тоже будут очень сильно нервничать и работать гораздо хуже. Если есть инвесторы, которые инвестируют в компанию, и они видят, что есть взлеты и есть падения, тогда они тоже будут отрицательно на это смотреть. А если мы говорим о понятиях отношений, например, и у вас настолько большие скачки, то, когда скачок в плюс, он очень сильный, мы испытываем сильные позитивные эмоции на большом разбеге, но потом происходит очень сильный провал, что может привести к разрушению системы, потому что это будет никому не нравиться. И каждый раз, когда вы делаете какие-то пики, просто механически куда-то выводите эти параметры это всегда краткосроч, и это всегда система, которая откатится обратно, в какой-то степени. В спорте и разных вещах, которые касаются здоровья, например, нельзя делать рывки, потому что откаты потом будут уничтожать систему. Во-первых, если вы занимаетесь спортом и делаете большой рывок, то у вас идет перенапряжение и организм не учится, он просто страдает и пытается сохранить себя и перенагрузка уничтожает любые позитивные предыдущие действия. Она разваливает систему, не тренирует человека, мышцы, организм.

Если говорить об обучении, то тут тоже нельзя делать большие скачки, нельзя перескакивать с одной темы на другую, потому что, во-первых, есть развитие в этих фазовых переходах, разные фазы и их все нужно пройти, чтобы создать целостную систему. Нельзя перейти от младенчества к старости, не пройдя молодой возраст и это и физически, и нельзя, то есть вы не пройдете эту фазу, она будет в любом случае, она просто будет выражена в коротком сроке, может быть и в каком-то непонятном состоянии. Если теоретически предположить, что это вообще возможно, вроде что было младенчество или немного юности и потом уже перешли во взрослую жизнь, без состояния молодости. В этот момент, когда вы перескакиваете через какую-то

позицию, вы не учтете предыдущий опыт, который необходим для того, чтобы получить опыт взрослого, после молодого, для того, чтобы потом уметь заниматься тем что нужно молодым, нужно побыть этим молодым, понимать, как это все работает, как работает движение, энергия, потому что только они нормально изучают это процесс, они в него погружаются, прочувствуют и начинают понимать. Он встраивается в них, ощущается и они его проходят, у них появляется опыт, дальше этим опытом можно оперировать, что к нему можно добавлять новый опыт и это необходимый элемент для понимания того, что происходит вокруг взрослой жизни.

Тоже самое происходит в обучении и организации компании. Если у вас есть несколько этапов развития компании, или несколько этапов развития управления. Например, вы взяли какую-то методологию и начали по ней идти и там есть несколько шагов. Вы на первом шаге, а вам нужно перейти на пятый. Люди всегда пытаются начать с пятого, получить большую напряженность, которая не обоснована опытом. То есть вы еще не прошли предыдущие шаги, сразу попытались перескочить, в итоге это не сработает. Вот этот шаг нельзя получить без предыдущего опыта. Если нужно развивать персонал, он должен развиваться постепенно, он должен постепенно привыкать к элементам и приходить к идеальной системе. Нельзя просто взять и ввести холакратию в компанию или бирюзовый уровень спиральной динамики, такого не бывает и это невозможно сделать, система будет разваливаться. Потому что людей нужно проводить по каждому этапу.

Тоже самое происходит и в любом спорте, в обучении. Когда вы занимаетесь спортом, вам нужно отрабатывать основные элементы, потом уже их сводить в систему и начинать выполнять какие-то вещи, которые нужны в этом спорте. Например, в боксе нужно отрабатывать удар, чтобы вообще начать его воспроизводить, его нужно отрабатывать отдельно и доводить до высокого уровня, когда он уже начнет сам появляться автоматически, правильно работать и тогда его можно уже вводить в бой. И в обучении тоже самое. Вы занимаетесь музыкой и вам нельзя начинать с произведений из консерватории, вы должны к этому дойти. Если человек гений, то он эти этапы все равно все проходит, но проходит быстрее, быстрее усваивает. Но при этом появляется напряженность, с другой стороны. Это все равно сильное напряжение, очень сильное ускорение и много усилий вкладывают эти люди, потенциальные гении, которые все это делают лучше, чем остальные и быстрее чему-то учатся, они и сил вкладывают больше. Но и сил они кратно привносят больше в то, что они делают, они больше в это погружаются эмоционально и физически. И вот эта напряженность создает напряженность где-то еще, может создать травму, отобрать какой-то опыт. Если мы пытаемся делать рывки, пиковые значения или прейти через фазовое состояние миновав одно из них, тогда мы получаем откат. На примере, который тут описан, обучения системе Норбекова, по которой можно менять зрение и это факт, оно так и работает, это проверенная методика, в том числе и лично. Вы начинаете погружаться в другое состояние и у вас, по этой методике происходят изменения зрения. Есть табличка для проверки зрения стандартная, на которой сверху самые большие буквы, снизу – самые маленькие и там около 8 строк. И, допустим, вы видите четко только первую строчку, все остальные не четко, и вы начинаете погружаться в состояние, которое позволяет вам настроить мышцы глаза так, чтобы он начал видеть. Вы занимаетесь этим только на ментальном уровне, изменяете просто свое состояние сознания, ментальное состояние ощущений и в какой-то момент вы

начинаете видеть, как иногда эти буквы становятся четкими, например, вторая строчка или даже третья. Потом это пропадает и вы опять видите только первую строчку, а потом опять становится четким. И вот так дергается туда обратно и в какой-то момент оно может установиться. Сначала идут вот эти колебания, потом оно устаканивается и остается на каком-то другом уровне тренда. Произошел какой-то переход с одной строчки на другую. И когда вы этим занимаетесь, теоретически и практически, если вы будете очень много сил и энергии тратить на этот процесс, вы сможете перейти на несколько строчек. То есть, сначала вам кажется, что ничего не изменится, потом изменяется вторая строчка, потом – третья, потом вы перенапрягаетесь и видите уже пятую строчку. И вот этот момент довольно опасен, потому что, когда вы сильно переходите на другие строчки, потом может быть откат и он обязательно будет, если вы были на первой, а потом скакнули на пятую, то на следующий день у вас может вообще не получиться увидеть пятую и даже вторую. Вы будете весь день пробовать, а у вас будет первая, потому что все идет по траектории калебаний и, если вы сильно скакнули, у вас будет сильный откат. Соответственно, если человек идет поэтапно, в первый день он доходит до второй строчки и так по одной строчке за день или за два дня, то есть, если он растягивает этот период и идет постепенно, усваивая каждую строчку, действительно делая фазовый переход, а не просто дергая этот пик, то оно устаканивается, привыкает и создается в вашем состоянии. Вы в итоге постепенно улучшаете способность настраивать зрение. Если же произошел скакет и потом откат обратно, то вы можете прекратить свои действия и не закончите работать по этой методике вовсе, так и оставшись с тем уровнем зрения, что начали. Также, если вы его настроили для того, чтобы оно удерживалось, вам нужно еще тренировать мышцы глаз, то есть нужны физические упражнения, глаза должны быть в тонусе и нужно в принципе заниматься своим здоровьем, это все полноценная система. Но когда вы тренируете способность видеть четче, просто сидите перед листочком и занимаетесь ментальной практикой, это не очень сложное действие и у большинства людей, я так думаю, а может быть у всех, получается переходить на вот эти строчки. И если ты переходишь от одной к другой, тогда ты спокойно доходишь до конца, тебе хочется сразу увидеть последнюю, но ты идешь постепенно. Если ты начинаешь прыгать, ты в первый день дошел до второй строчки, а потом скакнул сразу на пятую, и еще через день ты откатишься. И в тот момент, когда ты откатишься, ты будешь разочарован в своих силах, в своих способностях. То есть, на третий день, ты не увидишь и вторую строчку, до которой ты доходил в самый первый день, значит результат может провалиться ниже, чем у тебя был до этого, и ты начинаешь разочаровываться, начинаешь пытаться как-то повыситься, но у тебя не получается. В этот день может получиться дойти до третьей строчки и тогда ты считаешь, что это порвал или может вообще ничего получиться, ты остаешься на первой и думаешь, что ты провалился еще дальше, чем был до этого. Это создает моральное напряжение, и ты начинаешь думать о том, что у тебя, наверное, это и не получится, это была просто какая-то случайность, это не были твои способности или вообще тебе показалось, что у тебя что-то изменилось и все. И дальше уже тебе очень сложно настроиться на то, чтобы что-то сделать и не хочется опять возвращаться на вторую строчку, если ты провалился до первой, а хочется сразу на пятую и тогда точно ничего не получится. А дойти до второй, до третьей уже сложнее, потому что у тебя есть моральное напряжение и есть неуверенность в собственных силах, а там вот эта уверенность максимально важна.

Тоже самое есть, например, в методике осознанных снов, по которым можно входить в осознанный сон. Это очень простая методика, и там можно делать очень много разных вещей. Желательно испытать каждому, что такое это состояние, когда вы находитесь в другой реальности, которая меняется так, как вы хотите и там очень сильные, гипертрофированные ощущения. То есть, касаясь какой-то поверхности, вы можете чуть ли не каждый атом этой поверхности ощутить. Если говорить о сильных состояниях медитации и осознанных снах, это примерно похожие вещи по силе ощущений. То есть они настолько сильные, что это даже сложно передать словами. Но ваши эмоции, которые вы можете там испытывать, могут превосходить эмоции в жизни в десятки раз. Там нет тела, там есть свободный разум, который может испытывать все эти ощущения, создавать их. И они будут трансформироваться в те, какого опыта у вас еще нет. Но и плюс там просто много возможностей для развития мышления, мозга и просто развлечения. В итоге, возвращаясь к нашей теме - есть простая методика, по которой нужно идти и потом вы начнете погружаться в эти осознанные сны. Сначала может что-то не получаться, потом начнем получаться по чуть-чуть, какие-то минимальные вещи, потом вы начнете впадать в эти осознанные сны и оттуда высакивать, потом вы постепенно можете научиться там задерживаться. И это нужно все делать постепенно и постоянно. Многие люди совершают ошибку, в том, что они начинают сразу переходить к каким-то более поздним элементам, они думают, что они очень хорошо все поняли и им это легкоается, но они начали что-то выполнять и им начало легко даваться, они поняли, что они в самый первый день могут провалиться в это состояние и миновать какие-то шаги, задержаться там и что-то поделать, не то, что нужно по методике. В итоге у них в самом начале все получается, они воодушевлены, у них эмоции на пике, они не ожидали, что у них так хорошо получится, не ожидали, что это настолько яркие и сильные впечатления и потом они пытаются это повторить, а у них уже не получается. И еще через день они пытаются повторить и опять не получается и у них может получиться еще через день, но потом они уже могут перестать это повторять, потому что они уже не верят в то, что у них получится и они считают, что первый раз был случайностью, а они ничего не умеют делать. Либо у них начнет получаться хуже, они будут разочаровываться и эта неуверенность дальше может сыграть плохую шутку, может человек от этого совсем отказаться, хотя у него это получалось хорошо в самом начале. Но из-за того, что он поскакал туда-сюда, он стал не уверен в своих силах и из-за неуверенности у него перестало получаться или из-за неуверенности он перестал этим заниматься совсем. И очень сложно преодолеть себя в такой момент, когда создается неуверенность, мы накатываем на нее новую, начинать обосновывать ее, начинаем уходить в сторону и делать так, чтобы у нас не получилось и наша неуверенность оправдалась. И этот принцип работает везде. Не нужно пытаться забрать очень много того, что не должно быть сейчас у вас. Потому что потом можно снова столкнуться со сложной системой и ее сложно будет преодолеть. Это касается всего, это фрактальная история, то есть она везде работает одинаково.

Про фазовый переход и часть про просто скачок увеличения эффективности. Когда мы занимаемся оценкой того, что происходит у нас, где эти точки максимума, когда мы пойдем вниз, когда вверх, нам нужно в том числе искать, где мы на графике. Если у нас есть бизнес или есть просто какое-то состояние, мы то эффективны то нет или то болеем, то не болеем, мы можем в принципе примерно хотя бы оценить, какая у нас частота этих колебаний и на каком уровне мы находимся сейчас. И от этого уровня

можно уже предполагать, что будет дальше. В бизнесе это особенно важно, постоянно смотреть на каком этапе мы находимся и быть готовым к тому, как дальше пойдёт эта кривая и из этого строить развитие бизнеса.

### Бизнес.

Пример того, как мы сильно уходим в какую-то точку. Мы можем сильно заниматься только коллективом и развивать все внутри и тогда у нас провалится прибыль. Мы можем заниматься прибылью и тогда провалится коллектив, можем стремиться к большим краткосрочным прибылям и это уничтожит долгосрочные прибыли. То есть у нас не будет возможности поддерживать систему, у нас будут рывки и дальше не будет никакого развития, дальше будет система расхолаживаться и ухудшаться. Если мы таким же образом говорим о коллективе, мы можем взять коллектив и попытаться максимально его чему-то обучить, мотивировать, провести обучение, когда они к этому еще готовы. Нет ничего плохого в обучении, но оно должно быть и постоянно в какой-то степени, и человек должен быть к этому готов. Если вы не занимались коллективном и вдруг начали внедрять огромное количество методик и обучать их всему подряд, то они сначала будут эффективны, потом провалятся и их забудут все, потому что большой объем не останется в голове – начнет то одно отвалиться, то другое и произойдет это скачок вверх-вниз и все стабилизируется в середине, там, где вы начинали. Плюс будет определенное смещение вниз, потому что закончится все провалом, запомнится провал и дальше может система поменять тренд.

### Отношения.

Вместе или личное пространство – это разные категории. Мы можем перейти к пику вместе, то есть стремится к тому, чтобы доводить состояние до того, чтобы быть вместе постоянно. Проводить все больше и больше времени вместе с человеком. Можно наоборот, хотеть быть одному, личного пространства и максимально везде пытаться воткнуть это убеждение и правило. И в том, и в том случае это может быть скорее не совсем пиковое значение на коротком промежутке, но это растягивание во времени. То есть постепенное накопление напряжения, которое потом провалится. Если вы идете по кривой и у вас кривая с одной стороны “вместе”, а с другой “личное пространство”, то в тот момент, когда вместе идет к пику, вы потом хотите отдохнуть, даже если вы человек, который любит людей, который экстраверт и постоянно находитесь среди людей, вам нравится видеть окружающих и нравится проводить время не одному, то в какой-то момент все равно нужно частично получать это личное пространство и этого будет очень хотеться. И наоборот, если вы интроверт, если вам хочется быть одному, периодически нужно выходить в люди, окружать себя людьми и получать оттуда энергию, вы не сможете жить один, даже если вы одиночка. Потому что это напряжение в одну сторону не будет работать, оно должно двигаться и вам этого будет хотеться, недоставать, если вы не сможете это себе обеспечить.

### Здоровье.

Не нужно идти к пику напряжения, если мы ударяемся в спорт, и занимаемся им — это хорошо, он хорошо влияет на здоровье, практически у любого человека, хотя я уверен, что вообще у любого человека, даже у больного, которому вообще противопоказан спорт, в каком-то виде он будет полезен, нужно просто понять, в каком. И это очень

хорошая штука, но быть профессиональным спортсменом, это значит губить свое здоровье. У вас может быть другая цель, почему вы хотите быть спортсменом, но здоровье будет расшатываться, потому что будет слишком большая нагрузка на организм. Либо это будет профессиональный спорт без особого успеха, а спорт без успеха – это тяжелая штука, потому что смысл профессионального спорта в том, чтобы достигать успехов и вершин. Тоже самое будет и в стремлении к карьере. Просто там здоровье будет портиться не из-за того, что вы физически давите на организм, а из-за того, что вы морально на него давите, идет износ из-за малого количества сна, сильного стресса. И вот это все тоже будет расшатывать организм, но люди психически становятся часто неуравновешенными и в какой-то степени больными, когда они постоянно всю свою жизнь бегут к какой-то карьере, к успеху. И вот эти максимумы, краткосрочные и долгосрочные, они везде вредны.

Это как пример в отношениях, когда люди играют свадьбу и делают ее слишком шикарной. Есть разные передачи, где людей снимали, то есть их свадьба была на телевидении, им оплачивали ее, делали шикарные вещи и для обычных людей, которые попали на телевидение, это была точка максимума. То есть это было очень шикарно. И с какой-то стороны кажется, что если вы на большом позитиве войдете в семейную жизнь, то это вам поможет. Но по факту происходит все в обратную сторону. То есть, люди настолько хорошо начинают семейную жизнь, что потом, когда они в нее на самом деле входят, когда понимают, что это такое, и оно проваливается вниз, только у них этот провал сильный, они начинают очень тяжело выкарабкиваться из этой ситуации, когда на них уже давит их брак, у них уже нет настолько шикарных вещей, и тех эмоций, которые были до этого. А мы можем сравнивать свою жизнь и на больших периодах. У нас уже прошло много всяких разных событий, а мы все еще вспоминаем, что тогда, 5 лет назад было вот так вот шикарно, а сейчас уже совсем не так. А вспоминать мы будем пиковые состояния и это напряжение разности потенциалов, оно будет очень сильно давить и будет подавлять и хорошее, что у нас происходит и много разных позитивных вещей.

### Развитие.

Есть люди, которые, например, в своих детях постоянно что-то всовывают, какую-то информацию, пытаются сделать из них гениальных, начинают на них сильно давить, начинают им подсовывать какой-то материал, слишком сильно мотивируют и это создает напряженность и у ребенка появляется проблема, при этом, не краткосрочная точка максимумам, это не переучить за один день, это долгосрочное напряжение, и оно отражается уже на других элементах и на больших периодах, не на том, как человек учится, а на том, как он вообще живет. Тут нужен баланс, и, тоже самое, баланс нужен в поддержке и разочаровании. Если у человека что-то не получается, и вы постоянно ему говорите, нет, все хорошо, все нормально, все наладится, это не ты виноват, это вот так получилось, это случайность, человек постепенно привыкнет к тому, что все против него, у него на самом деле все прекрасно, а все против и из-за этого у него что-то не получается. И у него тренд пойдет вниз. И тогда естественно, у человека перестанет что-то получаться, он не будет готов. Если мы не будем ему давать возможность в какой-то степени хотя бы разочароваться в том, что он сделал, найти ошибки в себе. Мы можем отвадить его от мышления о том, что он это сделал и перенаправление все на свою личность, мы можем говорить о том, что это опыт, ты

должен просто научиться тому, как это делать и понять где какие проблемы и что нужно изменить, но нужно обязательно указывать на это. И у человека должна быть определенная встряска. Если пытаться перетягивать либо в одну сторону, либо в другую, это приведет к проблеме.

### Природа.

Есть очень хороший эксперимент с мышами, “антиутопия вселенная 25”. Про максимальное внедрение в природу стабильности, максимальное вмешательство. Природа постоянно учится на своих ошибках, она не прыгает в крайности, у нее всегда есть стабилизация. Условно, у нас есть бессмертные существа, есть животные, черви, которые могут жить бесконечно. Они бессмертны, но у них есть другая система регуляции. Кто-то постепенно объедается, становится тяжелее и в какой-то момент не может передвигаться, и умирает потом от этого. Кого-то съедают, кто-то просто в опасной среде живет, но есть вот это регуляция. Это не сильный перекос, это не бессмертные существа, которое действительно бессмертно, его ничего не может убить. У него есть другие специальные системы, которые сами его убьют для того, чтобы произошло обновление, произошел переход, появилось новое поколение, потом оно сменилось, появилось новое, которое чему-то научилось и что-то добавило. И в жизни всегда есть эти проблемы, всегда есть позитивные моменты.

Один из экспериментаторов провел эксперимент с мышами, где он поселил несколько мышей на одном или двух квадратных метрах и начал им давать еды достаточно всегда, чтобы им было комфортно, чтобы они ни о чем не думали. И сначала они начали размножаться довольно рьяно, у них все было хорошо, они начали позитивно и припеваючи жить и вроде как вот это сильное ведение комфорта в жизнь, а у них не было потребностей им больше ничего не нужно было, у них было достаточно места, еды, питья всего. И это сначала позволило им эффективно развиваться и размножаться, создать большую популяцию. Но потом началась деградация. Когда отвалилась потребность к чему-то идти, например, самцы же должны что-то делать, что-то добывать, они потеряли в принципе свою роль. Они начали ухаживать за собой, у них появились однополые связи, кто-то начинал становиться отшельником, у самок пропадал интерес к самцам, они уходили в свои части и становились сильно агрессивными. В какой-то момент они начали нападать на детёнышей, то есть там что-то сломалось в голове и там можно было проследить, условно, фрактальное развитие общества, как у них все это менялось, если они находятся в ситуации, когда не сильно нужно развитие, когда более-менее все есть. Есть очень много интересных взаимосвязей. Ролики про это можно найти в интернете и на это лучше смотреть. Но все это привело к тому, что в итоге они вымерли. То есть они жили на определенной площади, которой им хватало, по-моему, даже когда их стало максимально много, у них было достаточно еды и воды, все у них было прекрасно, они могли спокойно существовать, но в итоге, в какой-то момент, они набрали большое количество существ своей популяции, а потом все умерли – начали убивать друг друга, перестали рожать, начали болеть и в итоге не осталось никого совсем. И этот эксперимент проводился не один раз, его повторяли несколько раз, чтобы убедится, что именно так будет развиваться система при этих условиях. И это переход в максимум. Максимально сделали комфортные условия, для того чтобы максимально комфортно было жить этим мышам. В итоге откат был примерно такой по продолжительности

времени, как рост. Сначала рост, потом откат и откат уничтожил в итоге всю систему. А сами мыши менялись на свою противоположность, то есть самки становились самыми опасными врагами для своих детей и самыми агрессивными, а самцы, которые добытчики, становились зациклены на своем виде и на своих запросах, а не группы.

## 34. движение\_точки максимума\_взрыв

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1QcfrFQtvQUIGIFSE0ICJ8iR5breqYLXMX/view?usp=sharing>

Точка максимума и взрыв.

По сути, взрыв, это состояние при очень сильном внедрение в систему, в котором сильное механическое воздействие, сильное внешнее воздействие и максимум сильно задран уровень. И если его очень сильно масштабировать, потом система просто лопнет и вернется на уровень вниз. При чем, это может быть не как возврат на нижний показатель и потом какие-то колебания, это может не вызвать негатив, но может просто разрушить все состояние, разрушить все, что было наработано до этого и перейти в нейтральное состояние, из которого сложно уйти. То есть не уходить в отрицательное, а вернуться в нейтральное положение, в ту точку, от которой все шло, но в которой нет уже никакого предыдущего опыта. И это определенное перегорание, которое страшнее негативного опыта и если мы рассматривали предыдущий вариант, когда мы вносили точку максимума и это было слишком много, то система начинала колебаться, она начинала уходить вниз, потом она возвращалась вверх и дальше продолжала свое движение. Тут вы как будто бы переходите в другое фазовое состояние, состояние точки начала, там нет сильного напряжения, нет состояния напряженности, есть состояние нейтралитета и варианта самого первого. Это история про перегорание, когда человек очень много чем-то занимается и у него может что-то получаться, что-то не получаться, он то радуется, то страдает и у него есть раскачка по эмоциям, есть изменение потенциала, а потенциал все равно дает движение, дает энергию, забирает эту энергию. А когда человек перегорает, когда сильно напрягался и перегорел, он просто входит в апатичное состояние. То есть у него нет ничего, никакого интереса, у него нет расстройства, нет никаких эмоций. И в тот момент, когда нет эмоций, это самая тяжёлая, самая сложная штука, потому что нет потенциала, нет энергии, вообще нет никаких колебаний из которых можно получить видение и тем более успех, ведь нужен потенциал. Нет никакого движения, то есть система в какой-то степени умирает и, если заканчивается движение, уже система не может никуда дойти дальше. То есть человек перегорел, провалился в апатию, и он не сильно страдает, ему просто ничего не хочется, он на все забил и сказал больше не будут этим заниматься, мне больше это не интересно совсем. И у него нет вот этих внутренних сил, для того чтобы пострадать и потом опять начать добиваться какого-то результата.

Если говорить в формате **отношений** и нейтралитета, то это самая страшная штука. Если вы взаимодействуете с человеком, и он проявляет к вам позитивные эмоции, это позитивная обратная связь, тут есть какая-то разность потенциалов, тут есть какой-то интерес и есть что-то хорошее. Из-за этого вас может тянуть к этому человеку, у вас создаются эмоции, связи и создается ваша внутреннее позитивное состояние. Если у человека к вам какой-то негатив, если вы противоположности, если вы воюете, это тоже энергия, это тоже разность потенциалов, это накопленная энергия, которая может к чему-то двигаться, она может усложнять систему, может упрощать систему, но она будет двигаться, ей можно пользоваться. То есть вот эту энергию можно направить на разрушение, можно направить на благо, потом она может перейти во что-то другое. То есть враги становятся друзьями и это другой фазовый переход, но там происходят эти скачки энергии, происходит это движение. И если какой-то человек относится к вам с негативом, это вызывает у вас какую-то агрессию или какую-то печаль. Но какую-то эмоцию, которая более-менее будет подвижной. И тут можно что-то делать, можно с этим как-то работать, потому что есть эта разность, есть, чем управлять, есть энергия, которой можно управлять, а мы управляем вот этими потоками по сути. Если же человек относится к вам с безразличием, если ему вы вообще не интересны, и он не относится к вам ни позитивно, ни негативно, вот это уже большая проблема. Лучше чтобы человек вас не любил, чем он относился к вам с безразличием, это гораздо сложнее поменять если нет какого-то интереса, нет потенциала, с этим очень сложно смириться и работать. То есть когда вокруг вас люди, которые вас не любят или которые вас ненавидят, вам это гораздо проще, чем если вокруг вас люди, которым на вас плевать и вы что-то делаете, а они никак не реагируют, никакой отдачи и это самое тяжелое. Если говорить об отношениях, например, то тут тоже самое плохое, самое тяжелое, что можно сделать другому человеку – это относиться с безразличием. То есть не устраивать скандалы, а просто не обращать внимания и для человека вот это отсутствие внимания, интереса, это самый тяжелый удар. Не если вы на него кричите, а если вы просто на него не обращаете внимания. Это как кошка и собака, где собака бегает за кошкой, но только когда кошка бежит от собаки. Если есть интерес, есть игра, то есть и движение, если нет ничего, если кошка просто сидит, собака попрыгает вокруг и уйдет, потому что нет никакого интереса, нет взаимодействия. И вот в этом нейтральном состоянии очень сложно прийти к чему-то позитивному, как-то выстроить эту систему, устроить взаимодействие и что-то привнести, создать что-то положительное. И вот когда мы сильно растягиваем систему и сильно растягиваем какой-то полюс на максимум, в какой-то момент он может порваться и уравновеситься совсем.

Если мы говорим о **бизнесе**, то это может быть расхолаживание системы. На производстве мы, например, дали сильно большую нагрузку и все сломалось, просто сломались какие-то механизмы. Мы перенагрузили и оно не то, чтобы изнашивалось, оно сломалось совсем. Есть расхолаживание на долгом сроке, то есть было напряжение и его давали все больше и больше и в какой-то момент система тоже не выдержала, она расшаталась, она была на каком-то нестабильном уровне, на нее дают нагрузки и это нагрузка переходит уже в очень сильную. То есть, если возможность сразу взять станок и поставить его на самый максимум, и он просто сломается, а можно делать это постепенно, постепенно систему расхолаживать, то есть сделать так, чтобы она была все более амплитудной, качалась все сильнее, вот эта амплитуда раскачивания была все больше, хаоса появлялось все больше и в

какой-то момент уже достаточно вот этой щепотки хаоса, чтобы уничтожить всю систему, потому что будет перебор и она сломается, взорвется. Как у коллективов, постепенно начинается раскачивание, начинается хаос, и он идет, вроде как, естественно в компании ничего хорошего не происходит, потому что там хаос, она никуда не стремится, но с другой стороны еще и увеличивается вот эта напряженность, увеличиваться амплитуда в какой-то момент небольшая доля дополнительного хаоса просто разрушает систему совсем. И систему можно раскачать чтобы разрушить. Можно ее качнуть один раз очень сильно и сломать совсем, а можно ее постепенно раскачивать, увеличивать амплитуду и в какой-то момент она перейдет через состояние, в котором просто сломается. То есть, есть уровень хаоса, в котором система потом разрушается совсем и приходит к нулю. Если говорить про эмоциональный фон, то перегорание, как мы ощущаем, что все сломалось и пришло к нулю. Если мы говорим о бизнесе, там чуть по-другому устроены эмоции, но, если у вас был постоянный хаос, у вас было сильное напряжение и потом компания просто закрылась, вы понимаете, что уже все, дальше вам делать нечего. В какой-то степени наступает спокойствие, потому что вы понимаете, что дальше прикладывать силы некуда, незачем двигаться, и вы останавливаетесь. В какой-то степени это уже нейтральное состояние, вам становится относительно наплевать на эту ситуацию. И если у вас еще другие варианты, если это часть какой-то другой системы, которая расхолаживает еще что-то, тогда у вас будет эмоциональный фон, он будет просто относительно других вещей. Если сам бизнес, это не какая-то отдельная большая структура, или если у вас есть новый как-то бизнес и вы начинаете переносить эмоции с того на этот и создается вот эта паника, как же так, там все разрушилось, что будет дальше, но это уже какая-то определенная связка.

Ну развал нагрузки можно раскачать чтобы разрушить, можно постепенно расхолаживать, можно нагрузку тоже давать постепенно, можно резко, для того, чтобы уничтожить всю систему. и объем хаоса, вот это потенциал, его нужно контролировать чтобы он не доходил до того момента, где можно добавить случайно чего-то и сломать все.

И есть методика- взмах, хлопок, — это методика из НЛП, когда мы меняем состояние. И мы меняем это довольно резко. Но там есть определённый момент фазового перехода. Вы меняете структуру состояния, вы не меняете само напряжение. Вы переходите из одной точки в другую точку, меняете фазу и у вас меняется эмоциональный фон. Эмоции могли быть сначала негативные, потом вы их переводите в позитивные. И там есть позиция того, что изменение не происходит долго. В этом есть определенное противоречие с тем, что нужно какие-то вещи прочувствовать, прожить и принять, но есть и понятие фазового перехода, который как раз происходит быстро. То есть вы к чему-то готовитесь, вот это вот происходит чуть дольше. Вы что-то меняете, создаете опыт, с чем-то занимаетесь, создаёте инфраструктуру, которая подготавливает к резкому изменению. Резкое изменений это фазовый переход, он всегда более или менее резкий.

И там есть возможность метод, практика - как убрать отношение, как убрать любовь, как убрать страдания по любви. Методика заключается в том, что вы сильно увеличиваете субмодальности. Там многое построено на субмодальностях, а субмодальности – это параметры нашего восприятия. То есть мы слышим громко и

тихо, можем слышать далеко, а можем близко, можем из головы, можем снаружи, можем видеть ярко и тускло, контрастно или нет, в цветном и черно-белом, может быть какая-нибудь рябь, а может быть все четко, картинка может быть далеко близко и там далее. Кинетические какие-то восприятия, обонятельные, дигитальная система, вот это система равновесия. Есть множество факторов, которые влияют на наше восприятие какого-то состояния, события. То есть, допустим, есть какое-то негативное воспоминание, мы о нем вспоминаем и оно у нас черно-белое, черное-белое ассоциируется с негативом, это не обязательно черно-белое, у всех вот эти субмодальности разные, под каждую ситуацию или под каждый тип ситуаций. И зная то, что в позитивных ситуациях, когда вы думаете о них, картинка разноцветная, а в негативных черно-белая, если вы начнете черно-белую картинку переводить в красочную, то состояние, ваше отношение к этому событию, будет меняться. И так можно работать с чем угодно, с любым нашим восприятие. Все наше восприятие основано на этих ощущениях и этих субмодальностях. Меняя субмодальности, вы меняете свое восприятие ситуации, а значит меняете свои эмоции и отношение. Там, естественно, все чуть более сложно, но это довольно простая методика, как поменять свое состояние. Если, допустим, вы видите какую-то картину, образ, ситуацию, которая приносить вам позитив, вы начинаете играть с этими субмодальностями и например, увеличили картинку, поняли, что это не повлияло никак на эмоции, сделали картинку более контрастной, поняли, что эмоции усилились, сделали ее более темной, эмоции упали, значит сделали более светлой – эмоции увеличились. И вот так вы находите субмодальности и в итоге, нашли рычажки, за которые можно дергать, которые можно дергать и которые будут менять ощущения. Допустим, вы нашли все рычаги, которые управляют вашим состоянием влюбленности в человека, и это одна из самых сильных эмоций, одно из самых сильных чувств, которое нельзя просто так создать или уничтожить. Тем не менее, если вы нашли варианты того, как регулировать свою влюбленность, как увеличивать это ощущение, вы можете начать его увеличивать. И если вот эти рычажки вы довели до максимума и состояние влюбленности уже будет чуть ли не разрывать вас на клочья изнутри, в какой-то момент, двинув рычажок еще дальше, это состояние не разорвет вас, а просто схлопнется. То есть вы чувствовали невероятную влюблённость, увеличивали и ее и потом она должна переходить на внеземной уровень, но потом она просто взрывается внутри и от нее не остается ничего совсем, вы больше не чувствуете ничего. То есть, нет провала, нет потом негатива к этому человеку, но для вас этот человек становится просто новым, в котором нет никакого интереса, он абсолютно безразличен для вас как и многие незнакомые. И этой методикой можно убрать эмоцию по отношению к кому-то. Оно работает именно на вот этом взрыве, то есть вы усилили состояние настолько, что потом вы не можете больше выдерживать это состояние. Тоже самое можно делать и с другими состояниями, эмоциями, чувствами. Если вы их переведете на максимальный уровень, то потом они могут взорваться. Но, с этим лучше не играться, ведь если играться, например, со страхом и довести страх до критического значение, в котором он должен взорваться, и вы должны перестать чувствовать страх, у кого-то может и сердце не выдержать. То есть это опасные эксперименты, но оно так работает, и вы можете создать из чего-то нейтральное состояние, чтобы потом построить что-то заново. Но если говорить об этой методике и в принципе уничтожении вот этой части, то тут опасно заниматься такими вещами, потому что, если вы что-то доведете до нейтрального состояния, вам больше не захочется этим заниматься, то есть можно уничтожить все и построить город заново, но, когда вы уничтожаете все, когда

становится нейтральное состояние, вы уже можете не захотеться что-то строить. А если хотите, то построить тоже самое вы точно не сможете, это будет уже абсолютно точно другой город.

Если мы говорим о **здравье**, это просто надрыв здоровья, то есть мы его нагружали так сильно, что в какой-то момент перестали с этим справляться и заболели. Например, занимались спортом, улучшали свое здоровье, у нас все было лучше и лучше и в какой-то момент начали болеть. Или закалялись слишком много, слишком большую дали нагрузку и заболели. Или постепенная нагрузка, как у спортсменов переходит какой-то уровень и начинаются болезни, начинается откат. Но тут может быть уровень отката простого, а есть уровень надрыва и какой-то серьезно поломки. То есть, можно просто нагружать организм, так, что он начнет болеть - вы закалялись и заболели, а можно закаляться слишком сильно, что потом заболеть какой-нибудь болезнью и умереть. Или можно просто повредить органы, что дальше вы вообще не сможете закаляться. То есть сделать перегрузку и взрыв в организме – это довольно простая история.

С точки зрения **развития**. Взрыв на мелком уровне, фрактальный, это история, которую мы уже обсуждали, это переучивание стиха. То есть вы его учите, запоминаете все лучше, и если вы не прекратите его учить в какой-то момент, то произойдет взрыв и все и больше вы не вспомните ничего, вы возвращаетесь в самое начало, когда не помните ни одного слова и главное, что сразу после этого вы не можете его начать учить. То есть вы его забыли полностью, и вы не можете пройти этот путь еще раз, уже все, вы больше не воспринимаете его. Это настолько сильное нейтральное состояние, что больше не получается этим заняться. И нужно какое-то время, потом можно его опять начать учить, но в этот момент — это максимально тяжелое состояние, для того, чтобы запомнить это стихотворение. А это просто переход через точку максимум, то есть взрыв. И перегорание- это тоже самое, это апатия к какому-то занятию. Вы чем-то занимались и потом просто перезанимались, перенервничали и бросили, сказали, все, я больше не буду, не хочу и отказались от этого совсем. Это перегорание, уход в нейтральное состояние, это означает, что была где-то слишком большая нагрузка, которая просто создала этот взрыв и откат в самое нижнее, начальное состояние. И естественно, в каком-то развитии, в увлечении это сделать просто, потому что там энергии много и обычно раскачивание идет сильное, и особенно эта штука сильно проявляется у молодежи, потому что у них амплитуда колебаний, энергетический потенциал очень высокий. И там перегорание может произойти гораздо чаще, потому что они ближе к верхней границе, после которой происходит взрыв.

И **природа**.

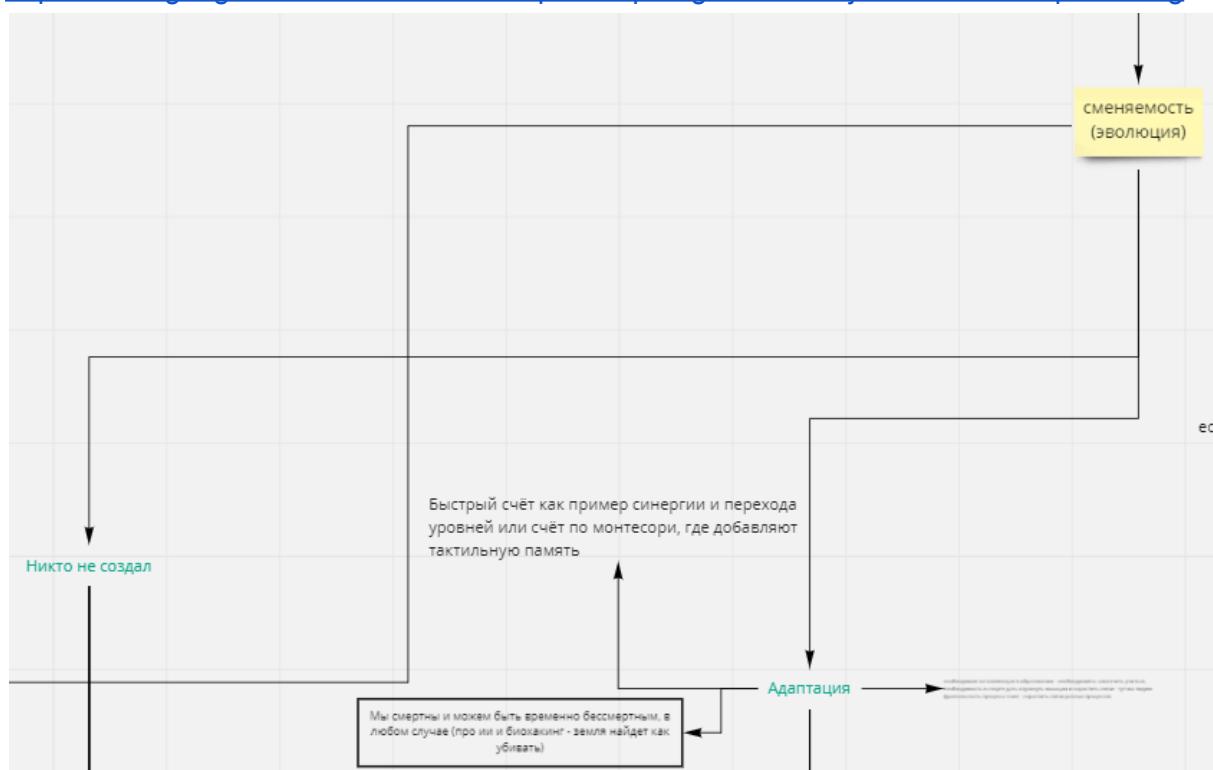
Природу тоже можно довести до состояния, когда произойдет какой- то катаклизм. Или слишком сильно перенапрягать наш мир, выбрасывать слишком много загрязняющих веществ, что в какой-то момент перестал вырабатываться кислород, деревья перестали справляться с уничтожением углекислого газа, и атмосфера изменилась, и большая часть живого вымерла, потому что атмосфера больше нас не защищает от ультрафиолетовых лучей, от метеоритов и так далее. И до этого тоже можно довести, можно тоже привести систему в нейтральное состояние, то есть в начальное, где только это зарождалось, создавалось. И по сути это будет снесение к нулю. И такое

происходит, это такой макроуровень, есть ещё микроуровень, это усиленное потребление воды из какого-то источника и потом этот источник может пересохнуть. Или слишком большое потребление плодов, слишком большая нагрузка на почву, слишком много работы там производится, много пестицидов туда вводят и потом земля умирает. Но есть методики, когда просто берут какую-то почву и столько туда вводят химикатов, и таким образом, что эта почва, земля дает огромное количество продуктов – овощей, фруктов, чего угодно. И поначалу она дает этого максимальное количество, но потом она просто перестает справляться, потом умирает сама почва и там не растет ничего, она переходит в нейтральное состояние. И есть принципы, которыми можно этого достичь и такие вещи запрещаются законом, чтобы люди не уничтожали вот эти места, не уничтожали землю, которая будет потом адаптироваться очень долгое время.

## 35. колебания\_сменяемость

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1n2DZoUlqbCA2xpwlkgPdNXvFrI8jYOmT/view?usp=sharing>



Следующая часть – это **сменяемость**, эволюция, то есть тот же принцип, который мы уже обсуждали о том, что все в принципе движется, что не бывает каких-то вещей, которые стоят на месте, и все меняется в +/-, при этом еще и переходит на разные уровни. То есть постепенно все эти движения меняются. И одинаковых движений быть не может и система не может установиться на каком-то уровне и всегда там оставаться. Это как вопрос вечного двигателя, как сделать так, чтобы вечно

вырабатывалась энергия, но это нельзя сделать, потому что всегда есть сопротивление, противостояние. На что-то тратится эта энергия и можно улучшить КПД, можно его довести до максимума, можно довести до 99%, но всегда будет что-то, что будет эту систему менять, что не оставит ее в таком состоянии навсегда.

И первый уровень, это **адаптация**.

Мы смертны и можем быть временно бессмертны, но в любом случае это будет так и оставаться. То есть сейчас мы умираем и эволюция, система, природа, создана так, чтобы мы сменялись. Мы меняемся внутри, когда мы рождаемся и становимся юношами, девушками, потом мужчинами, женщинами и стареем, это наша одна волна. Другая волна, в которой мы участвуем, это сменяемость поколений. То есть первая наша самая большая, самая главная волна внутри нас самих, это движение от рождения к старости. С другой стороны, есть продолжение нас в наших детях, то есть это новая волна, новый виток. И естественно, природа не хочет, чтобы новый виток был таким же. Тогда он ничему не учится, не меняется никак система, а она должна постоянно обучаться, постоянно меняться. И любое движение, оно нестабильное, любое движение, ну и в принципе понятие движения, это про то, что система изменяется. Значит, постоянно должна происходить адаптация, постоянное улучшение, поиск нового навыка и отмирание старого. И это колебание - новый виток вырос, постарел, умер, новый виток. Наша смертность, смертность человека – это правильная позиция жизни. То есть без смерти жизни не будет. И мы должны каким-то образом умирать, и эта система уравновесится, адаптируется с какой-то точки зрения в любом случае, если мы преодолеем, например, смерть. В какой-то момент мы можем с помощью биохакинга, с помощью создания органов, которые печатаются на принтерах, с помощью нанороботов, как говорил Курцвейл, жить вечно. То есть постоянно у нас будут улучшаться какие-то процессы, и с одной стороны мы можем использовать добавки, витамины и жить дольше. С другой стороны, мы можем менять органы, и тоже жить дольше. Мы можем поменять свое тело на пластмассу и жить в ней, можем увести наше сознание на компьютер и жить таким образом, все это нестабильные системы, так мы никаким образом жить не сможем, потому что нам будет не хватать опыта. То есть мы будем часть информации терять и не сможем так жить, не сможем развиваться. Это будет совсем другая жизнь, другое состояние. То есть история про то, что мы что-то поменяем и поместим себя в другой организм, поменяем органы, она совсем нестабильная, не жизнеспособна на большой срок. Добавки, биохакинговые штуки, могут продлить жизнь и у нас срок жизни он увеличивается. И до сих пор непонятно, что такое старение. Когда человек может умереть от старости. По сути он умирает не от старости, а от износа органов, от конкретных болезней, которые проявляются. Просто мы привыкли считать, что болезнь, которая убивает в очень большой срок, какие-то инсульты, инфаркты, что-то где-то забилось, какие-нибудь бляшки образовались, лопнул тромб – все это как бы от старости. Но на самом деле, как таковой смерти от старости ее нет, есть износ организма. И постепенно мы становимся все больше долгожителями, особенно относительно древних периодов, когда люди не доживали до 30-40 потому что их просто убивали, сжирали и они не особо знали, что такое старость. Мы можем это продлить, изменить систему, мы тем образом можем изменить тренд. И это нормально, мы сможем дольше жить. При этом мы хотим внедряться дальше и менять органы и продлить нашу жизнь еще больше. И это более нестабильная система,

потому что мы убираем одно и ставим непонятно что, не учитывая все остальные параметры. Наши органы, которые в нас – это то, что создала природа и там учтено очень многое, мы, как люди, часто очень ошибаемся. Поэтому это нестабильная система, и она не принесет бессмертие. Есть, например, одна из теорий, что мы разработаем нанороботов, они будут ползать по всему организму и чинить всегда все сразу, как только это ломается. То есть что-то у нас произошло не так, забились бляшки, они их по кровеносным сосудам поехали или поплыли и починили. Где-то что-то произошло не так с сердцем, оно перестало биться, они раз, и начали его раскачивать или начали сами качать кровь, качать кислород. И таким образом мы становимся бессмертными, как бы. Но пока нас не убьют, пока нам кто-нибудь не придет и не отрубит голову. И ситуация, где все люди живут вечно, с какой-то точки зрения это, конечно, прекрасно, что люди не умирают, нет смерти, то чего мы так все боимся, но это нестабильная система, система не захочет таких вещей, она должна развиваться, должны появляться новые поколения. И в конечном итоге система просто найдет вариант, как это вернуть обратно. Если мы сделаем вот этот скачок, это как раз переход к максимуму, если мы сделаем себя бессмертными, система все уравновесит. Там очень много вариантов развития. Появятся болезни, которые не будут успевать лечить нанороботы, произойдет проблема с этими роботами, и они сами всех уничтожат. Произойдет война, массовый психоз точно будет, потому что чем больше бессмертных людей, тем больше напряженность. Скорее всего не все будут бессмертными, а только элита, потом будет нарастать напряженность в обществе и будет становиться больше людей бессмертных и вот все приведет к тому, что у нас уже и не столько ресурсов есть и мы не можем обеспечивать этих людей, которые вечно у власти и у нас нет столько места и известно, что если человека поместить в какое-то пространство более насыщенное людьми, если у него нет личного пространства, его личное пространство постепенно снижается, он к этому привыкает, но при этом напряженность у него на каком-то этапе начинает увеличиваться, то люди начинают понемножку сходить с ума. Те люди, которые будут жить вечно, они естественно будут сходить с ума, там будет очень много всяких психологических болезней, людям будет становиться скучно, непонятно, что делать, им нужно будет придумывать что-то еще. Где-то они будут познавать истину и уходить сами и в какой-то момент может произойти ядерная война или придет новый вирус и уничтожит всех или будет вирус внутри программы и уничтожит таким образом. То есть система может к этому прийти, это вполне себе нормальный исход, нормальный вариант, мы можем стать бессмертными в какой-то степени. Но что-то потом вернет все на круги своя, то есть с одной стороны, мы можем стать бессмертными, с другой стороны – нет. Система адаптируется, придет к этому. И для нее это будет опыт, это будет интересно, если можно так выразиться, но это будет временная история. И планета Земля, система найдет способ как нас убивать для того, чтобы происходило опять адаптация, чтобы происходили изменения. Чтобы не было застоя, и чтобы жизнь эволюционировала. И понятие эволюции – это не понятие просто живой природы, это в принципе понятие системы, она должна меняться, она должна адаптироваться.

Необходимая составляющая **образования** – необходимо закончить учиться, необходимо в спорте дать отдохнуть мышцам и нарастить связи – тут мы видим фрактальность процесса, нарастить связи реальных процессов. Это адаптация про то, что должны быть изменения с одного на другое. Сначала должна быть напряженность потом отдых и так создается адаптация, должна быть сменяемость и так система

чему-то учится, не когда что-то происходит постоянно. Есть адаптация, например, в том числе с точки зрения информации. У нас сейчас есть закон Мура, который уже перестаёт работать, что микросхему становится в 2 раза меньше каждый год или каждые 2 года и получается очень высокий рост. И у нас сейчас происходит перенасыщение информацией, ее становится все больше. Интернет становится все более доступным для большинства людей. Найти что-то бесплатно, получить бесплатную информацию сейчас не составляет труда, можно найти практически все. Сейчас уже какие-то там вещи с образованием, с курсами приходят к тому, вернее, уже пришли к тому, что не особо имеет смысл что-то скрывать и закрывать потому что это все равно найдут где-то в интернете, нужно заниматься тем, как доставлять эту информацию и делать так, чтобы люди это могли усвоить. Потому что большинство того, что нужно, оно уже где-то есть, нужно просто поискать. И сейчас количество информации, количество направлений, путей развития, растет так быстро, что мы не успеваем потреблять эту информацию. И наш мозг не справляется. Но система всегда адаптируется. И вот сейчас, например, начинаются определенные тренды на скорочтение, на запоминание, на быстрый счет, на то, как усваивать информацию, на то, как работать с мышлением. И с одной стороны, у нас получается растёт объем и мы перестаем с эти справляться, с другой стороны, у нас есть изменения с точки зрения обучения, как эту информацию потреблять, чтобы она не так сильно давила. Ну и там может быть очень много всяких вещей, например, работать с тем как отсеивать ненужную и информацию, потом это придет к нам в каком-то виде, потому что сейчас уже не нужной информации и всякой откровенной чуши в интернете очень много и большинство информации именно такой, ее нужно будет фильтровать и находить что-то нужное и тогда уже не обязательно так много ее потреблять. Есть уже тренд на то, что нужно образовываться всегда, учиться всегда, это не должно заканчиваться, это противоречит вот этому описанию, то, что образование должно иметь свой конец, но оно должно переходить другую фазу, должен быть конец фазы, должно быть изменение, рост и адаптация этого процесса. И вот есть, например, вариант того, как изменили процесс обучения школы Монтесори, которые я не очень сильно изучал, но у них есть довольно интересные подходы к обучению, например, они связывают счет и тактильную информацию. И если вы видели какие-нибудь видео о гениальных математиков, которые очень много чего строят у себя в голове, они часто двигают пальцами и руками, когда считают. И для нас это кажется странным, как будто бы они просто ими двигают, не могут контролировать. На самом деле они с помощью этих движений, с помощью тактильной части считают. То есть вот эти движения помогают мозгу отдавать информацию. И они учатся двигать какие-то барабаны, перещелкивать их для того, чтобы на уровне запоминания тела, запомнить счет и быстрее обращаться к этой информации. То есть они складывают одно и другое, добавляют в систему дополнительную информацию. И как мы уже обсуждали, что, если мы добавляем какие-то части, если у нас больше информационный поток, они начинают поддерживать друг друга, стабилизироваться и усиливаться. И тут идет подход считать в уме логически и тактильно-эмоциональный противоположности, которые уравновешиваются и поэтому человек начинает считать гораздо лучше. И он может уже тактильно считать. Есть книга у Ричарда Бендлера о том, как учиться и как учить, это очень сильная книга по обучению, и там у него тоже есть представление барабанов, на которых ты перещелкиваешь цифры, меняешь их субмодальности, они становятся больше, меньше, ты слышишь звуки щелканий и это помогает тебе потом считать. То есть ты считаешь не просто логикой, не просто запоминаешь таблицу

умножения, ты добавляешь новые элементы, противоположные тому, чему ты привык, просто логика, ты добавляешь эмоциональную, ментальную штуку и это сильно развеивает сам потенциал счета. Если говорить про адаптацию и этот процесс, то, когда мы учимся считать, мы проходим разные этапы по этой синусоиде. Сначала мы узнаем цифры, потом, что их можно складывать, вычитать, умножать. Потом мы узнаем и запоминаем таблицу умножения, и мы работаем на логике, мы просто ее запоминаем и пытаемся вспомнить в тот момент, когда нам это нужно. Когда нам нужно посчитать большие числа, мы начинаем их в столбик в голове умножать, делить, что угодно. Но когда человек не считает точно, когда ему не нужно прикинуть цифру с несколькими нулями, после запятой, он это делает иначе. И человек, который быстро считает в голове, он это делает зачастую с помощью картинок, он добавляет к логике, к просчету эмоциональный, интуитивный элемент. То есть, одни из вариантов как например, считаю я как считают многие, после того, как ты научился считать, тебе дают сложить, умножить две цифры, и ты представляешь себе разбег, в котором эти цифры могут умножаться и складываться и представляешь себе полосу, которая не заполнена от 0 до 100, допустим, ответ где-то там. И просто видишь, как заполняется эта полоса и ты видишь на каком уровне остановилась вот это пространство и прикидываешь, что это за цифра там, где эта полоса остановилась и это выдаёт подсознание, оно быстро все это считает, оно и так знает ответ. И вот таким образом, просто смотря на картинки, можно быстро считать и получать ответы от подсознания и зачастую довольно точные. Если сидеть и думать, какая цифра какая и сидеть высчитывать, то в разговоре, когда вы обсуждаете бизнес и пытаешься прикинуть какие-то цифры, либо вы должны идеально считать, а если вы идеально считаете, вы используете вот такие ментальные фокусы какие либо, либо у вас просто не получится считать и вам придется отвлекаться, задумываться и сидеть считать по 5 минут высчитывать каждую цифру из-за этого весь разговор будет ломаться. А считать нужно периодически, довольно часто в жизни что-то прикидывать. Тут есть вот этот фазовый переход, сначала вы занимались логикой, потом -ментальными вещами. И зачастую люди считают и прикидывают каким-то подобным образом, они видят цифру у себя в голове сразу и видят вот это вот расстояние, которое заполняется или не заполняется, или слышат что-то. То есть чаще всего, люди считают, когда научились считать именно так, каким-то интуитивным образом, а не с помощью логики, как их учили. И это гораздо эффективнее. Часто человек не знает даже, что он использует именно такой метод, на этом основано НЛП, но изучает тех, кто делает что-то эффективно и потом пытается развернуть, промоделировать, как он конкретно это делает, потому что человек, на мастерском уровне что-то делает, он не осознает, что он делает, как конкретно он делает. Ему нужно в это погрузиться и пройти это каждый шаг, это довольно сложный процесс. Поэтому многие из вас, кто хорошо считает, считает каким-то подобным образом, нужно просто заострить на этом внимание и подумать, а как я это делаю. И это система адаптации. Это не система, которую можно перепрыгнуть, вам нужно научиться считать, понять логику, как складываются, вычитаются цифры, как это делается перед тем, как переходить к ментальной части, к следующему витку. И это адаптация системы. Сначала вы делали так, потом вы начали делать так, потом система может адаптироваться еще как-то. И вот эти подходы к счету, подходы к ментальным практикам, того, как легче потреблять информацию, структурировать и с ней работать, это сейчас приходит к нам, это становится трендом, потому что в этом есть необходимость. Через какое-то время без этого будет довольно сложно и через определенное время сейчас намкажутся

некоторые ментальные фокусы фокусами и иногда какой-то чушью, иногда мы в это не верим, иногда просто не хотим даже слушать, через какое-то время это станет нормой. Потому что это будет необходимо. Система адаптируется, человек разгрузить мозг, он будет больше погружаться в подсознание для того чтобы прорабатывать сознательные вещи. И потом будет дальнейшая адаптация. Но в любом случае система плавает, она ушла в логику, потом ушла в интуицию, в логику и сознание, потом в подсознание и интуицию. Должны происходить вот эти смены. И в природе это норма, у нас это иногда вызывает какое-то отторжение, как, например, к смерти. Но если вы представите себе, что будете жить не 100 лет, а 5000 лет, то я думаю, большинство, если погрузится в эту информацию и попробует прикинуть, что он будет делать, он ужаснется. Потому что это довольно сложно находить постоянно какой-то интерес, сохранять человечность и наслаждаться жизнью вот такое количество времени. Поэтому, я думаю, вряд ли в реальности этого бы кто-то хотел.

И что касается блока адаптации, **бизнеса, отрасли** не закрываются, они эволюционируют, производя изменения на рынке автоматизации. Мы считаем, что придут роботы и все загребут себе и больше люди ничего не будет делать и все придет либо к разрухе, либо к равновесию. Есть противоположные естественно мнения – кто-то думает, что роботы будут делать все и людям не придется работать, они будут и так получать деньги, будут шикарно жить и все будут рисовать, петь песни, заниматься творческими делами. А всей работой будут заниматься роботы, а мир придет к счастливому равновесию. Но так не будет, потому что люди просто не могут заниматься все творчеством, кому-то это будет не нужно, кому-то будет нужен труд, физические вещи и определенные процессы, которые у них эти роботы забирают, и они должны будут управлять этими роботами. Есть другая позиция, то, что люди станут не нужны, их выкинут, им будут нечего есть, они не смогут зарабатывать и это будет проблема общества и это тоже не совсем так, потому что отрасли, люди и система адаптируются и эволюционируют. Если когда-то было направление машинисток, были очень популярны машинистки, которые набирали тексты, сообщения, то теперь эта профессия ушла. Появились компьютеры, можно сканировать документы, можно их свободно пересыпать и эти люди не остались без работы, они просто перешли на другие позиции, другие уровни. И сейчас от того, что этой вакансии нет на рынке, но это уже редкий случай. Оттого, что этого нет, рынок не пострадал, ничего плохого не произошло, он просто эволюционировал, поменялся. И если вам кажется, что какая-то отрасль закрылась, развалилась, скорее всего она просто перешла в другой вид, она поменяла свою систему.

### **Отношения.**

Если мы ощущаем какие-то изменения, если что-то происходит, мы привыкаем ко всему. И тут есть позитивная и негативная сторона, есть полюсность. Если всегда происходит одно и то же, мы начинаем к этому привыкать, нам становится не интересно, нам нужны эмоции, нужна раскачка, иначе все это будет постепенно умирать. С другой стороны, если нас поместить в какое-то негативное состояние, если мы будем жить в каком-то месте, где нам некомфортно, мы к этому привыкнем и в какой-то момент это станет комфортным, все это зависит от того с чем мы сравниваем, как мы к этому относимся. Например, мы в детстве жили вчетвером в одной комнате и мне было комфортно, потому что я не ощущал, как это по-другому, я не знал, как

может быть иначе, когда у тебя есть свое пространство. И для меня это была норма, я не понимал, почему остальным это не нравится, почему хотят увеличить площадь, почему этого недостаточно. Для меня это было нормально, потому что нет сравнения, я просто к этому привык. Потом привыкаешь к большей площади, и ты уже не можешь вернуться обратно, тебе уже будет сложно, ты уже будешь сравнивать. И есть вот этот фактор и позитивный, и негативный, потому что мы ко всему привыкаем. И если у нас даже будет что-то не так происходить на земле, если мы будем чем-то постепенно травиться, что мы сейчас очень успешно делаем, постепенно мы все равно будем к этому привыкать, адаптироваться и вид как-то будет просто меняться.

### Здоровье.

Всегда есть какая-то адаптация, есть те, кто выживут и адаптируются к чему-то любой ситуации. У нас было много всяких трагедий, происшествий с атомными электростанциями. Где-то что-то произошло на местном уровне, где-то электростанция совсем взорвалась и была катастрофа, Чернобыльская АС. И даже там люди, которые попадали под излучение, которые получали лучевую болезнь, в тех местах, где они вообще никак не могли выжить, с точки зрения науки — это невозможно, они выживали. И вполне себе спокойно жили дальше. Ну то есть кто-то боролся с болезнью, кого-то она очень сильно побила, но он не умер и это тоже удивительно, он дальше продолжил жить, а кто-то даже особо не почувствовал на себе это, он как-то адаптировался к этому излучению и продолжил жить нормально, то есть системе будет нужно, она даже такие вещи может перебороть, изменить. Но скорее всего, там если произойдет много атомных ядерных взрывов, если нас всех не расщепит на атомы, то останутся люди, которые выживут и будут продолжать род. Это будет все с нуля, это будет провал человечества, но, тем не менее, система адаптируется, скорее всего. И если говорить дальше о развитии между поколениями, меняется привязанность, тренды, мышление и мы все считаем, что-то чем занимаются следующие поколения, то, как они думают — это неправильно. При этом, эти вещи просто меняются, адаптируются и мы до них можем не успевать, не понимать, как это все взаимосвязано в реальной системе. Почему это так происходит. Например, у подростков сейчас есть понятие клиповое мышление, когда они не могут сосредоточится долго на каком-то предмете. Они предпочитают более быстрый контент, предпочитают меньше читать и быстрее получать информацию и это определенный переходный момент, потому что количество информации увеличивается. Если у тебя не будет клипового мышления, если ты не сможешь на него переключаться и его использовать, тогда ты не можешь вообще блуждать в этой информации. То есть у тебя моление такое, что ты взял что-то и начал копать, изучать до самой последней косточки, тогда ты большинство того что происходит в мире, что там есть, вообще не узнаешь, потому что все время потратишь туда. А когда у тебя каждый день что-то меняется, что-то происходит и вносится что-то новое в систему, тебе нужно постоянно это изучать, мониторить и это определенная адаптация мозга к тому, чтобы эту информацию потом научиться потреблять и научиться обрабатывать. С нашей сточки зрения — это негативная штука, потому что человек не вовлекается в процесс, он не понимает основ и не понимание основ — это большая проблема. Но само это ответвление, может быть в том числе вот для этого, чтобы научиться также мониторить эту информацию, не только копаться в основах, потом еще придется в основу погружаться, но сейчас они учатся вот этому.

Меняются приоритеты у людей, обществ, стран и это естественно, потому что меняется система. Не может быть одной и той же цели у всех людей, у страны сейчас и через сто лет — это будет другая система, тут будут другие цели и приоритеты. Нельзя сказать, что то, что мы думаем сейчас- правильно и то, что мы думаем сейчас самым важным и будет правильным и через 100 или 200 лет. Через 100 лет уже мир будет таким, что мы его скорее всего не узнаем, он настолько быстро развивается, что мы даже предположить не можем, что там будет. Поэтому, приоритеты там изменятся, конечно. И это адаптация системы, изменение, постепенное колебание.

Быстрый контент, создает мотивацию думать, потреблять быстро, но можешь не успеть. А если медленно – можешь уйти в другие мысли. Это то, что мы сейчас уже обсудили – как адаптируются мышление и клиповость мышления. Но важно, чтобы не было взрыва, чтобы человек не перешел в совсем клиповое мышление и не перестал вообще уметь думать или чтобы он не ушел полностью не погрузился в состояние, где он докапывается до каждой мелочи и не может потреблять информацию.

И адаптация **природы**.

Есть истории про то, что грибы, споры, плесень оказались на космическом корабле и в какой-то момент они поняли, что им нечего есть. Они улетели в космос, там нет еды, там нечего есть, нельзя никак выжить. И в какой-то момент люди обнаружили, что эта плесень распространяется и она ест металл, то есть питается металлом, а это противоречит самому нашему понятию о природе. Нельзя есть металл, нет существ, которые питаются металлом, тем не менее, они есть, вот они появились, когда это было необходимо. И в итоге этот спутник решили затопить и так и не узнали, что там произошло. Или у нас есть эксперимент с какими-то нанороботами, которые начали есть нефть, потом нефть прекратилась, и они начали потреблять все остальное. Это были, я не помню, что, то ли нанороботы, то ли внедрение в организмы и создание бактерий и их изменение. Но они тоже адаптировались, когда все съели и пошло все в другую сторону. Ну это не технические чисто вещи, это было что-то с живым организмом. То, что мы уже обсуждали, рождение без пары, то есть создание из существа, которое уже более-менее взрослое гермафродитной особи, что было невозможно, по нашему мнению. Мы считали, что сделать нельзя и вот таких животных не бывает, тем не менее, когда понадобилось, когда не оказалось самцов, самки стали гермафродитами, это, по-моему, про акул или про дельфинов, что-то такое. История теста закрытой жизни. Американские ученыe сделали стенд, в который отправили добровольцем они их закупорили, закрыли от внешнего мира и хотели узнать, смогут ли те выжить. При каком-то определенном техническом оснащении, естественно у них там были семена, которые можно сажать, выращивать, потом есть, у них были запасы еды и все это было для того, чтобы изучить, сможет ли человек, например, переместиться на другую планету и там жить. И с какими трудностями он столкнется хотя бы в опытном виде. Понятно они бы не поняли по стенду на земле, что будет происходить там, но хотя в первом приближении понять, что будет. И вот, у этих ребят все пошло не так, все начало разрушаться, ломаться, я уже не помню из-за чего, в основном там были проблемы, по-моему, что-то связанное с металлом или бетоном. У них было много всяких психологических проблем из-за этой закрытости и сильного изменения жизни, но самое интересное для меня, там был факт, что у них умерли пчелы, которые опыляли цветы и растения, чтобы те давали плоды. И это должно

было означать с нашей точки зрения, в природе смерть всего остального. То есть пчелы умерли, плодов нет, больше ничего не растет, семена не появляются, вся эта система начинает умирать. И естественно, в начале так и произошло, вымерли пчелы, это потянуло за собой проблемы вот в этом сельском хозяйстве. Но сразу после этого у них появилось много тараканов и в какой-то момент тараканы начали опылять цветы и растения. И они для этого не предназначены, у них это не заложено в голове, таракан не может подумать о том, что кто-то не опылил цветок и я пойду его опылю. Но есть какая-то информационная история, которая удерживает это равновесие, и она обладает такими способностями к этой адаптации и равновесию, что каким-то образом смогла внедрить информацию тараканам о том, что те должны производить такие вещи. Куда-то ходить, разносить эту пыльцу и у них наверняка была какая-то своя причина — это делать, наверняка они не просто ходили и опыляли растения, а они что-то ели, наши какие-то вещества в растениях, что они могут есть и это поводило им в том числе параллельно заниматься вот эти опылением. И это к вопросу о том, как работает система, как она адаптируется, удерживает равновесие и как в принципе управляет всеми. И вот наше развитие, о чем мы уже говорили, возможно наша система того, что мы развиваем технику, искусственный интеллект и хотим создать новый вид, это возможно один из витков эволюции, к которому нас двигает природа, а не мы сами до чего-то догадываемся. И природа это вот с точки зрения системы в принципе.

Следующая часть это **никто ничего не создал**. Это про сменяемость, про адаптацию и возврат.

## Бизнес

Можно посмотреть любого правителя. Есть огромное количество серьезных больших личностей на уровне государств, воинов, которые меняли весь мир и в итоге все это откатывалось обратно, все это все равно менялось и все это приходило к другой системе. То есть нельзя взять и навязать какие-то свои правила, которые будут оставаться всегда, система будет адаптироваться, откатываться и ничего привнести такого на максимальный какой-то или бесконечный срок, нельзя, оно все равно все вернется обратно. И тут есть очень классное шоу, Френки-шоу, которое записывал Вадим Демчог и он делал эту передачу Серебряном дожде, вернее рассказывал ее, делали ее много людей. Они там разбирали личности и там очень хорошо описывается вот эта позиция полюсности, что у человека, который кажется на картинке остальным людям супер счастливым и успешным, на самом деле у них есть большие и глубокие проблемы, насколько у всех этих людей, которые создают что-то очень яркое есть большая разность потенциалов и вот это вот энергетика между негативным и позитивным, ну, какие-то внутренние трагедии или внешние трагедии. И есть еще хорошее описание того, как люди, правители положили всю свою жизнь, на то, чтобы что-то изменить, чтобы что-то создать, какую-то новую систему, а эта система успевала разрушиться либо во время того, как они жили либо после, она постепенно просто стиралась и если мы посмотрим сейчас на все то, что они сделали, там уже ничего такого не осталось. Все то, что они пытались привнести, этого давно уже нет. И так будет с любой системой. И вот эти люди не только привносили что-то много и были какими-то правителями и не только положили жизнь на вот этот путь, они действительно кардинально меняли систему в свое время, но все это адаптировалось

и вернулось обратно, то есть никто ничего не создал. Есть позиция того, что никто ничего не может создать, потому что все уже есть и это просто ходит по кругу и если вы к чему-то стремитесь, то вас еще система к этому подвела, но еще и никто ничего не изменил в итоге, все откатывается обратно, приходит к тому, что делали вы и так далее. То есть, есть сменяемость, есть адаптация, это тоже ни плохо, ни хорошо, это жизнь, это такое дыхание системы, такая эволюция, сменяемость.

### Отношения

Отношения всегда одинаковые и никто ничего не привнес, в том числе и в человечество. Ну отношения никогда не меняются, но они никогда и не остаются одинаковыми. То есть, есть общая структура того, как они движутся, того, как мы думаем, но не произошли какие-то глобальные изменения в плане, что все люди стали добрыми, что все стали злыми. Постоянно есть какая-то структура, которая постепенно меняется, постепенно меняются проценты, форматы отношений, но нет такого, что кто-то что-то сделал и все люди начали жить счастливо., у всех стабильные браки. У нас до сих пор каждый второй брак рушится, это огромная проблема у половины человечества. Есть проблема того. Что они не могут создать подобную жесткую систему и скорее всего мы к этому не приедем никогда, потому что система меняется и вносит свои корректировки.

### Здоровье

Здоровье ухудшается, потом улучшается и это просто корректировка, это изменение состояния. Оно плавает туда-сюда, и никто тоже его сильно не изменил. Мы начали дальше жить, но у нас появились другие проблемы, у нас появились те болезни, которых не было, у нас появились психологические болезни, которые не так были развиты, все меняется, адаптируется и все остается все равно на таком усредненном уровне, но есть какой-то тренд. В данном случае есть тренд на увеличение срока жизни, но есть и корректировки к этому. Если говорить о жизни человека, есть еще свойство такое, что когда человек болеет у него начинаются галлюцинации, он не может соображать, двигаться и в какой-то момент перед смертью у него есть фазовый переход, у него есть сильная такая вибрация, создается сильное напряжение, энергия, потенциал и на короткий период человек начинает чувствовать себя нормально, он приходит в создание, даже может что-то сказать, это не всегда происходит, но эффект такой есть, что человек очень сильно оживает перед тем, как умереть. Но в фазовых состояниях это нормально, в переходе через фазу всегда есть увеличение колебаний, амплитуды, это мы дальше еще обсудим. Но это тоже изменение - сильное напряжение было в виде дееспособности и потом все вернулось обратно.

### Развитие.

Нет ничего, что повлияло, все те же проблемы, только дорогой уровень. Это про то, что систему не поменяли, проблемы примерно остаются одни и те же на протяжении всей жизни. Но есть там, отменили рабство, его поменяли в другую форму, в другом виде люди занимаются тем же самым. Остались такие же проблемы - те, кто управляет, те, кем управляют, разбивка - богатые и бедные, все так же люди страдают от проблем в отношениях, люди не могут найти свой путь в жизни и так далее. То есть все это

более-менее стабильно остаётся. Просто разный уровень и разная форма, разное видение этих вещей.

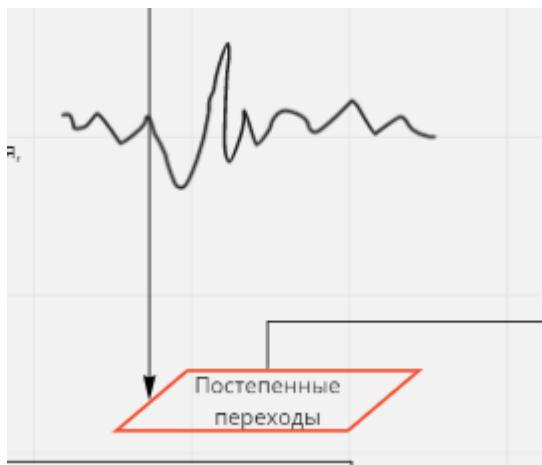
Природа меняется, она и раньше менялась, все равно все сожрет, даже пластик, ничего глобального хорошего. Это про то, что природа тоже ко всему адаптируется и как мы говорили мы говорили о том, что там есть плесень, которая начала есть металл, а сейчас мы считаем, что мы выбрасываем пластик и он там миллионы лет будет разлагаться, скорее всего что-то потом появится, что будет его разлагать – сами мы научимся или какие-то животные, все равно система адаптируется, все равно это глобально ничего не изменит, это не говорит о том, что нужно теперь пластик выкидывать, не нужно смешать эту позицию, но система, если даже мы будем сильно в чем-то неправы, она все равно адаптируется, все равно уберет все эти элементы. То есть если человечества не станет через какое-то время природа вернется к тому состоянию, в котором она была раньше и от нас не останется вообще и следа мы даже не узнаем то, что мы существовали, если вдруг разгорится ядерная война, люди потеряют все библиотеки перестанут передавать информацию и потом мы не сможем найти доказательств того, что мы существовали раньше. Потому что железо разложится, кости разложатся, все разложится. Просто должно пройти определение времени.

И откат. Всегда есть откат к какому-то первоначальному значению и уменьшение какого-то уровня. Это стандарт при получении навыка, то есть мы чему-то научились, мы чему-то разучились. У нас один раз получилось хорошо, второй раз – плохо. Сначала мы напрягаемся, потом мы отдыхаем, сначала мы напрягаемся и можем что-то делать потом у нас сил не остается, то есть всегда есть возврат обратно, откат и озарение тоже происходит с откатом, мы это уже обсуждали, то, что есть откат от сильного напряжения и в этот момент и приходит мысль, приходит идея, подсознание выдает нам информацию.

## 36. понятие фазового перехода

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1fudwvjpLplmnknzBVYxf-0OEMbk08YCz/view?usp=sharing>



И последняя часть – это **колебания и переходы развития, то есть про** фазовые состояния. Фазовый переход, это переход из одного состояния в другое, состояние изменения смысла, изменения структуры. Эта структура может быть похожа на предыдущую, может быть около фрактальная система или это может быть совсем новый виток. Система с нашей точки зрения сильно меняется, она становится совсем другой, тем не менее, какие-то основные вещи в ней остаются такими же, так что можно сказать что это тот же фрактал. По сути мы набираем какой-то опыт, критическую массу, доходим до определенного уровня развития и потом в какой-то момент, можем переместиться наверх, уже на другой уровень, начинаем жить в новой системе и колебания продолжаются в новой парадигме. Мы не можем переместиться на следующий этап скачком, все происходит постепенно, мы должны накопить достаточное количество навыков и знаний для того чтобы перескочить на это уровень. Состояние, в котором мы находимся перед скачком – это довольно волнительное состояние, там могут быть какие-то определенные проблемы, так как система как-бы сопротивляется переходу или дает последние проверки, но если продолжать дальше движение, то это может перевести на другой этап. Например, у меня есть алгоритм того, как происходят решения, как я к чему-то прихожу, когда ставлю себе большие цели. Зачастую я придумываю 3-5 путей, как мне добраться до какой-то точки, потому что если придумывать меньше, то вероятность до нее добраться довольно низкая. Планы имеют свойства рушится, и поэтому, чтобы быть застрахованный, я придумываю несколько путей. Зачастую большая часть путей ломается, ничего там не получается и в какой-то момент я понимаю, что у меня, все что я продумал, разваливается. Я не могу идти дальше, у меня нет другого плана. Я начинаю о чем-то думать, начинаю частично смиряться с тем, что то, что я задумал не выполнилось и это как раз отходит опять к понятию истины, центра, что есть успокоение, мы разбирали как это работает ранее, и там уже появляется новый элемент системы, равновесный. И в этот момент происходят события, которые позволяют мне за них зацепиться и решить тот вопрос, который я не мог решить до этого. Этих событий, за которые я могу зацепиться до этого не было, они возникают именно в этот момент или складываются из каких-то кубиков, формируются таким образом, что за них можно ухватиться. Но к этому моменту я подготовлен, я уже много чего сделал, много чего продумал, у меня уже есть опыт, я уже к этому переходу готов. Это не просто везение, которое возникло и все, это большой труд, много дел, для того, чтобы потом появилось вот эта часть, за которую можно зацепиться. И тут вопрос, успеешь ты зацепиться,

достаточно у тебя опыта, чтобы зацепится, хотя возможность напрямую никак не связана с тем, что ты делал до этого. Тут можно было бы сказать что все мои планы и действия не имеют значения, если я все равно цепляюсь за случайные обстоятельства, и мои слова о том что чтобы произошел переход и нужно сделать многое противоречат моей же истории, но нет. Если перед вами появляется какая-то возможность, ее во первых нужно увидеть, а без сосредоточения на решении вопроса и каких-то действий вы ее просто не увидите (большая часть успешных людей обладают возможностью именно видеть то что есть вокруг и всех остальных), во вторых, без опыта вы не сможете ухватиться на эту возможность и в третьих, у вас не будет ресурсов внешних, которые вам будут необходимы, чтобы этой случайностью воспользоваться. Поэтому накопление опыта необходимо для перехода на какой-то уровень.

И такие вещи происходят постоянно. Люди зачастую теряются и перестают что-то делать ровно перед тем моментом, когда они уже должны были добиться результата. То есть чем мы ближе к фазовому переходу, тем сильнее напряжение, амплитуда и оно начинает раскачиваться, сильно выбиривать, амплитуда и частота увеличиваются, и очень сложно в этот момент удержаться, но потом происходит переход, устаканивание и переход в новое равновесие на какой-то маленький период, когда мы переходим в другой мир для нас. Потом начинается все заново. Опять идет развитие, изменения, все эти качания, но только уже на другом уровне. И фазовый переход, если метафорично, это как изменения из воды в лед. Воде нужно остить и дойти до 0 градусов с какой-то определенной температуры. То есть должно многое измениться для того, чтобы она дошла до нуля. При этом там еще есть вопросы давления и всего остального, что тоже должно быть уравновешено в системе, и в какой-то момент вода просто начинает замерзать. Происходит дополнительное действие, и она начинает становиться льдом. И вот это переход, происходит в 0 градусов, то есть в очень узкой точке, как и это истинное положение, точка. Фазовый переход это довольно мелкая и узкая часть. И фазовый переход, например, у той же воды может быть разный. Может быть переход от льда к воде, от воды к пару и все это очень узкие вещи при определенном накоплении информации, опыта ну, или в данном случае, температуры и остальных параметров. Может происходить все это довольно быстро, это может происходить и обратно, и вперед. Но свойства после фазового перехода меняются совсем, это все еще остается та же система, это все еще вода, но она в разных состояниях, это разная фаза. У нее разные свойства, они живет совсем другой жизнью, у нее другие цели, планы и так далее. Это как фазовый переход от стартапа к большой корпорации, это совершенно другая структура. Она по-другому существует, другие правила и цели. И перейти с одной точки на другую нельзя, нельзя изо льда сразу получить пар. Вот этот переход через воду все равно произойдет. И он все равно должен быть. И в нашем случае, если мы пытаемся перепрыгнуть с одной фазу на другую, мы недополучим опыта. У нас эта новая фаза будет нестабильная и мы не сможем на ней удержаться, это будет провал обратно, либо развал системы совсем. И в тот момент, когда мы, например, делаем максимальное количество усилий, переходим точку максимума и взрыв, это тоже переход в новое состояние, в самое начало. Если мы перегружаем систему, точка максимума может быть этой перегрузкой и что-то начинает ломаться, это может быть переход в предыдущее фазовое состояние. Мы подготавливаем систему, мы ее либо раскачиваем и теряем наш опыт и стабильность и проваливаемся вниз, на данном этапе, либо переходим на верх. Это

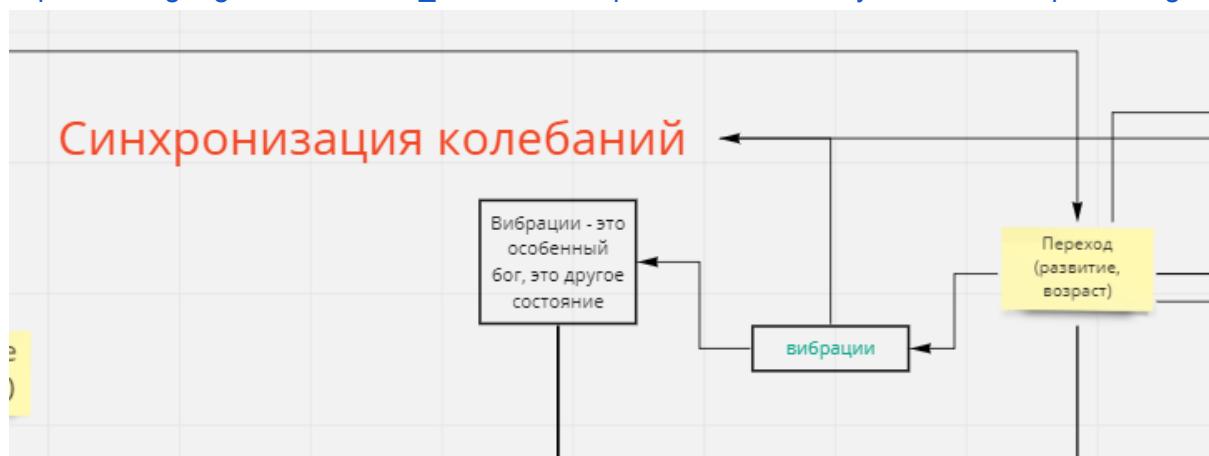
как движение по спирали, когда мы перемещаемся либо вверх, на ту же самую систему, либо вниз. И фазовый переход, меняет структуру колебаний, примерно, как на изображении выше. У нас сначала что-то идет, сначала должен быть тренд вверх, если у нас фазовый переход вверх, на другую новую ступень, либо вниз, если он в идет определенную деградацию, с нашей точки зрения. Сначала мы идем просто по тренду вверх, колебания незначительно меняются, но прямо перед переходом, амплитуда будет возрастать и систему будет расшатывать, а если амплитуда увеличивается, то когда идет колебание вниз, для нас это будет значить провал в каких-то направлениях и начинает казаться что все было напрасно и дальше поражение в нашем движении, но это лишь временное явление, на котором мы должны сбраться чтобы его преодолеть и в какой-то степени успокоиться, смириться. Но до этого должно пройти огромное количество времени, опыта, действий и получено навыков. Тут должно все это соединиться, чтобы оно перешло. Просто так не начнется резонансная амплитуда и переход на другую фазу. Мы можем попробовать, но у нас, скорее всего, не получится. И из-за вот этих вещей у нас появляется ощущение, что, когда мы практически дошли до нового уровня, все рушится, все ломается, появляются дополнительные проблемы и вот тут, кто не сдается, тот, кто идет дальше, он переходит на эту новую фазу, на новый уровень. Фазовый переход — это достижение результата и он завершается всплеском, поэтому есть волны перед достижением, то есть чтобы перейти на новый уровень вверх, системе нужно получить энергию от которой она оттолкнется, а энергия есть в противоположностях, именно поэтому система начинает отклоняться назад и ее начинает расшатывать, чтобы собрать необходимое количество энергии, а для нас это выглядит как непреодолимые препятствия и провал, после чего мы прекращаем двигаться зачастую. И это тоже нужно пройти. Даже на примере мышц, мы должны при упражнениях давать чуть больше нагрузки, чем как будто мы можем выдержать, но дальше ее не давать. В следующий раз нам уже будет проще, то есть мы перешли через себя, перешли через волнения, и здесь мы думаем, что больше мы сделать ничего не можем, мы выскакиваем и потом система меняется на другую фазу. И вот здесь, на новой фазе не нужно уже пахать, нужно здесь успокоиться, здесь приходит равновесие перед тем, как начнется новая фаза и начинается новая игра. А сразу браться там за дело со всеми силами бесполезно, так как это новая фаза и вы пока еще не знаете как тут действовать, не понятны правила игры и цели, сначала надо изучить куда вы попали. И все происходит по синусоиде, но увеличиваются качания, увеличивается частота. Постепенное движение, иначе — откат. То есть если мы не переходим сюда, мы начинаем проваливаться вниз. Если вот здесь мы не прошли дальше, нас начинает раскачивать нас может опрокинуть на нижний уровень. В отношении движения вперед, работает тот же принцип фазового перехода — не нужно пытаться менять людей, уйти от смерти, потому что это развитие, это переходы на другие уровни, это другие фазы и сейчас уже молодежь диктует текущим взрослым что делать, как жить, к чему стремится, какие есть принципы в жизни и что нужно делать. То есть это переход уже произошел, мы их учили и нас учили родители, теперь дети больше учат родителей и это новая фаза, новое изменение. Стабильность, ни к чему не приведет, если мы найдем лекарство от смерти, то это негативно на нас отразится, потому что в итоге все это раскачается и провалится. Но сейчас для нас главное вот эта фаза, как нам перейти от предыдущего состояния к следующему.

Когда мы рассматривали бизнес, мы говорили о том, что есть кривая, где есть пиковые значения и потом будет падение вниз. И чтобы перейти дальше, мы должны ввести новые продукты, открыть новую компанию и вот это и есть фазовый переход. Мы говорили о том, что чтобы это фазовый переход произошел, чтобы мы создали этот новый продукт, чтобы мы изменили компанию, нам нужно начинать где-то в том месте, когда система начинает активно развиваться, когда еще нет замедления развития, то есть мы должны подготовиться, накопить опыт и должны создать условия, для того чтобы этот фазовый переход произошел. Что касается бизнеса, то подготовить производство, цели продукта, позиционирование, обучить людей, подготовить сбыт и всю необходимую инфраструктуру, а уже потом начать выводить продукт на рынок. Так же, если мы чего-то не учли, если у нас начинают разваливаться параметры, в какой-то момент у нас могут начаться волнения, и мы провалимся на предыдущий этап и с точки зрения психологии — это тяжело. Если любой процесс переходит на предыдущий этап и там стабилизируется, обратно вернуться не получится, там опять нужно пройти весь этот процесс, процесс этого фазового перехода, а не просто скакнуть куда-то на предыдущий этап. Ну или это займет большее количество сил и это будет сложно. Как минимум нужно понять все вещи, которые шли не так и все исправить для того чтобы обратно вернуться. То есть кажется что вы прошли небольшую точку и скатились вниз за счет этого, а если точка небольшая, то одного шажочка будет достаточно, чтобы вернуться в предыдущее состояние, но нет, это уже другой мир и там нужно начинать заново. Просто представьте что в отношениях люди расстались, развелись, это может быть сиюминутное желание и действие, которое люди совершили за один день, но вернуться все обратно будет уже невозможно за один, придется опять отстраивать систему, чтобы прийти хотя бы к предыдущему состоянию.

## 37. переход\_вибрации

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1I\\_NcaXS6U8eopkavnm6txF-AnD3y3Fa3/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1I_NcaXS6U8eopkavnm6txF-AnD3y3Fa3/view?usp=sharing)



Отдельно хочется выделить среди всех вот этих систем, среди всех колебаний и частотностей – вибрации. **Вибрации** – это особенное состояние, все колеблется, все в движении и в движении не только процессы, в движении живые существа. В принципе, все что окружает нас, и все, из чего мы состоим – это все вибрации. Наш организм состоит из клеток, бактерий, которые все время в движении, у которых свои циклы, свои изменения и свои вибрации внутри. Если погрузиться дальше в нас, то у нас есть клетки, которые состоят из атомов и атомы движутся, создается вибрация веществ, вибрация самих атомов и, например, та же температура тела, температура какого-то вещества в том числе измеряется вибрациями, то есть колебаниями, частотностью, амплитудностью. И если мы говорим о мягкости или твердости какого-то вещества, на это тоже влияют вибрации, то есть само понятие вот этих циклов, изменений, движения, оно содержит не только в уровне процесса, не только к какому-то эфемерному понятию, это еще и природная часть, материальная составляющая. Если говорить об особенных состояниях, о этих истинных состояниях, то они тоже сопровождаются вибрацией. Когда вы погружаетесь в транс, вы можете начать ощущать вибрации в теле, ваше тело как будто бы звенит изнутри и это очень небольшая амплитуда и очень высокая частота. И тело начинает входить в резонанс, то есть начинается такая ментальная вибрация разных клеток и потом они начинают сходиться воедино и синхронизируются в своих колебаниях и все ваше тело начинает вибрировать. И амплитуда увеличивается. После этого человек выходит в состояние сильного транса, который находится на уровне нирваны, просветления и подобных состояний. Состояние перед каким-то прорывом, перед истинным значением, перед состоянием полного равновесия, когда идет разрыв пространства и переход на новую фазу, на новый, не очень стабильный уровень, на котором у вас кратко увеличиваются способности и ощущения, это сопровождается вибрацией определенной частоты. И можно сказать, что наш мир, то, как мы чувствуем себя, то, что у нас происходит с материальным миром вокруг, это все зависит от вибрации, движений во всех процессах. Вибрации по сути и определяют наш мир. То есть этот колебательный контур, движения – они есть всегда и везде, фрактально во всех процессах. Например, один из вариантов, которым можно погружаться в очень глубокий транс – это состояние, в котором вы начинаете ощущать эти вибрации в теле, масштабируете их, и они переводят вас в новое состояние. Это такой особенный бог нашего мира, особый параметр, субстанция, которая контролирует то, что происходит вокруг. Тут довольно сложно привести пример бизнеса и вибрации, потому что вибрация это что-то такое очень высокой частоты и малой амплитуды, у бизнеса все чуть дольше, там есть смена движения денег, есть успех-неудача, но это больше про перемены с большим расходом времени. То есть это изменение не секунды. Но если идти дальше и разбивать более реальный процессы, физические явные вещи, то в отношениях у нас есть колебания отношений и есть определенные чувства и эмоции – которые по сути тоже в какой-то степени вибрация внутри нашего организма, мозга. У нас есть вибрация внутри, это сердцебиение, которое находится на определенном уровне, это определенная частота, амплитуда, которые, если их повторять в музыке или в звуковых эффектах, будут сильно на нас влиять, потому что это самая первая частота, которую мы ощущаем, когда рождаемся и живем еще в матери и чувствуем ее сердцебиение, чувствуем эту амплитуду и частоту. Хотя у ребенка это сильно отличается, там гораздо все быстрее в этом плане и сердце бьется в разы чаще. То есть мы пронизаны этой вибрацией от атомов до сердцебиения и этих циклов. Сами ощущения, которые мы испытываем, они тоже находятся на определенном уровне этих

вибраций, на определенной амплитуде, частоте. И когда мы чувствуем возбуждение физическое, сексуальное или эмоциональное по отношению к какому-то продукту, действию, мы можем ощущать мурашки на теле, просто как будто нас начинает трясти от волнения, но от волнения не негативного, а позитивного, от ожидания того, что что-то произойдет. Мы чувствуем, как у нас все вибрирует, когда мы предвкушаем и что-то позитивное просто, и что-то значимое, глобальное и что-то сексуальное, все это сопровождается вибрациями. И в зависимости от того, как ведет себя вот эта частота, вот это ощущение, у нас меняется и наше состояние.

Если говорить о наших ощущениях какой-то боли, например, той же головной боли, то она всегда пульсирует и куда-то движется, то есть там тоже практически нет застывшего состояния, это всегда движение. Один из методов НЛП – это распознать куда идет движение, замедлить его, раскрутить в другую сторону или уменьшить частоту, или увеличить ее и в зависимости от ощущений движения меняется и само болевое ощущение. Так можно убрать головную боль, боль в животе, тошноту, что угодно, это все вращения, изменения частоты и вибраций, если это можно отнести к каким-то болям в животе, потому что там это не очень похоже на вибрацию, это чуть больше похоже на круги, больше время, интервал между качениями. Но тем не менее, это все движение, как и наша планета, которая кружится, это тоже вибрация, просто она большего уровня. Для нас она медленная потому что мы находимся в другом состоянии, в другом объеме. И все наши значимые процессы сопровождаются вибрацией.

Если мы говорим о здоровье, то, как вибрируют, какие циклы нашего тела, от этого зависит и наше состояние физическое. Мы слышим звуки, исходя из частоты колебаний, они влияют на нас исходя из частоты колебаний, они могут совпасть с нашей частотой и тогда это сильно на нас повлияет. Отдельно синхронизацию колебаний мы рассмотрим дальше, как происходит наложение колебаний, каким образом появляется схожесть и совместность или противоположность, это тоже есть на уровне колебания, это все можно рассчитать, если это физический мир. Если мы говорим о музыке, это определенная частотность, колебания, движение примерно похожее и на остальные вибрации, какие-то процессы – проснулись, уснули, это тоже колебания, это тоже вибрация, но тут сложнее это относить к самой вибрации, потому что частота низкая. Но музыка, звуки, это ощущения частоты. То, как мы распознаем визуальную часть это тоже частота, потому что все находится в определенной зоне частотности. Цвет – это частотность, звук – это частотность, какое-то инфракрасное излучение – это тоже частотность, это разные частоты, с которыми мы синхронизируемся, принимаем или не принимаем. И в зависимости от наших внутренних частот, есть еще разные ощущения и есть разные методики лечения, типа звуковых чашек, которые настроены просто на вибрацию, где пытаются синхронизировать вибрации и развивать их совпадением.

Отдельная большая тема о том, что человек уходит в какой-то тренд, в какой-то полюс и начинает отрицать все остальное. Например, недавно мы обсуждали физиогномику и это не наука, это лженаука, ее нельзя принимать за факт и там нет никакого научного обоснования, это все не признано и там очень много всего притянуто за уши и если все

это считать за правило, то можно сделать очень много неправильных выводов. Однако, физиогномика говорит о том, что у человека на лице на его физическом теле отражается его духовная составляющая и просто представьте себе, что человек постоянно улыбается, у него эта улыбка, отражается на лице. У него меняются мышцы, определенные мышцы всегда находятся в тонусе, определенные не в тонусе и за-за этого происходит отпечаток на лице, это неизбежно физически, тут нечего доказывать. Это в любом случае так произойдет и если этот отпечаток есть, то вы его увидите на сознательном и подсознательном уровне. И вы по лицу определите, человек чаще улыбается или не улыбается. И все остальные эмоции мы знаем, знаем, как они выглядят, а значит и отпечатываются. Поэтому часть физиогномики в любом случае работает. Вопрос – как это интерпретировать, на сколько к этому серьезно относиться. Получается, с одной стороны это глупость, нельзя это преподавать в институтах, потому что это лженаука и все это не доказано. С другой стороны, это правда и все вещи, которые у нас есть в мире – эзотерика, наука, это все однобокие вещи. Эзотерика говорит, что все основано на интуиции, на магии, если гипертрофированно разделить и там есть общие процессы, принципы нашего мироустройства на уровне подсознания, на уровне интуиции, вещи, которые мы не можем объяснить. Наука, с другой стороны, однобока, она все пытается подтвердить, оценить и много чего не может сделать и не сможет никогда подтвердить все. Поэтому она всегда будет однобока в этом плане. Ее нельзя тоже брать за факт, нельзя взять какое-то научное исследования и считать, что всегда будет так как в нем написано, это может измениться, а может быть это неправильно и когда-нибудь это все равно опровергнут или скажут, что это было не до конца верно. Все изменится, любые научные знания. Поэтому и там, и там – ложь, и там, и там – правда. И нужно уметь находить эту середину, и не быть приверженцем чего-то конкретного, одного. Но это так, мы отошли от темы вибраций. Но это для понимания того, что такое вибрация, потому что это не какие-то там обоснованные научные исследования, это размышления, но тем не менее они сопровождают нас везде и это очень важная часть, которую нужно отдельно видеть на уровне колебания. И конечно слышим, видим и чувствуем колебания, ощущаем мы тоже определенные колебания – тепло, холод, вязко, твердо – это все тоже определенные колебательные состояния веществ. Когда веществе нагревается, у него колебания возрастают, оно начинает больше двигаться, и мы это чувствуем. То есть все в какой-то степени, на чем основан наш мир, это вот эти состояния движений. Конечно нельзя опять же сказать, что все основано именно на этом, но это процесс, он практически везде есть. И даже наше мышление, состояние сознания – это определенный уровень колебаний, как есть состояние гамма, альфа, когда человек находится в состоянии сознания или в состоянии транса – это разные уровни вибраций внутри головы. И их обозначают – альфа, бета, гамма. Эти вибрации, уровни, влияют на то, каким образом мы сейчас видим этот мир, каким образом мы его оцениваем и насколько у нас открыто или закрыто восприятие. Ну и та же музыка, на ней проще всего оценить, это просто определенные вибрации, определенного уровня. Если вибрации будут какие-то синхронные, то это не будет нам приносить эффекта, должны быть определенные виды вибраций, должна быть согласованность, чтобы это хорошо, позитивно на нас повлияло. И музыка создает в нас ощущения. Мы можем слушать музыку, погружаться в это состояние и сами ощущать, как она протекает сквозь нас вибрациями и ощущать состояние эйфории, воодушевления. Просто из-за того, что мы чувствуем вибрации в звуке. Мы часто говорим что чувствуем ее кожей или музыка протекает внутри, и оно так и есть, это же вибрации, мы их чувствуем физически и

синхронизация происходит с нашими внутренними вибрациями, а если наши ощущения, это физическое проявление, то и музыка, которая с ними сходится, это тоже физическое воздействие на нас.

И конечно шаманы постоянно используют вибрации, используют ее, когда они поют и погружают людей в транс, в любые трансовые состояния, потому что пение синхронизируется с этими альфа, бета, гамма ритмами человека. И это очень быстрый способ выйти на серьезный уровень сознания и ментальности. Осознанные сны, в которые очень просто провалиться с помощью изменения вибраций своего тела, сонные параличи, которые сопровождаются вибрациями. Состояние страха – это тряска внутри, но необязательно снаружи. Мы привыкли, что человек и снаружи тряется, но это не обязательно так, он может дрожать изнутри, и вот этот уровень дрожи влияет на то, как мы чувствуем возбуждение или страх. И все это очень похожие вещи и это можно контролировать на уровне вибраций. Ну и в принципе, все состояния очень сильно измененного сознания, через вибрации в какой-то степени проходят. И перед переходом в другое состояние, мы тоже видим учащение вибраций, когда вы находитесь на пороге чего-то, вы чувствуете воодушевление и перед ожиданием какую-то определенную нервозность, но позитивную. Вы чувствуете эти вибрации внутри. И все начинает как-то складываться через эти быстрые частотные колебания, а потом происходят эти сильные изменения, резкий переход фазы. Но вот эта частотность вибраций сопровождает сам переход. Но это повторяется, что музыка, звуки, ритмы – все это определенные вибрации и если мы говорим о природных вещах, то голос – это вибрация и у голоса огромное количество параметров, которые все связаны с амплитудными вещами, плотность вещества – определенные вибрации, музыка, электричество, параметры электричества – это тоже вибрация. Сменяемость всего на земле, если мы говорим просто о фрактале большего уровня, естественно, чем больше элемент, тем больше у него будет амплитуда, тем меньше у него будет частота, сложно выбиривать большой штукой, так же, как маленькой. Но внутри на более мелких уровнях, вибрация может быть с большей частотой. И по сути, если смотреть фрактально, то сменяемость дня, ночи, лета, зимы, вибрации земли, движение луны вокруг земли, земли вокруг солнца - все это вибрации, все это колебательный контур.

## 38. переход\_пик\_проблем\_отношения

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1g138jQFpK2tSY9FeKHc1Jc3-IG-WNMMZ/view?usp=sharing>

И вот мы дошли до пика перед успехом. Это состояние, которое сначала увеличивает частоту, потом частота уменьшается, сильно увеличивается амплитуда, это происходит перед фазовым переходом. То есть сильно меняются эти состояния частотности и это все условно, это общие правила, как правило Парето 20/80, которые не везде 20/80, но оно практически везде есть. Если пройдено 95% пути, начинается вот это состояние,

то что вы вроде как уже что-то сделали, что-то преодолели, до чего-то дошли и именно в этот момент появляется какая-то проблема, появляются какие-то возможности, которые хотят, как бы сбить вас в пути, на уровне чего-то духовного, в более эзотерических и духовных кругах это звучит как проверки, вроде того что вас проверяют, пойдете вы дальше или нет. Или вы смиритесь с какой-то ситуацией и повернете обратно. На уровне системы – это просто определенные волнения и если амплитуда увеличивается, то в какой-то момент система проваливается и вам кажется, что все сломалось, дальше идти некуда, тем более что мы привыкаем к одинаковой частоте и одинаковой амплитуде. Для нас норма, если все чуть-чуть выше, чуть-чуть ниже, если происходят большие скачки, то это сильно на нас влияет эмоционально. Как мы уже говорили, мы оцениваем относительно текущей точки и когда амплитуда увеличивается, а провалы становятся большими, нам кажется, что все, дальше идти не нужно. И если мы идем дальше, и хватаемся за возможности, которые есть, мы переходим в другое фазовое состояние. И это такая совсем эзотерическая штука, которая, я не слышал подтверждений статистических, научных и может быть это вообще не так, но зачастую происходит это довольно часто.

И если говорить о **бизнесе**, то вот этот фазовый переход сопровождается падением выручки, например, проблемами отрасли, проблемами в коллективе, попытками купить вас, то есть вы уже готовы перейти на новый уровень, вы скопили достаточно элементов, которые вам помогут на это уровень перейти, и в этот момент появляется либо какая-то проблема, например, падает выручка и вы больше уже не можете идти таким же темпом дальше, потому что деньги упали, у вас их не хватает, начинаются волнения, и вы думаете, ладно, надо решать теперь эту проблему, и перестаете идти вперед. Или начинаются какие-то качания в отрасли и это тоже может быть сигналом к тому, что нужно бросать свою затею, нужно сворачиваться, нужно идти в другую сторону, тут есть разные варианты, можно отменить совсем движение, можно заморозить на время, можно сосредоточиться частично на других вещах, но не бросать движение и это по-разному сыграет на том, сделаете ли вы этот фазовый переход позже. Могут появиться какие-то проблемы в коллективе. Коллектив начал плохо работать, начались волнения, какие-то дополнительные проблемы и вот вы уже думаете, что вы не можете перейти на новый уровень, а скоро как бы был этот успех. Успех в плане просто следующего шага, не окончательный успех, а успех в достижении конкретных результатов, которые вы себе поставили. Или позитивный элемент – попытка купить. У вас компания, она развивается, к вам приходит кто-то и говорит – я готов инвестировать, готов купить долю или выкупить полный бизнес, при том, что вы осознаете, что если вы сейчас продолжите дальше, вы совершите этот фазовый переход и если вы потом захотите продать компанию, то она будет стоить гораздо больше, но появляется этот соблазн. Система расшатывается и начинает в какой-то степени противостоять, но это так кажется, потому что двигается она вверх-вниз. И очень хочется, кажется очень заманчивым вариант отвернуться от своей идеи и повернуть в другую сторону. И не зря большинство бизнесменов, большинство духовных практиков, говорят одно и то же, самое важное – это просто идти вперед, вне зависимости ни от чего. То есть если вы будете идти, если будете всегда направлены, вы будете проходить эти этапы, у вас будет провалы, но вы их будете переходить. У вас могут быть большие провалы, но когда-нибудь появится взлёт, потому что все идет по колебательным контурам. И если вы будете долго идти, вы все равно накопите эту критическую массу навыков, опытов, знаний, связей и так далее, для того чтобы

перейти на новый уровень и в какой-то момент у вас появятся проблемы и появится соблазн все это закончить, завершить и в этот момент вы пройдете дальше и перейдете на новый уровень. Этим и отличаются успешные бизнесмены, спортсмены, духовные практики, которые доходят до высокого уровня осознанности, состояния сознания, духовного состояния. И везде одно и то же – нужно просто идти и не обращать внимания. И это дает возможность пройти вот этот эффект колебаний, который выглядит так, будто бы все кончено, уже больше ничего не получится, все планы провалены и нужно разворачиваться обратно. Конечно это не относится к случаям, когда вы идете вперед и у вас вообще ничего не получается, либо получается все хуже и хуже, тогда двигаясь вперед постоянно, скорее всего вы дойдете до того, куда направлен ваш вектор, то есть до пропасти.

### **Отношения.**

Часто в какие-то моменты, когда уже должно что-то произойти, вы должны что-то изменить, происходит разочарование, вам кажется, что все не получилось так идеально, как вы думали, что-то не произошло, что вы хотели, появляется разочарование и следующее желание – забить на них и тогда вы их начинаете меняться в другую сторону, начинаете менять тренд и все начинает идти вниз. И это тоже нормально. Для этих измененных состояний, для состояния близкого к равновесному, к истинному, очень близки вот эти состояния качания системы, в которых часто кажется, что ничего уже не получится и нужно просто не обращать на это внимание. И, конечно, не всегда, если вы не будете обращать внимание, вы выйдете победителем, может вам кажется, что сейчас тот момент, а на самом деле вы просто идете вниз, просто у вас кривая пошла вниз и это какой-то отрицательный тренд. Или это просто был какой-то взлет, потом было падение. Но часто именно в такие моменты происходит подобные действия, подобный процесс.

## **39. переход\_пик\_проблем\_(2)**

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1Jn0fvyzLM8AotB7BhRLfbO7XOm16\\_IVF/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1Jn0fvyzLM8AotB7BhRLfbO7XOm16_IVF/view?usp=sharing)

Продолжая про состояние раскачивания перед фазовым переходом, в **здоровье**, очень часто, когда человек подходит к тому, чтобы что-то изменить, исправить, у него тоже появляется это раскачивание. И если в вопросах какого-то движения к цели чаще всего происходят какие-то непонятные действия с внешней стороны, то в вопросе здоровья оно может просто ухудшиться. Вы что-то делали, развивали, улучшали свое состояние и вдруг результат куда-то улетучивается. То же самое можно отнести и к каким-нибудь занятиям спортом, достижением в профессиональном плане и так далее. Если вы чувствуете, что вдруг все откатилось, то наиболее часто человек забрасывает эти дела и не переходит на другой уровень. Это как с тем, что мы обсуждали на тему того что

нельзя перескакивать с одной ступеньки на другую, например, в вопросе тренировки зрения. Человек тренируется, тренируется, его навыки становятся все лучше и лучше и в какой-то момент, когда это должно стабилизироваться, у него может быть провал, результат может вернуться на какой-то предыдущий этап. И здесь нужно просто подождать, и продолжать потом действовать. Однако, часто человек приходит к выводу, что все-таки это не его, он для этого не создан и он не может ничего сделать, у него ничего не получилось и отказывается от движения вперед, а значит и фазового перехода не начинается. Если мы говорим о подобных изменениях в бизнесе, в плане фазового перехода, системы управления, например, то там тоже начинаются волнения, перед тем как все стабилизируется и люди привыкнут к новому руководству или методологии. Могут быть разные уровни, может быть уровень всего бизнеса, уровень управления бизнесом и там тоже перед тем как система будет стабильной и выйдет на новый уровень эффективности, могут быть проблемы, волнения среди персонала. Когда мы говорим про развитие, тут уже наиболее частые случаи, это когда человек забрасывает какое-то движение прямо перед тем как выйти на уровень мастера. И уровень мастера это другая фаза, другое осознание, восприятие, это уход от логики и конкретных действий к интуиции и подсознательным действиям, к автоматизации. И очень часто перед этим человек начинает нервничать и думать, что он так ничего и не добьется, не добьется этого очень высоко уровня, и он его не может ощутить сейчас, потому что сейчас, пока он на уровне не мастера, он больше опирается на логику, на знания. А там он будет уже делать это автоматом, будет опираться на подсознание и для него это не совсем понятно, это новый опыт, новая фаза, это то, чего мы не ощущали до этого, другой уровень, другое восприятие и человек начинает в том числе думать логически, а если я буду делать также, если я буду так же продвигаться, когда-нибудь я достигну более высокого уровня или нет и кажется, что нет. Потому что не так сильно двигается этот уровень, когда мы повторяем эти механические действия и учимся на них. Но потом мы продолжаем повторять и в итоге все эти действия переходят в автоматизм, в подсознательные реакции, автоматические поиски ответов. Когда мы тренируемся чему-то, узнаем новую информацию, по сути это происходит во всех процессах нашего осознания и развития, этот фазовый переход – это одно из самых важных состояний. Когда мы говорили про кривую экспертности, где изображено что человек думает, что знает все, потом он проваливается, у него потом на большой период, если вот это фазовое состояние развести, если посмотреть не на конкретные точки и его изменения, а на меньшем масштабе, то получится, что есть провал перед выходом на экспертность, когда мы ощущаем себя самозванцами, появляется этот синдром самозванца и его нужно просто перейти. То есть там тоже нам только кажется что мы провалились, а на самом деле мы идет по кривой развития и получаем новые навыки. В процессе, когда мы уже очень много времени потратили на развитие и очень много чего достигли и при этом поняли, что мы знаем очень мало, появляется вот этот эффект самозванца и мы дальше не хотим идти, потому что мы понимаем, что мы потратили времени и сил на изучение этого всего и теперь мы в самом низу, мы совсем ничего не знаем и какой смысл идти дальше если движение будет таким же медленным. То есть мы никогда не дойдем до какого-то понимания экспертного уровня. И в этот момент люди останавливаются в развитии и начинают откатываться назад, потому что перестают это изучать, этим заниматься и на этом мелком масштабе это и есть вот эта точка фазового перехода, когда мы переходим от уровня самозванца, к тому чтобы поменять свое восприятие. Это один из фазовых переходов этих состояний, один из позитивных

переходов, потому что там происходит очень быстрое и очень масштабное изменение, просто, как только вы понимаете, что это этот синдром самозванца и вам не нужно на него обращать внимание. В этот момент вы конечно не научаетесь использовать свои силы в полную, вы не становитесь гораздо умнее в вашей сфере, но из-за того, что у вас пропадает напряжение, из-за того, что вы в какой-то степени уравновешиваетесь, вам становится проще решать какие-то задачи, мысли приходят быстрее, вы проще используете свой мозг и тело, чтобы добиться результатов и вы начинаете верить в то, что вы делаете. Вы не тяните себя назад на каждом движении, потому что у вас этот синдром, и вы боитесь куда-то что-то транслировать и что-то сделать. И этот дает очень большой толчок, то есть это совершенно новый уровень развития. Если говорить об этом пике, когда вы считаете, что вы знаете все, на самом деле вы знаете мало чего, это тоже фазовый переход, просто он, с другой стороны. И я уже говорил о принципе, который работает у меня, то что я накапливаю энергию и потом у меня ничего не получается, потом у меня одни провалы, все разваливается и в какой-то момент я цепляюсь за необходимую возможность и этим самым прохожу на новый уровень в каком-то деле, в какой-то задаче, причем окружающие часто эти возможности не видят и не пользуются ими. Этих новых уровней может быть где угодно и сколько угодно. Если мы говорим о полноценном развитие человека, о духовной практике, тогда там этих шагов не так много на мелком масштабе. Но вот эти условия, все эти переходы, они же есть и в задачах, то есть перед тем, как понять решение задачи, у вас тоже есть фазовый переход. И перед переходом состояния истины у вас есть это состояние фазового перехода.

Если говорить о **природе**, то тут есть тоже какие-то виды качаний, проблем, создаваемых виду для того, чтобы он перешел на новый уровень, чтобы он чему-то научился, но это больше эволюционный процесс – адаптируется или не адаптируется. И там тоже есть определенный переход с одной точки на другую. И если говорить об этом явлении, то по сути это штука — подобные колебания, они есть и со стороны, когда мы чего-то достигаем и со стороны, когда мы проваливаемся. Просто, когда мы достигаем, мы на этом сосредотачиваем своё внимание, потому что мы шли куда-то вверх и тут вдруг начало качать и мы начинаем думать, что такое, что-то не так, наверное, я что—то делаю не так, нужно что-то переосмыслить. Когда мы спускаемся вниз, на предыдущую ступень, то для нас это норма. Мы как бы и так спускались, у нас и так был провал, а тут еще и закачало, значит, нормально, значит нужно продолжать падать, так и должно быть.

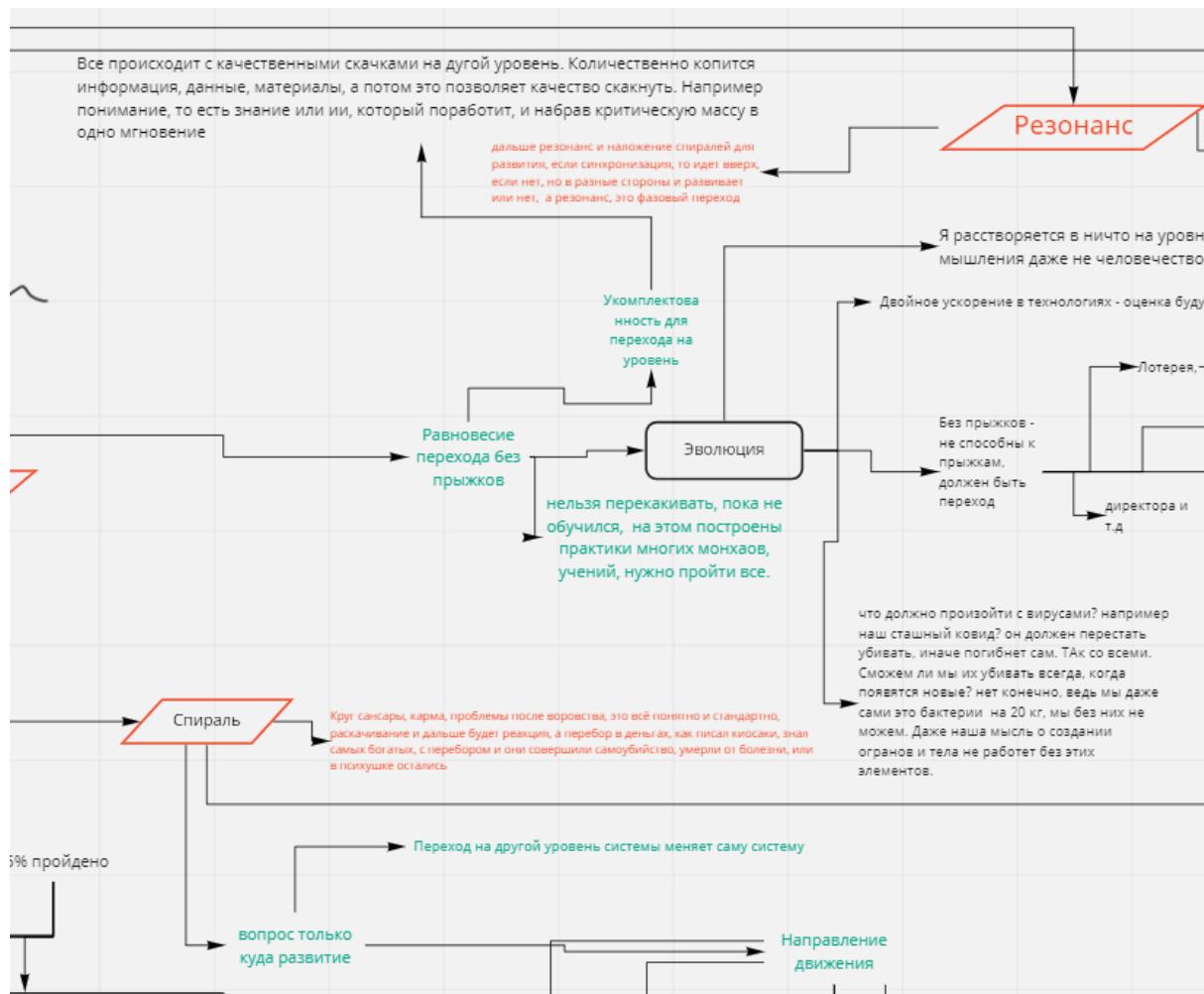
Ну и по провалу снизу, это просто не так важно, в плане движения вперед, потому что мы привыкли развиваться и двигаться вперед, главное находить новую тенденцию и не обращать внимания на то, как мы идем вниз, нужно думать, как все это повернуть вверх. И для того, чтобы обойти этот фазовый переход снизу, тоже нужно поменять своё мышление, поменять направление. И в принципе если говорить обо всей вот этой схеме, которую я пытаюсь как-то сформулировать, как я и говорил ранее, все это было для одной из целей, для того, чтобы мысль интегрировалась в организм. Для того, чтобы она прошла фазовый переход из мысли, которая во вне, в мысль, которая внутри вас. И я говорил о том, что, когда это происходит, вы ощущаете, как будто бы изменился весь мир, как будто бы буквально визуальная картинка всего поменялась, как будто вы эти процессы начали видеть в окружающем мире. То есть вся ваша жизнь изменилась, после осознания какой-то мысли, после ее принятия. Она вошла в вашу

жизнь, в ваш организм и изменила все в будущем. Теперь вы действуете абсолютно иначе, это уже внутри вас, это не то, к чему нужно идти, это то, чего вы уже добились и это теперь новый стандарт нового витка. По сути, в какой-то степени вот эти фреймы, которые должны позволять понимать интегрировать какие-то вещи в организм, это и есть попытка добрать количество информации до того, чтобы пройти этот фазовый переход, для того, чтобы дотянуться сначала до него, посмотреть с разных сторон, получить много опыта, чтобы дойти до него и пройти его, ощутить вот эту ступень обладания информации. Для этого метода можно много еще чего добавить, можно добавить игру с субмодальностями, добавить какие-то виды НЛП практик и должно использоваться это все, как мы и говорили, нужно брать наилучшие практики, наилучшие какие-то точки движения из разных частей, из разных областей, для того чтобы ваше движение было более серьезным, более сильным. Но в данном случае, мы рассматриваем именно модель мышления, модель восприятия принципов, это как говорят в НЛП просто одна из карт, которая не есть территория. И на этом заканчивается тема про прохождение фаз и дальше у нас спираль, эволюция и вопросы амплитуды, синхронизации колебаний.

## 40. спираль\_место\_на\_графике

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1CLhLw09FTd5lZK-KeEE1gkDLq8NA8Ycl/view?usp=sharing>



Последняя часть нашей системы – это спиралевидность и резонанс, процесс прохождения этих фазовых переходов. Как мы и говорили ранее, большинство вещей, фактов и принципов уже давно описаны, и придуманы и придумывать особо нечего. Старцы и древние писания уже давно говорили, то, что вошло в расхожее выражение, что все движется по спирали и вся эта система, которая описывалась, она описывает в какой-то степени спираль. То есть вы постоянно идете по этим волнам, у вас есть направление движения и это направление идет куда-то вверх или вниз. Если мы рассматриваем спираль, то если посмотреть наложить спираль на график, то это будут колебания. Если посмотреть куда вы движетесь, вверх или вниз, то это тренд вашего движения. И где вы оказываетесь, на каком уровне, это виток, на который вы переходите. И метафорично весь этот процесс, фазового перехода, колебания и направления развития лучше всего описывает спирали, с точки зрения именно метафоры. И это уж давненько люди рассказывали и говорили. Ничего нового особо тут нет.

И отдельная тема – это **резонанс**, как происходит переход по этому витку развития. Сама спираль, одинаковая, вы просто движетесь по ней и двигаясь по ней вы в любом случае, если накладывать это на график, совершаете колебания. И одно из важных пониманий, куда вы идете, вы в любом случае переходите на другой уровень системы вниз или вверх и этот уровень системы, меняет всю систему. То есть, как мы говорили до этого, когда вы принимаете какую-то мысль, вы интегрируете ее внутрь себя, буквально весь ваш мир меняется. Если вы начинаете думать, что люди злые и мир

неправедливый, перед вами вся картина мира меняется и мир меняется и он начинает к вам относиться иначе и вы начинаете к нему по-другому относиться, и ваше путешествие меняется коренным образом. Мысль, которую вы приняли – это определенное убеждение, то есть как только мысль стала вашей, она перешла на уровень убеждения и какой-то веры. Она полностью меняет всю систему, но вопрос – в какую сторону вы систему меняете – в сторону развития или в сторону наоборот какой-то деградации. Поэтому важно понимать направление движения. Направление, куда сейчас в принципе все эти колебания идут, потому что они идут и вверх, и вниз, но есть какой-то вектор, куда они постепенно смещаются от текущего среднего значения. То есть какое среднее значение будущего будет относительно текущего на вашей линии развития. И если говорить о бизнесе, то там есть кривые развития. Это стандартные модели оценки бизнеса. То, что мы говорили, кривая развития, идет сначала очень резко, потом начинает приостанавливаться рост и потом мы доходим до верхней точки и идем вниз. В этой точке мы можем изменить систему, совершив фазовый переход, перейти на другой уровень и идти дальше вверх или провалиться вниз и дальше пытаться выйти на другой уровень оттуда, пройдя вот это вот негативный эффект. И часто, на самом деле, если говорить частично в разрезе вот этому принципу менеджмента организации, если вы будете проваливаться вниз, если это не система, которую необходимо сейчас сохранить, если вы совершили вот этот провальный прыжок, то вероятно, что вы получите гораздо больше опыта, который потом позволит вам перейти на новый уровень. Условно, если смотреть на развитие, вы должны добиться результатов, потом что-то потерять, чтобы потом научиться чему-то новому на более серьезном тяжелом уровне. И когда вы работаете в каких-то компаниях, в каких-то стартапах, которые то развиваются, то падают, наиболее полезная часть может быть именно в том, как компания проваливается, как вы проваливаетесь в своей работе. Потому что мы постоянно пытаемся развиваться, мы примерно понимаем, как развиваться, что делать, мы что-то можем почитать, что-то узнать, но как решить какую-то проблему, которая вас сметает, это очень важно, потому что такая проблема появится и дальше. И если мы научимся с ней работать, тогда у нас будет далее другой уровень движения, другая интенсивность и сила этого движения. И на этапе кривой развития бизнеса, можно поменять модель и продвинуться еще выше, запустить новый виток, можно опуститься вниз и там выйти на новый уровень, получив опыт. И я не могу сказать, что какой-то из этих путей более правильный, какой-то путь более стратегический, более тактический, наверное. Тоже самое на уровне кривой инноваций. Кривая инноваций, которая строится примерно так же, как кривая развития компетенций и там тоже сначала начинают рассказывать о какой-то инновации, ее все подхватывают, все начинают говорить насколько это прекрасная технология и как сильно она изменит весь наш мир. Ее начинают использовать все подряд и это доходит до критического уровня, когда уже просто почти каждый человек об этом слышал и это такой всеобщий мировой тренд или всеобщий тренд отрасли, только ленивый не слышал о том, что такое существует и потом это начинает падать. Потому что на первом уровне, как и в кривой компетенций, все это используют, даже те, у кого компетенций не много. И обычно эти компании не выживают, они проваливаются, а продвигаются те, которые не пытаются прыгнуть высоко, не пытаются создать вот эту точку максимума, которые пытаются идти постепенно, поэтапно и меняя свои фазовые состояния. И потом, когда кривая падает вниз, все начинают плеваться, все понимают, что ничего не получилось у всех кто кричал, что в этих инновациях на самом деле ничего нет или они сделали это ужасно и

все начинают негативно относиться ко всей этой системе, а потом она забывается. И потом идет новый виток, на этом новом витке какие-то люди уже получили опыт, какие-то компании уже научились тому, как это делают, пришли новые компании, которые готовы использовать эту инновацию и тут начинается настоящий рост, настоящее возрастание этого тренда и те компании, которые его выведут на самый верх, на уровень работающий. Инвестора очень четко определяют для себя место на графике, где конкретно это инновация сейчас, что ее ждет впереди и стоит ли туда инвестировать. То же самое стоит оценивать и компаниям, которые куда-то движутся и пытаются захватить какой-то рынок, пытаются внедрить инновацию – где они находятся, как на них будет смотреть рынок, что их ждет впереди. Потому что если они вскочили туда на тренде, то сейчас этот тренд их будет вести вверх, а потом их будет проваливать вниз. С информационной точки зрения, лучше уже не использовать это в маркетинговом позиционировании, потому что от вас будут все плеваться. И это необходимо оценивать и на уровне развития технологий, на уровне развития компаний, вы должны понимать, где вы сейчас находитесь, для того чтобы принимать новые решения. И помимо этого, понимать куда идет тренд. Если говорить о кривой инновации, там все понятно, где вы находитесь и, если вы определили точно точку, где вы находитесь, вы знаете, где вы будете дальше, там не нужно определять направление тренда. Но на самом деле, для того, чтобы понять где вы находитесь, нужно понять, а какой тренд идет – это резкий рост или это падение, или это остановка, после резкого роста, куда все это идет. Такие вещи, позицию и к чему сейчас все пришло, часто оценивают. К этому уже привыкли инвестора в разных системах, что касается кривых инноваций, что касается просто фондового рынка. Например, вы занимаетесь инвестициями в какой-то продукт или в недвижимость, или куда-либо еще и стоимость этого продукта была не очень высокая и она начала расти и очень сильно. Стоит ли через какое-то время туда инвестировать, скорее всего – нет, потому что, если рост был очень большим, потом будет коррекция. Если есть какой-то, например, развитый рынок в недвижимости, то там не будет больших процентов, не будет больших колебаний, больших рисков, но там не будет и больших денег. Риск связан напрямую с вашим заработком, с вашими процентами и в инвестициях это работает везде, то есть противоположности – риск и прибыльность идут в противофазе. Чем более рискованная позиция, тем более она может быть прибыльная. Чем более она стабильна, тем менее прибыльная она будет. Соответственно, если вы смотрите на консервативный рынок, проценты там будут минимальные, если вы смотрите на развивающийся рынок, у которого большой потенциал, там оно так и называется большой потенциал, потому что там может быть большой рост. Там и риски больше, потому что рынок нестабилен, как любые нестабильные вещи – они всегда рискованные, как и стартап – это максимально рискованная история, потому что это нестабильная система, или в принципе бизнес это очень рискованная штука, потому что новый бизнес – это всегда нестабильная система. И если вы понимаете, что рынок развивающийся, то есть большая вероятность, что там можно заработать. Если вы понимаете, что этот рынок начал выходить на новый уровень, уровень каких-то других рынков, более стабильных, может быть не консервативного, но поднялся до другого промежуточного слоя, то есть совершил фазовый переход, то там скорее всего роста уже не будет. И там может быть коррекция. И не стоит ждать, что там будут какие-то непонятные большие деньги. И для инвесторов, это совершенно очевидно, что все эти вещи влияют, что влияют мысли людей, влияют конкретные ситуации, маркетинг, политика, что все взаимосвязано, то есть вот этот рынок, максимально в

этом плане приближен к осознанности. Он не осознан, потому что люди немногие все это понимают прямо внутри себя, но они ощущают это. Что есть эти коррекции, что есть потенциалы, есть обратная точка, если те кто чего-то откуда-то своровал, условно, то будет какой-то кармический закон, который у него это отнимет и кармический закон оттуда же. Хотя это в эзотерику, но это факт. Если человек не готов к чему-то, он это потеряет. Если он это своровал, это не заслуженное, он не применил столько сил и это уйдет обратно. Вопрос – когда. Когда будут эти колебания, какого они уровня и даже эти вещи, они в какой-то степени там есть. И просто расчет уже кривых, расчет волн. И хотя они все это знают, никто из них по-настоящему хорошо все это рассчитывать не может, все это держится на интуиции и опыте. То есть нельзя просто взять шаблон и узнать все. Даже когда ты понимаешь все эти принципы, ты более защищен, чем остальные, ты можешь делать гораздо больше вещей и более эффективно, но нет никакой защиты до конца. Нельзя быть уверенным во всем. И в этом и прелесть системы, что одна не может быть однобокой, не может быть конечного решения, результата, есть всегда движение, все живет в колебаниях.

### **Отношения.**

Если отношения идут вниз, вы можете понять, что через большой период времени они вероятно пойдут наверх. Ваш выбор ждать вот этого большого изменения или если вы понимаете, что тренд очень быстро идет вниз, то скорее всего система развалится и вам не нужно этого ждать. Если тренд идет наверх, то нужно быть готовым, что он скорректируется или пойдет резко вниз, в зависимости от того, насколько высокий тренд. Не нужно пытаться делать эти высокие тренды, чтобы достичь максимума, потому что потом будет провал. И это тоже какие-то системы наставлений, системы оценки того, куда вы идете и что нужно делать, чего нужно ожидать, как нужно двигаться.

### **Здоровье.**

Создание переходов, постоянные улучшения, просто поддерживать недостаточно, когда пройдет горб, создаются новые проблемы, решать их нужно иначе. Нельзя сделать идеальное здоровье себе и успокоиться, вы должны понимать, что если сейчас вот эта чёрная полоса в здоровье, то потом пойдет белая полоса. И это нормально. То есть вы начнете выздоравливать в любом случае через какое-то время. На этом, например, держатся большинство таблеток и медиков. Потому что, если мы говорим о том, что эксперты в 40% правы, то в этой отрасли примерно тоже самое. И если вы спросите нескольких медиков про одно и тоже, они скажут вам разные вещи. Может быть они в какой-то степени каждый прав, но вы не соберете полную картину от одного человека. И когда вас начинают лечить, тоже само, что мы говорили о консультантах, у вас начинается что-то запущенное, вы начинаете страдать, вам становится плохо, в этот момент, когда вы доходите до критической точки, вы идете в больницу, покупаете лекарства, они вам что-то приписывают, вы начинаете что-то пить и они говорят, вот срок пить эти таблетки 2 недели. А за 2 недели очень высокая вероятность, что вы пришли уже в тот момент, когда вы практически близки к низу и глобальный вот этот виток через 2 недели уже выйдет на верх и из-за когнитивных искажений, мы начинаем думать, что это все благодаря врачу, больнице, таблеткам. На самом деле это просто временной переход, оно бы и так скорректировалось. И на этом можно очень много всего сделать и в работе с точки зрения больницы. Можно создать имидж хорошего врача, можно продвинуть таблетки, которые как будто бы лечат людей, можно продвинуть магию и сказать я целитель, это тоже отличное поле деятельности и тоже одна из причин почему они так хорошо живут, почему у них все

здоровы. Во-первых, потому что человек приходит в измененном состоянии, он верит и он меняет само свое состояние, это работает сильнее чем обычная плацебо, это такое усиленное плацебо, основанное на вере и с другой стороны, человек идет к каким-нибудь целителям, когда он уже отчаялся, когда он уже в самом низу или близок к низу. И в этот момент чего бы ему ни сделал и ни сказал целитель, если он ничего не испортит, то скорее всего у человека все пойдет наверх. И плюс у нас есть когнитивное искажение, мы начинаем, когда во что-то верим, видеть в изменениях только положительное, если мы верим, что у нас должно быть положительное и отрицательно, если верим, что только отрицательное. То есть, если нам делают предсказание, мы начинаем его видеть, называется самосбывающиеся предсказания, но в итоге на этих волнах основана большая часть всей помощи вот этих целителей и колдунов. Просто на том, что сменяется вот этот вектор. И опять же нужно сказать, что если вы ничего-то не делаете, если вы не применяете никакие усилия, то система не будет нормально функционировать, она не будет идти в нормальном тренде в точку развития, вместо точки деградации. Просто система будет разваливаться, если вы все пустите на самотек и будет ждать, что у вас эти волны будут регулироваться сами. И в тот момент, когда вы выздоровеете, если у вас была какая-то проблема, не стоит думать, что все будет всегда хорошо, в какой-то момент придут какие-то новые проблемы, с ними тоже нужно будет работать, как и везде - в отношениях, в воспитании детей, в своем собственном развитии, сточки зрения эксперта на работе, в хобби, здоровье, везде это есть, постоянная смена, нужно всегда к этому быть готовым и над этим работать. Но нужно понимать, где вы находитесь. И если вы находитесь в самом низу и вам максимально плохо, то вам максимально сложно определить, что конкретно вам помогло, если вы использовали несколько направлений. И даже если использовали что-то одно, очень сложно понять, это оно отразилось на том, что произошло, или нет.

### Развитие.

Круг развития, осознание изучения, мастерство, гениальность – это тоже не движение, это скачки. Любой вот это переход от изучения до опыта мастерства и гениальности – это все определенные фазовые переходы, когда вы выходите на новые состояния и можете иначе думать, видеть мир, иначе взаимодействовать с ним и делать свою работу. Человек развивается циклами от возраста, мыслей, поведения, философии. Все эти вещи, это отдельные колебательные системы, мысли, поведение, философия жизни, организм, все это разные циклы. И все они меняются с течением жизни и все они взаимосвязаны. Они либо сходятся между собой, либо расходятся и начинают разрушать друг друга. И все происходит вот этими движениями, горбами. И конечно же, когда вы развиваетесь, когда вы живете и двигаетесь к чему-то, желательно это тоже все понимать, где вы конкретно находитесь. Самое простое понять, что, если ты молод, ты сейчас можешь рисковать, ты сейчас можешь быстро и эффективно двигаться, у тебя много энергии, ты можешь на этом сосредоточиться и использовать свои преимущества по максимуму. При этом у тебя есть какие-то вещи, которые ты можешь не учесть, потому что у тебя сейчас идет другой путь и поэтому часто люди тоже успешные, говорят, что у них были наставники, и человеку желательно иметь этого наставника, ментора по пути движения вверх, потому что когда он движется, ему нужно чтобы его кто-то корректировал, если он отдастся своим наилучшим сторонам, самому движению, самой энергии, тогда ему будет сложно не совершать ошибок, его должен кто-то направлять, ему нужен второй элемент, чтобы уравновесить систему и идти эффективно. Если в нем этой фазы нет, ее нужно взять извне. И тут идеально

вписывается ментор, это более взрослый человек, более опытный, который уже направляет твою энергию, мощь, силу и наоборот. Если ты уже на этапе, когда сил меньше и у тебя есть опыт, не нужно сильно вкладываться в то, чтобы куда-то бежать, может не хватить энергии и сильнее стороны они в другом месте, нужно искать свежую кровь, которая разгонится и которая решит задачи, которые тебе нужно, просто направляя их. И конечно все это должно быть в симбиозе. Если ваши колебательные системы расходятся, то есть ты заставляешь человека идти туда, куда ему не нужно идти, используя его энергию, это может тоже разорвать систему, потому что колебания будут друг друга гасить в какой-то степени. Мысли, философия тоже может меняться и сейчас я уже, например, оцениваю то, что я думал и говорил раньше, оцениваю то, что происходило сейчас, оцениваю, как это менялось и возвращалось обратно с течением жизни и примерно могу представить себе, что меня ждет дальше и какие еще можно шаги совершить и почему раньше было так.

Природа и эволюция всегда изменяются и остаются неизменны на другом уровне. Природа постоянно двигается, тут мы уже отслеживаем какие-то вещи, мы знаем, когда у нас зима, лето, свет, тень. Мы видим даже изменение какое-то глобальное климата и можем что-то предсказать, оценить. Тут нужно тоже смотреть за трендом и смотреть на то, что было раньше и готовиться к тому, что когда-то придет виток. Условно у нас был ледниковый период, в какой-то момент это тоже произойдет никто из ученых не знает все эти потепления и изменений климата, все понимают, что минимальные изменения могут изменить очень много на земле и очень многовариантно возможность развития и очень сложно определить где мы находимся и какой там тренд и куда это все приведет и какие колебания, как они менялись, потому что частотность, колебания, амплитуда, они тоже меняются в зависимости от изменений системы и поэтому крайне сложно что-то прогнозировать и сказать. Ученые на данный момент не знают, что будет дальше, как все это будет происходить. Тем не менее закономерности есть и более или менее людям понятно, что такие большие циклы тоже будут. То есть, если когда-то был ледниковый период, скорее всего, он повторится еще раз. Просто неизвестно, когда.

## 41. спираль\_чего боятся от ИИ

Вideo:

<https://drive.google.com/file/d/1FekEwGtRoubiQIxV8UfUE6LGWjvJEhyB/view?usp=sharing>

Последняя часть про спираль, эволюцию, переходы - такое обобщение. Во-первых, все меняется по этой спирали скачками и все эти изменения фрактальны. Мы развиваем человека, человек развивается этими скачками, переходами и так же развивается техника. С одной стороны она постоянно движется, у нее есть тренд на увеличение, на улучшение, с другой стороны, это постоянное движение, происходит в какой-то момент, скачком. То есть у нас есть какая-нибудь лампочка, и она каждый год улучшается, она становится дешевле, эффективнее, если мы не изменяем какие-то вещи, чтобы лампочка сломалась быстрее. И она становится более совершенной. Но на каком-то периоде делается скачок технологии, и она приобретает совсем другую форму, она уже

не лампочка, а светодиод и это немножко другая технология. Если возвращаться к изменению этих лампочек, то сначала люди перешли на свечение огнем, подсветку, создавали какие-то горящие палки, костры, потом перешли на мини фазовый переход и создали какие-то факелы, потом еще был мини фазовый переход и появились горелки, появились фонари с огнем, потом произошел сильный фазовый переход, то есть это другая дуга, когда произошло изменение самой формы, самого принципа и огонь сменился на лампочку. И это происходит во всех системах. Можно сразу понять, что это поменяется, это состояние, которое есть на данный момент, уйдет и будет совсем другой уровень, совсем другой принцип. Поэтому, довольно сложно что-то прогнозировать наперед, потому что мы не знаем какой там будет принцип конкретно, мы понимаем, что существенно на самом деле это не меняется как система принципиально, у нас там горел огонь и освещал, здесь горит лампочка и освещает, это все примерно про одно. Но постоянно происходят изменения принципиальные. Всегда есть какой-то критический уровень, то есть, например, есть закон Мура, который гласит, что каждый год микросхема становится в два раза меньше, может быть не так конкретно звучит, но в расхожем описании, именно так. И этот закон работает практически всегда, +/- одинаково, то есть вот этот тренд движения – он вот такой. И сейчас, на данном этапе, он перестает работать. И не потому что мы не можем сделать еще в 2 раза меньше, а потому что нам это уже не нужно, мы уже подходим к этому фазовому переходу, переходу на другую систему, скоро эта система изменится. Сейчас даже сложно сказать, что это за система, но уже это становится неактуально. Был резкий взлет, каждый год в 2 раза меньше становились микросхемы, соответственно меньше нужно потребление каких-то конструктивных элементов, в 2 раза меньше может быть устройство и так далее, все это улучшалось, упрощалось, удешевлялось, потому что нужно тратить меньше всех этих веществ и в какой-то момент — это уменьшение прекратилось, потому что стало неактуально, но не прекратилось, а стало меняться, уменьшаться, и это тренд масштабирования начал уменьшаться. И тут понятно, что мы подходим к фазовому переходу. Если построить график изменения закона Мура, то можно примерно просчитать где примерно будет этот переход, но непонятно к чему он будет вести. И то же самое в принципе можно оценить в любом процессе. Как изменяется какая-то инновация, где ее предельное значение, когда нужно готовиться к тому, что надо переходить на другой уровень и придумывать что-то новое. Само свойство, назначение этого процесса не сильно меняется, принцип работы поменяться может, сама структура, а принцип, зачем все это и такой смысловой уровень может остаться на том же уровне. Опять же равновесие и эта спиральная история перехода, должна быть без прыжков. С одной стороны, сам фазовый переход это прыжок, это сильное изменение системы, с другой стороны, это не прыжок через ступень, то есть когда вы движетесь по спирали, вы не можете с одного витка перекинуться сразу через один, если вы движетесь именно по ней. В жизни можно попытаться так перепрыгнуть, но это будет дестабилизация и на этом уровне вы удержаться не сможете, нельзя перескакивать, пока не обучился, даже если ты думаешь, что ты готов к какому-то далекому уровню, нужно пройти все предыдущие, нужно получить этот опыт. Нельзя становиться управленцем большой компании, пока вы не прошли уровень в принципе управления, вы можете там быть, вас могут туда поставить, но это будет нестабильная система, вы там будете как элемент, который не подходит этой системе, который ей не управляет и на этом уровне на самом деле не находятся, а в какой-то момент будет провал. То же самое касается истории, когда идет лотерея, когда человек выигрывает столько, сколько он не может

потянуть, он к этому не готов, у него нет этого опыта, он не знает, как взаимодействовать с деньгами, не знает, как их сохранить и приумножить, у него вообще нет знаний никаких и ему кажется, что все это просто, что тем, у кого есть деньги, живется замечательно, у них огромная власть за счет этих денег, вы сможете найти помощников, друзей, только друзья будут хотеть от вас денег. Помощники, которые как бы должны помогать в решении вопросов, на самом деле помогать не будут, они будут пытаться вытянуть деньги. Соответственно, тут складываются, притягиваются элементы, те, которые входят в резонансную систему. Вы получили деньги внезапно, чем большая сумма, тем больше вы потеряете, тем больше будет проблем, вероятнее всего, и если вы их получили ни за что, вы ничего в мир не отдали. Другое дело, что вы создавали бизнес, потом его весь потеряли, у вас его отобрали, а потом вы выиграли в лотерее и у вас есть деньги, но вы для этого сделали очень много, вы дошли до этого уровня развития, вы готовы к этим деньгам. И тогда будет другой исход. Если вы ничего не делали, а пытались просто получить деньги не за что и вдруг они на вас свалились, тогда они, скорее всего, провалят вас вниз. И соответственно, при таком мышлении, при таком поведении, естественно, вас будут искать те, кто хочет на вас поживиться. И даже если человек очень добрый, замечательный, тоже будут находиться те люди, которые захотят поживиться на этом всем. Они будут советовать не так, чтобы вы куда-то шли в нормальном направлении, а так, чтобы вы потеряли, а они больше заработали. И даже если вы человек, который не такого формата и потенциально могли бы привлекать нормальных консультантов в принципе привлечь человека, который будет правильно тебя консультировать в любой сфере, даже если ты профессионал и ты можешь оценить этих людей, это очень сложно найти стоящего специалиста, который сможет тебе помочь. Поэтому вероятность того, что на тебя упадут деньги и ты найдешь того, кто поможет их преумножить – минимальная, скорее всего, ты их все потеряешь или будет еще хуже. Так работает система, когда мы перепрыгиваем через элементы. Понятно, что, если ты заработал 100 рублей, скорее всего ничего и никуда не откатится, потому что ты к этому готов, ты на другом уровне. Если ты заработал миллион, миллиард, зависит от того, какой у тебя доход, это уже отразится. Это как политики, которые управляют бизнесом, или бизнесмены, которые управляют политикой, и те, и те не имеют достаточного опыта в другой сфере, он не готовы к этому и, если они приходят в эту сферу, они будут развивать не так, как нужно. Это не тот переход, который может быть, ты должен быть готов к тому переходу, который впереди у тебя.

Представьте что вам нужно объяснить человеку, что такое апельсиновый сок, какой он на вкус, тому кто никогда не пробовал апельсин и вообще цитрусовые. Сможете ли вы объяснить чтобы он на самом деле понял? Вы можете сколько угодно это делать, но даже такой простой опыт вы не можете просто так передать, человек должен пройти много другого опыта чтобы приблизиться к тому чтобы понять вас, а перейти на другой уровень и использовать дальше знания и опыт о том что такое апельсин, он сможет только когда попробует его, попьет его сока, испробует и сочных и нет и сладких и кислых, только тогда он перейдет на другой уровень и его вселенная обогатится реальным опытом, который он сможет грамотно использовать, все остальное это лишь попытка приблизиться немного к этому опыту, но не достижимая на эффективном уровне.

Пример развития фазы на уровне человеческого окружения. У человека есть определенный объем людей, с которыми он может общаться, нельзя быть лучшим другом для 1000 друзей, вас не хватит энергетически, вас не хватит по времени, вы не сможете это выдержать в принципе, эту когнитивную нагрузку. Раньше люди были в маленьких группах, они могли это выдержать, их мозг был к этому адаптирован. Потом группы увеличивались и мозг адаптировался, развивался, тренд развивался. Потом в какой-то момент они начали делиться на подгруппы и тогда уже не нужно было знать всех, управлять всеми людьми. Система перешла на другую фазу, на другой формат управления и нужно было знать всех тех, кто управлять вот этими группами и иметь с ними отношения. При этом ваш единичный уровень того, как вы можете взаимодействовать с конкретными людьми, мог упасть, потому что сначала вы развиваетесь, вы можете взаимодействовать с 15 людьми, потом все разбились по группам, и вы взаимодействуете максимум с 7. Потому что ваше колебание пошло вниз, а система перешла на новый уровень. И в конечно итоге один из фазовых переходов вот в этой системы, когда стало понятно, что человек уже должен управлять огромным количеством людей, если он держит, например, компанию, он должен взаимодействовать с очень многими людьми. Общество начинает быть ближе, группы становятся больше, и человек должен управлять большим количеством. И для того, чтобы это делать, фазовый переход произошёл в сторону системы управления, в направлении дистанционного управления. Человек до сих пор не может нормально управлять очень большой группой людей сам, физически, если ему не помогают в этом устройства, правила, помощники, то есть этот принцип, не сильно изменился, но изменились условия. У человека появились автоматизированные системы, он управляет другими людьми с помощью денег, правил, веры и так далее. В принципе у человека есть ограничения по количеству людей, которых он может помнить и которых он может воспринимать и это 200 человек. То есть в нашем окружении может быть максимум 200 человек, которые что-то для нас значат, не только эмоционально, а в плане понимания, управления, взаимодействия, все остальное это могут быть только группы, которые управляются через других людей. И у нас это максимальная когнитивная нагрузка на уровне не каждого дня общения, а на уровне вот этого близкого круга, с которым мы можем хоть как-то эффективно коммуницировать. И соответственно, если вы развиваетесь в плане управления, вам нужно учитывать, что у вас есть вот эти условно 200 человек, в которых можно менять окружение. То, как вы взаимодействуете с внешним миром, будет зависеть от того, кто у вас в этой копилке и кого нужно поменять. Потому что если вы туда добавляете постоянно всех рандомных людей, то кто-то оттуда отваливается, а в какой-то момент эта копилка закрывается, и вы больше не можете эффективно взаимодействовать. И может быть какой-то человек, которого нужно добавить, но он уже туда не поместится. И это определённый уровень нагрузки вот этого фазового перехода, когда мы начинаем взаимодействовать уже с группами в онлайне, в каких-то играх и так далее. И эти переходы управления от 10 человек вокруг, до тысяч прошло и человечество в принципе и страны отдельные и каждый отдельный человек, который дошел до огромных групп, двигался постепенно, проходя каждый этап сам. Нужно сначала самому что-то пройти, а потом искать людей, потом опять самому все это выстраивать, делать структуру и потом дополнительно искать людей, которые будут управлять уже этой структурой. Это должно быть поэтапно, нельзя прыгать с одной позиции на другую и ждать, что вы там будете эффективны, просто потому что у вас что-то было эффективно на другом месте. Опыт необходим и его нужно проходить поэтапно. Поэтому часто в книжках мастера или

большие бизнесмены своим последователям, фильмам говорят, что если хочешь добиться моего положения – иди и начинай с мытья полов, потому что даже этот уровень изучения потребностей, изучения позиции тебе необходим для того, чтобы потом управлять персоналом, чтобы понимать какие люди вокруг, что они хотят, чтобы понимать, что такое настоящий труд и не сильно оплачиваемый труд, чтобы ценить то, чего ты достиг, чтобы впахивать без большого получения прибыли, большой отдачи и быть готовым, что это будет ждать тебя потом. То есть потом есть большая вероятность, что ты где-то обанкротишься или ты не будешь ничего получать и будешь работать. Ты придешь в ту же ситуацию, это спираль замкнется. Ты опять будешь тем же уборщиком, который постоянно что-то делает и не зарабатывает, но ты это будешь делать уже осознанно, ты будешь понимать, что потом ты перейдешь на новый уровень и получишь то, что ты хотел получить. Поэтому, важен каждый шаг и важна эта укомплектованность системы для перехода на новый уровень. Все происходит с качественными скачками на другой уровень, количественно копится информация, данные материалы, потом это позволяет качественно скакнуть. Это, во-первых, противоположности, разнополюсность, то есть сначала вы копите количественно информацию, потом у вас есть качественный скачок изменения полюса, противоположность и качественно нельзя скакать постоянно, нужно переходить опять к количеству, нужно набирать, трудиться и что-то делать, потом – качественный скачок. И наоборот, само набирание количественной информации, количественных навыков не приведет вас к тому, что этот качественный скачок будет, вернее, не приведет вас в принципе к скачку, он должен быть другого формата, другого уровня. Просто количество к этому не ведет. Как пример искусственного интеллекта - вот то, чего боятся сейчас люди, ученые, техники, что искусственный интеллект сейчас на низком уровне, он очень слабый и в какой-то момент он перейдет на уровень, когда он будет сам себя по настоящему развивать и через какое-то время он будет расти экспоненциально, и скачок увеличения будет в 2 раза, сначала он будет происходить за год, потом за полгода, потом за 3 месяца, потом за полтора месяца, если это будет пропорционально идти, естественно это будет не так, а по какой-то другой кривой. В итоге дойдет до того, что какой-то скачок роста будет за 1 минуту и настанет такой момент, что весь этот искусственный интеллект перешел на уровень сильного. До этого нам еще идти и идти, мы не знаем как это сделать, как это будет происходить и что это такое, мы не знаем, когда это произойдет, но наши технологии до этого далеки, а вот по времени вполне вероятно, что это не так далеко, а довольно близко, это может быть от 20 до 100 лет, и в тот момент, когда искусственный интеллект станет сильным, он начнет развиваться. Допустим, мы месяц будем жить счастливо, что он развивается, а потом за один день он превратится в сверхсильный и в этот же день он уже будет управлять всем, он будет подключен ко всему, будет подготовлен ко всему и когда он станет сверхсильным, ему хватит 1 минуты, чтобы захватить мир, если ему будет нужно. Вопрос – что он будет делать и зачем, на это уже сложно ответить, но произойдет это внезапно для нас. А для системы это нормальный фазовый переход, он накопил критическую массу и перешел. И может быть он перейдет от сильного к сверхсильному за 1 день, может быть за 10 минут, может быть за месяц, а может быть за несколько месяцев, но там уже рост будет кратный. И что он дальше сделает – непонятно. И вот этого больше всего боятся формате искусственного интеллекта.

## 42. переход\_спираль\_обобщение

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1yXuqY7HywVeuLsIBCZVv3rbFpPhNy3Bk/view?usp=sharing>

И завершая тему про то, что прыжки не могут быть нормально восприняты, не могут переходы быть укомплектованными и приносить какую-то пользу - если мы не подготовились, не получили достаточный опыт, если не сложилось все обстоятельства в единую систему и, если мы не идем поэтапно, прыжки нам ничего не дают, то есть мы не можем перейти на новый уровень, перейти через фазовое состояние и получить эффект, если мы пытаемся перепрыгнуть. И идея о том, что в этом нет смысла подтверждается в принципе наличием книг и наличием каких-то курсов, преподавателей, в принципе процесса какого-то обучения. То есть, если бы можно было перепрыгивать с одного состояния на другое, перепрыгивать через состояния, то нам не нужны были бы такие процессы, как обучение. Потому что, если мы смотрим, например, на какую-то книгу, если это художественная литература или если это психологическая литература, в которой немного каких-то цифр, фактов, то в этой литературе, скорее всего есть определенно несколько мыслей и всех их можно выразить через несколько строчек, можно их описать лаконично так, чтобы вся книга точно уместилась на одной странице. То есть все вот эти вещи, которые мы сейчас разбирали, это несколько мыслей, развернутые с разных сторон, по несколько раз проговоренные с повторениями, с разным оцениванием с разных сторон, просто чтобы эта информация укомплектовалась, чтобы она создавалась как сущность, и чтобы она могла как-то внедриться в сознание и стать его частью. Но на самом деле, если описывать смысл всех вот этих разговоров, то смысла там не так много и фактически это все можно описать на одной, максимум на трех страницах, привести основные тезисы и то, наверное, на трех — это перебор, если писать тезисы, наверное, все-таки это одна, при более или менее подробных тезисах. И большинство книг содержит определенные мысли. Если мы берем художественную литературу, там может быть эмоциональная часть, то есть человек не читает книгу чтобы получить какой-то смысл, он читает ее чтобы получит эмоции. Но на самом деле в любой эмоциональной, художественной книге, есть какой-то подтекст, есть какая-то основная мысль, которую человек хочет донести, и читатель должен воспринять. Большинство книг, которые не являются, например, учебниками, содержат ограниченное количество мыслей. Если это учебник по алгебре или по физике – да, там будет много примеров, много разных законов и то, эти книги можно сократить в 10 раз как минимум, даже если есть много каких-то законов, для того, чтобы человек что-то понял, чтобы осознал мысль. Если важна только сама мысль, а не ее упаковка и внедрение в наше мышление, в наш организм, то большинство примеров разных не нужно, какие-то истории не нужны, подводка тоже не нужна, нужны просто сухие факты и чтобы человек их прочитал, узнал и все. Но так не бывает. Человек не может воспринять эту информацию просто так. И не просто так появляются преподаватели, они не только отвечают на вопросы, они существуют не только для того, чтобы мы могли задать вопрос по теме, которая нам была непонятная, они существуют для того, чтобы создавать мотивацию, чтобы следить за тем, поняли мы мысль или не поняли, для того, чтобы с разных сторон ее описывать, приводить примеры, таким образом, чтобы мы приняли эту мысль, чтобы ее оценили, о ней подумали, чтобы мы ее осознали и чтобы она осталась у нас в

голове и в нашем существе. Именно для этого нужны преподаватели. Сама и информация, как таковая, несет в себе лишь половину значимости в обучении. Это опять же про то, что информации сейчас в интернете огромное количество, однако кто-то ей умеет оперировать, а к то-то нет, кто-то ее осознает, а кто-то просто прочитал и знает, что есть такое понятие, это совершенно разные уровни. И даже возвращаясь к научной литературе, литературе школьной или институтской по физике, математике и так далее, когда человек проходит курс, у него постепенно эта информация все равно из головы вылетает, формулы, как это действует, у него остаются определенные смыслы, большинство мелочей и точных данных у него из головы улетучивается. И если это улетучивается, то по логике того, что можно перепрыгнуть и можно не получать опыт, можно просто что-то узнать, куда-то попытаться перескочить, можно было бы всю эту информацию не давать в учебниках, можно было бы дать, только ту информацию, которая у большинства студентов остается после обучения. Если мы посмотрим на исследования сколько остается информации у студента после того, как он закончил институт, то там очень, очень плачевые цифры, от 5 до 15% того, что студент изучил, это максимум что вообще остается. В основном, по-моему, 5%, я могу тут ошибаться, но примерно такие цифры, они ужасающие с точки зрения объема потерянной информации. И тут есть проблема в самом образовании, в самом подходе к обучению, но факт такой. Причем это касается самых лучших университетов мира. И если бы было важно просто обозначать какие-то факты, рассказывать какие-то факты остальным людям, не было бы ни образование, не было бы отношений, потому что все наши отношения строятся на том, что мы рассказываем историю, мы что-то создаем, какое-то информационное поле, мы не просто говорим – я хороший, я богатый, я бедный, я вот так вот выгляжу. Мы не на этом основываемся, нам нужна полная картина и тоже самое для вот этих фазовых переходов, нужна полная картина, полное осознание какого-то процесса чтобы можно было на следующий этап перейти и эти этапы одинаково существуют во всех процессах, во всех направлениях, всегда нужна критическая масса и синхронизация этих вещей, для того чтобы на следующий шаг перешагнуть.

**Все возвращается на круги своя и все имеет какую-то отдачу**, последствия. Круг сансары, карма – все это про вот эти вещи, которые мы уже обсуждали, круг сансары – это повторение этапов, это переходы по спирали, но мы проходим один и тот же промежуток и в тот момент, когда мы достигаем какого-то уровня, когда накопим определенный опыт и пройдем свой путь, достаточно укомплектуемся в принципе в жизни, мы уже переходим на новый уровень для того чтобы произошло это повторение процесса обучения. Вообще это какой-то круг страданий, но я не могу сказать, что жизнь это про страдания, это про испытания, про получение опыта. Любой опыт, любые испытания – это напряжение, это в какой-то степени тяжело. И как только человек находит вариант, как только он получает необходимый опыт, он переходит уже на новое фазовое состояние, и по их принципу у нас колебания – это жизнь-смерть и мы можем жить и умирать сколь угодно, пока не перейдем на фазовое состояние высокого уровня. Это на уровне больших колебаний. И теоретически мы тогда от одной жизни к другой меняем общий уровень и можем подниматься вверх, опускаться вниз, пока не нащупаем это все и не перейдем дальше.

Карма – это про то, что есть напряжение, что есть ответная реакция и в любом случае, что бы ты ни делал, создастся какой-то антагонист, который накажет. Только карма –

это в расхожем понимании, вид какого-то наказания, а мы это рассматривали с точки зрения просто закона сохранения энергии или закона о том, что сила действия равна силе противодействия, как в физике. То есть всегда есть обратная история, если где-то появляется дополнительный эффект, где-то будет его противоположность. И в данном случае объясняется этот кармический закон. Или, когда мы говорим, что воровать, грабить – все это плохо, это все довольно понятно и хорошо объясняется с точки зрения подобных фреймов, потому что, если вы забираете что-то, что вам не принадлежит, то появляется опять же напряжение, вы уходите сильно по уровню заработал или украл, по уровню в негатива и должно быть опять же противоположная реакция, должно что-то произойти. Что это будет – неизвестно, это может быть какая-то кражи у вас, может быть какая-то проблема с деньгами или проблема со здоровьем, но это обязательно энергия, которая создаст противоположность. То есть у тех людей, которые являются какими-то великими, с нашей точки зрения, у них все наоборот, у них появляется сначала проблема, какое-то горе и эта проблема, это горе и создают напряжение с другой стороны и это напряжение дает гениальность, большую энергию. Если мы идем в негативную сторону, будет какой-то ответ в этом плане, будет какое-то напряжение с другой стороны и будет появляться вот эта противоположность нашему действию, противоположное напряжение, которое будет хотеть уравновесить наше действие. Соответственно, негативные истории порождают вот эти негативные последствия. При этом, если на человека внешнее давление, как на гениальных людей, то есть не они нанесли себе травму, противоположность движет их к положительному полюсу, компенсируя, а если человек сам попал в проблемы, то тут нечего компенсировать, так что важно откуда пришел надрыв и каким образом. Или понятие точек максимума, как например, писал Роберт Кийосаки про исследования того, как люди зарабатывают, как они относятся к деньгам и чего они добиваются, если говорить о самых богатых людях, это его слова, может это на самом деле не так, но говорил, что из всех тех людей, которые зарабатывали больше всего из тех, кто стремился больше всего к деньгам у них жизнь заканчивалась довольно негативно, кто-то из них покончили жизнь самоубийством, кто-то оказывался в психбольнице, кто-то умирал от какого-нибудь рака и там из 10 человек только 1, по-моему, из тех, кого он называл выжил и то у него жизнь так себе. То есть это максимальное отклонение от центра, дает негативные последствия, расшатывает систему, система становится нестабильной и вот эти провалы, амплитуда увеличивается и провалы по нам бьют очень сильно с эмоциональной и физической точки зрения. Все эти вещи, они более-менее описываются подобными фреймами и важно всегда понимать, что это просто варианты мышления, это ни какие-то правила и действительные законы вселенной, это то, обращая внимание на что, можно изучать мир и больше понимать, быстрее потреблять какую-то информацию и быстрее присваивать ее себе, быстрее проходить через эти фазовые состояния, то есть быстрее получать опыт, не перескакивать, а просто эффективно его получать.

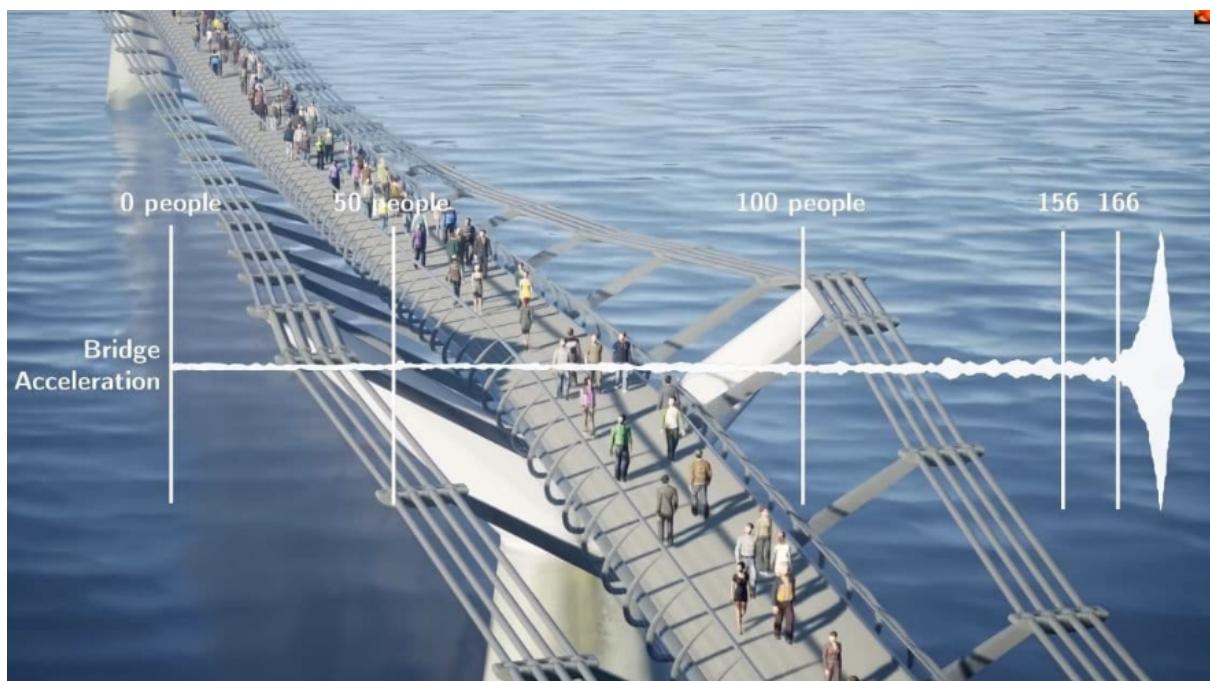
## 43. колебания\_переход\_резонанс

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/12QafTWAh4wpx09NbBS\\_0HbtfgWGE2Cz/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/12QafTWAh4wpx09NbBS_0HbtfgWGE2Cz/view?usp=sharing)

И последний элемент – это **резонанс**. Раз уж многое тут основано именно на движениях, на колебаниях, есть понятие резонанса, которое говорит о том, что если волны одной длины накладываются друг на друга, попадают в частоту, вернее даже можно разные амплитуды, но с одинаковой частотой, то они начинают друг друга масштабировать. В этот момент очень сильно увеличивается общая амплитуда. И это может систему очень сильно расшатать. Например, если люди, военные идут, маршируют, они не должны идти по мосту и тоже маршировать, либо должны идти какими-то мелкими группами, либо они должны перестать маршировать, потому что когда они маршируют, они создают одинаковые колебания, попадают в такт и начинают расшатывать систему, начинают в какой-то момент синхронизироваться с колебаниями моста и в тот момент, когда колебания марширующих солдат совпадает с колебаниями моста, амплитуда колебания моста увеличивается кратно. И мост может просто разрушиться, сломаться. И какое-то время это не учитывали, потом на реальных случаях люди научились и поняли, что нельзя маршировать на мосту.

Есть пример того, как построили мост, я уже не помню, где. И это был довольно крепкий мост, он должен был выдерживать огромное количество людей, и он их выдерживал. По своей нагрузке мог выдержать очень много людей, которые по нему идут, но люди при переходе, с определенного количества, доходя до определенной суммы людей ходящим по мосту, начали синхронизироваться в колебательной системе их шагов, они же идут и шатают мост вместе с колебаниями моста. И вот тут есть картинка того, как разрушился этот мост, что от 0 до 100 человек пока они шли, практически ничего не менялось.



То есть эту нагрузку мост выдерживал в плане именно частоты колебаний. Количество людей он мог выдержать кратно больше, если бы они стояли, но они шли, создавали колебания, и в тот момент, когда они перевалили за сотню, начались увеличения амплитуды и небольшое расшатывание. Когда они перешли к 156 человекам, это было

уже определённое критическое значение и тут колебания еще увеличились. И в тот момент, когда 156 перешло с 166, добавилось всего 10 человек, колебания синхронизировались и произошел очень резкий скачок, скачок амплитуды колебаний за счет создания резонанса. Это был огромный мост, и в итоге он сначала очень сильно начал шататься, и я не помню уже на данный момент, сломался он или нет, но было понятно, что долго он такого не выдержит. В итоге такой объем людей по нему ходить не сможет, хотя это было какое-то очень большое строение, в него вложили очень много денег, оно было очень прочное и длинное, очень серьезны мост, тем не менее не учили именно то, что при определенном количестве людей колебания моста, частота моста может совпасть с частотой людей. И это было связано именно с количеством человек, которые в итоге синхронизировались на нем. Конечно важно и то что мост начал передавать движения остальным и они начали синхронизироваться с другими людьми по частоте. И тут видно, как при приближении к резонансному количеству в самом конце начинает увеличиваться этот колебательный контур. Он по большей части начинает не у сотни увеличиваться, а вот на уровне 130 и сильно увеличивается на уровне 156, после этого уровня. Дальше происходит этот резонанс, в нашем случае это можно описывать, как фазовый переход, то есть переход моста из одного состояния в другое, из стабильного состояния, когда он выдерживает количество людей, хоть они прыгают, хоть они носят тяжелые сумки, до того состояния, когда он не выдерживает их совсем и просто переходит на другой уровень, где начинает разваливаться, хотя мощности и сил у него вполне себе хватает, для того чтобы их выдерживать. И вот это можно считать подготовкой к фазовому переходу и определенным фазовым переходом.

То же самое с движением химических реакций, синхронизация за счет движения моста, планет, синхронизация электрических волн, сердца, охлаждение и заморозка воды, все это происходит в пике, все это фазовые переходы. И фазовый переход переходит именно когда частотность начинает совпадать и метафорично, если мы говорим об укомплектованности системы, когда именно она перейдет вот в это вот фазовое состояние, то мы можем говорить о частотной синхронизации разных элементов, необходимых для этого фазового перехода. То есть элементы, которые необходимы – это какие-то параметры, разные навыки, знания, опыт весь, который нам необходим для того, чтобы перейти на другой уровень мышления и понимания, и как только у всех этих параметров синхронизируются между собой колебательный контур, как только эти волны становятся похожими по частоте, они начинают приближаться к критической массе, опять же они должны набрать необходимое количество этих параметров и у этих параметров должны быть какие-то определенные амплитуды. И в это момент происходит резонанс, происходит фазовый переход. То есть у нас есть разные волны разных процессов и они должны синхронизироваться, а синхронизироваться – это дойти до частоты, когда они укомплектованы. Условно, когда у нас получен какой-то навык, это определенная частота, когда получены знания – это такая же частота для этого процесса, когда у нас получен опыт – это частота для процесса опыта и нам нужно чтобы определенное количество этих частот соединилось между собой, то есть мы везде добрались до какого-то уровня, чтобы, совместившись вместе они дали фазовый переход. И это не какое-то ограниченное количество параметров, это не то, что мы для того, чтобы стать мастером в каком-то деле, должны набрать 10 параметров и, если мы наберем 9, тогда ничего не получится. И все, кто переходит на следующий уровень, получают все 10. Такого точно нет, потому что у людей, когда они

переходят на разные уровни, все равно разное понимание, у них разные уровни этих фазовых переходов, то есть этот набор навыков, набор, того, что у них синхронизируется, колебательных контуров – разный, у кого-то больше, у кого-то меньше, у кого-то более укомплектованы, у кого—то менее, у кого-то одни контуры, у кого-то другие и их явно немало. Должно очень много всего совпасть, для того чтобы произошла эта синхронизация и произошел резонанс и этот резонанс позволил перейти на новый уровень, произвести это фазовый переход. И, естественно, нет какого-то понимания того, что все это входит в резонанс, нет каких-то научных знаний об этом и никто особо не изучал подобные вещи, какие там есть колебания, насколько они синхронизируются между собой и есть ли связь между колебаниями разных процессов, но это определенная метафора для понимания этого процесса. Вы должны набрать определенное количество волн, довести их до определенной частоты, чтобы они совместились и когда произойдет резонанс, в самом конце вы увидите это увеличение колебаний, которые как бы расшатывают систему, вот здесь уже почувствуете, что что-то не то, будет, какое-то отклонение и потом процесс, который произойдет дальше, будет очень резким и он сразу изменит всю систему. И это процесс вот этого фазового перехода, который является резонансным значением.

## 44. Дополнительно

### Маньяки

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/12PZTFzJSt\\_EirbxkyM149FDwwexZplcF/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/12PZTFzJSt_EirbxkyM149FDwwexZplcF/view?usp=sharing)

Есть серийные убийцы которые убивают людей и у них есть отклонение, у них есть потребность они не могут с этим справиться и вот эта история о их существовании, говорит нам о том, что в мире что-то неправильное, таких людей существовать не должно их просто не должно быть, иначе мир неверно составлен. На самом деле я у всех этих людей в реальности есть отклонения, которые собирались годами. Они жили своей жизнью, у них происходили какие-то проблемы в детстве я не говорю о тех людях, у которых были какие-то там повреждение мозга например, я говорю про психологически проблемных людях. Какие-то из них совсем сходили с ума потому что психика неправлялась. Они увеличивали и увеличивали вот эту дозу и ломали себе психику совсем и становились совсем сумасшедшими. Большинство людей на самом деле я очень сломленные и в какой-то степени побитые жизнью. Это ни в коем случае не оправдывает их, но у них были причины почему они это делают. То есть это не

просто родился человек и вот он психопат, вот он стал психом. А он родился, у него начались какие-то проблемы в детстве он получил какие-то серьёзные психологические травмы, это повторилось ещё раз, потом ещё раз, потом ещё раз и в итоге, в какой-то момент, его психика надломилась и он провалился очень далеко и создалось вот это напряжение. То есть он ушёл на полюс вот этих страданий и ему для того, чтобы всё это выдерживать нужно периодически выходить наружу, а то есть идти к другому полюсу, иначе его ничего не уравновешивает. Да тут нет такого что человек начал жить своей жизнью, вот ему чего-то не хватает логику и логике ему Катастрофически не хватает и вот он её никак не добирает нигде он её будет добирать в партнёре в родителях в друзьях в коллегах то есть он эту частичку где-то да берёт. У сильно сломленного человека добрать вот это количество какой-то любви сторонней нет возможности. То есть он постоянно внизу ему постоянно нужно что-то сверху, какое-то успокоение. И вот это история накапливается естественно его дёргается в другую сторону полиса и из-за того что он в том числе уже такой сломанный, люди не особо-то и хотят прям к нему что-то проявлять, но они чувствуют всегда что что-то не так. Это очень хорошо видно например по тем же психопатам. Один из вариантов, как отличить психопата от другого человека, это понять что вас с одной стороны к нему тянет, а с другой стороны это вызывает страх и страх совершенно необоснованный с точки зрения логики и опять же мы говорим о психопатах не серийных убийцах, простых психопатах. И в случае с будущими серийными убийцами, люди чувствуют что у этого человека что-то не так, ну как минимум сломлен. И накапливая вот эту вот энергию с одной стороны он должен периодически давать выход в другую сторону. и в основном, они говорят о том, что в тот момент, когда они совершали свои преступления они чувствовали облегчение они чувствовали силу, но вот то что им не хватало и из-за того, что они не постепенно выходили из этого состояния, а начинали делать это скачком, то есть они совершают преступление, ощущают другую эмоцию она переводит совершенно другую сторону и это происходит вот этим рывком по графику и соответственно создаётся уже вот уже волна, которая должна ходить туда-обратно и человек внизу. Он находится дольше не на таком катастрофическом состоянии в каком находится в момент преступления. Но это компенсируется тем что внизу он находится долго и потом он очень быстро находится вверху, но там уже вот эта линия пик, он компенсирует вот это время негатива тем, что сама амплитуда очень высокая.

И соответственно его система в какой степени уравновешивается. И далее, каждый раз, когда он повторяет одно и тоже действие и естественно, у него ослабевает взлет эмоций и он уже не может долго компенсировать провал меньшей амплитуды. И соответственно выхода два, либо добавить что-то в само действие, сделать все как-то изощреннее, либо чаще повторять это действие. Изменение ощущений происходит так как его линия в принципе перестраивается, она проваливается и нужно все больше пиков, так как разность потенциалов должна компенсироваться с продолжительной "ломкой". Получается раскачивание он не может нормально сдержаться, он не может жить в равновесии и выйти на какой-то нормальный уровень, его постоянно будет качать и у него постоянно будет возникать эта напряжённость, поэтому они не успокаиваются, поэтому они начинают сходить с ума.

И в этой системе плюс-минус понятно как всё это происходит у данных людей. Если мы говорим в принципе о таких проблемных историях есть такое понятие как Стокгольмский синдром. Это когда человека запирают где-то и похититель не выпускают человека долгое время. Через какое-то время человек начинает

сочувствовать похитителю. Во-первых потому что он начинает понимать что он такой же, человек что у человека тоже есть проблемы. Он начинает видеть всю эту слабость и внутренние крики о помощи и так сказать, и начинает сочувствовать. Плюс у человека опять же амплитудные скачки они очень высокие и это в какой-то степени уже привыкание. Да его сильно провалили, а потом он чуть-чуть успокаивается и начинает постепенно спускаться вниз, и для него это становится нормой. И когда для него это становится нормой появляется вот этот Стокгольмский синдром, когда он уже сочувствует преступнику и более-менее нормально к нему уже относится. Хотя тот преступник, и вообще испортил ему жизнь. Но из-за того, что человек спустился вниз, для него это уже стало нормой.

И возвращаясь к тому что вот таких историй не должно быть, да это неправильно, что есть вот такие сильные отклонения, но нет героев, если нет вот таких негативных персонажей, как там серийный убийца, а также это история, которая показывает в какой-то степени и проблемы общества.

Все эти люди, они страдают в основном, у них зависимости. Я не понимаю что это зависимость они мучаются от этого они находят себе какие-то отговорки и оправдания но многие из них пережили довольно сложные

Эти люди просто ломаются, так как их поместили в эти состояния. Не все люди бы сломались в этом положении, но они слабее. Если мы позволим им прожить вот эти истории, они станут психами, но если они не пройдут этот путь, они такими не станут. В данном случае они начинают считать что они никому не нужны, они как-то не состоялись и начинают обвинять мир и это создаёт вот такую ситуацию, напряжение, безысходность, они оказываются заперты в своем мире.

Есть правило того как выстраивать войну или охоту. Если вы нападаете на какого-то человека и вы хотите его загнать преследовать и что-то от него получить, его нельзя загонять в угол. Если человек или животное находится в углу, у стены, то есть зажат и заперт и понимает что дальше всё, стена, бежать уже некуда, даже если он сильно вас боялся он вероятно нападет и это нападение будет довольно сильным, потому что это состояние вот этого взрыва о котором мы говорили, когда идёт перебор через амплитуду, то есть слишком сильно рвануло эмоция в полюс страха, доходит до предела, происходит взрыв и человек проваливается на середину, где он уже не ощущает страх, он просто начинает нападать и у него стирается из головы предыдущее состояние. Причем он находится в состоянии близком к среднему, а это довольно ресурсное состояние и соответственно он становится опасным противником, которому вполне можно проиграть.

Это значит что нужно оставлять какое-то расстояние до вот этой вот верхней границы, чтобы не перейти к взрыву. И вот тоже самое происходит у этих людей, их доводят до состояния, когда у них рвётся их система и их начинает шатать.

Многие получили травмы в детстве и если мы будем изучать их, то возможно решим что это мелочи, что они не могут так повлиять на здорового человека, что значит с ним заранее что-то было не так, но на самом деле, в детстве мы воспринимаем мир сильно иначе, а сейчас нам это представить сложно, но вы можете вспомнить как ощущались ссоры, провалы в отношениях в то время и сравнить с текущим состоянием, тогда было все гораздо острее, а если к этому переломному моменту приложили руку еще и родные, то довести ребенка становится совсем просто.

Мир действительно сломал как личность многих из этих преступников и то что такие люди появляются, это определённые флаги того, как живут люди, как они

взаимодействуют. какая происходит коммуникация насколько они здорово относятся друг другу.

То есть такие вещи будут происходить если будет вот такая напряжёнка, если будет такое давление на отдельных личностей и это нормально для природы, но мы считаем что это совсем как ты неправильно. При этом, если говорить о состояниях вот этих вот людей, похожи они на кого-то или нет, можно ли их распознать или нет, то ответом будет скорее нет. В основном они все похожи на обычных людей у них нет никаких определенных проявлений, которые можно было бы увидеть и осознать что это маньяк, потому что это просто человек которого сломали и вот его туда-сюда крутит, это не был заранее какой-то сформированы убийца. Есть отдельные личности которые создавали всяческие секты и тут чуть проще их оценить, потому что это другой вид людей они изначально обладают определенными качествами которые довольно хорошо видны. Но это психологически другие люди, они не всегда становятся преступниками, поэтому распознать их все равно будет слишком сложно.

## развитие на примере журнала

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1niL4epEvVWfkILgJvAbKNyvjt3CLC1cl/view?usp=sharing>

**Ты развился не когда понял глубокие мысли через гениальное произведение. а когда смотришь дешевый сериал и понимаешь через него как устроен мир в принципе**

Метафорично эта фраза о том что такое понимание что такое осознание мира и это то понятие, которому должна вести вся эта книга и вся эта теория. Про то что мир нужно понимать его нужно проживать и чувствовать, он должен быть не во вне, он должен быть внутри и мышление должно быть первостепенным. То есть не информация как таковая, управляет, а то как вы её используете, то как вы мыслите исходя из той информации которая вам дана. Это опять же возвращение к фразе о том, что если вы сможете понять, как устроена семечка, вы поймёте как устроена вся вселенная. И это фрактальная часть мира.

Есть человек начитанный он может много чего знать, у него может много какой хранится информации в голове, но если он не умеет использовать свой мозг, если он не умеет использовать свое мышление, он из этой информации ничего не получит. Это будут всегда какие-то законы, всегда ограничивающие вещи. То есть он услышал что-то и считает что всё так и должно быть, он не будет это проверять он не поменяет потом менять своё решение, он будет спорить доказывать просто из-за того что он слышал в каком-то авторитетном источнике или авторитетного автора неважно. Или он прочел что-то гениальный говорит, да это гениально, но это необязательно ощущается и какие реальные необязательно он понимает какой смысл в этом есть?

**Два человека знающие одну и туже информацию не равны в своем знании**

Настоящее искусство мышления проявляется тогда, когда вы слышите, видите какую-то очень незначительную информацию, а у вас мозг начинает её обрабатывать и доставать оттуда что-то очень полезное смотреть. Под совсем другим углом смотрите на это.

Истории гениальности Эйнштейна или Ньютона, который смотрели на стандартные события в жизни, как светит солнце или падало яблоко, навело их на глобальные мысли и это и есть искусство мыслить, то есть видеть стандартные или глупые вещи, но находить там смысл.

Есть вы начинаете в любом виде информации находить что-то полезное, и автор который вам эту информацию передают не обязательно должен был подразумевать то что вы придумали, нашли, смысл, который он передает, может быть не связан с тем что пришло в голову вам.

Хороший пример это разные профессиональные выставки, выступления, семинары и конференции и тому подобное. Я очень не люблю конференции, потому что зачастую это абсолютно бесполезная история. Большинство вещей которые рассказывают, во-первых сильно за уши притянуто и кейсы на самом деле не работают так как их описывают. Если посмотреть на реальность там всё совсем иначе, часто люди не понимают чего они говорят в принципе и если вы начнёте использовать то что вам там рассказывают, скорее всего вы получите очень много негативного результата, потому что именно то что они рассказывают не работает, а у них есть там какая-то маленькая часть которую они выдернули из общего процесса, она сильно улучшилась неизбежно из-за того что они что-то сделали конкретное, они могли сами не смогли понять почему это улучшилось, но решили завернуть его в кейс потому что нужно что-то рассказывать это просто рекламы. Но при этом, каждый раз когда я посещаю какие-то подобные мероприятия я постоянно записываю какие-то мысли что можно сделать, что можно улучшить, что можно создать просто потому что эта конференция, то что говорит спикер приводит тебя к мысли какой-то параллельной. Ты начинаешь думать о своём, твоё внимание куда-то направили и мозг начал обрабатывать информацию там, он начал додумывать сам все эти вещи, про это направление и он рождает какие-то дополнительные смыслы. И когда вы переходите на такой уровень, когда можете из любых подобных бесполезных вещей получать какую-то пользу в этом и есть движение к мастерству.

И если мозг начинает очень сильно перестраиваться и думать подобным образом вы сможете смотреть какие-нибудь абсолютное бесполезные фильмы, сериалы, читать какие-нибудь журналы в которых нет никакого смысла и при этом всё равно вы будете развиваться всё равно ваш мозг будет расти. Он будет узнавать какую-то ещё информацию о том что есть вот такие бесполезные вещи например и это тоже опыт это тоже полезно. Но если мозг думает на том уровне где он не воспринимает ничего критически, где он не проверяет информацию он сразу верит на слово источнику тогда это уже проблема.

## ДНК

Видео:

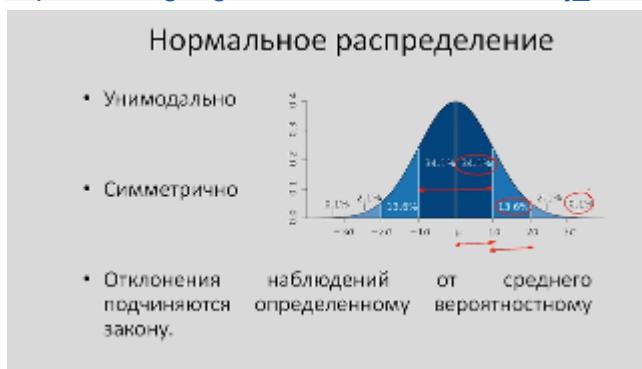
<https://drive.google.com/file/d/1YTKHiWwnsfsshDq5Q8LQZmqxg-BJkaHM/view?usp=sharing>

Внутри нас есть огромное количество разных микроорганизмов клеток и всё это живая материя, в нас живут разные существа и создают нас самих. И в этом есть смысл фрактала о том что мы живые и в нас также живут живые существа отдельно. Мы являемся миром для огромного количества живых существ. Для нас это просто тела, это просто мы, а для кого-то это целая Вселенная в которой они родились в которой они умрут и не смогут попасть никуда в другое место. Они будут жить именно у нас кроме может быть случаев когда произойдет какая-нибудь трансплантация, при которой органы могут попасть куда-то ещё, в какую-то другую, новую для них Вселенную. Поэтому, по принципу того, что есть противоположности должна быть и часть, которая неживая если такая есть, в принципе, и в нашем случае это ДНК. Если раскручивать спирали ДНК, то они развернуться в триллионы метров и всё ДНК это неживая материя. Именно эта мёртвая материя позволяет нам жить позволяет создавать жизнь. То есть это просто накопитель? У нас есть огромная база данных огромный банк, который хранится тысячелетиями, менялся эволюционировал и в итоге попал в нас, вернее не попал, а образовал нас. Это банк информации на основе которого создаётся наша живое существо, и ДНК в отличие от нашего остального тела не разлагается, потому что она неживое в нашем понимании. Наше живое тело основано просто на каком-то условном дисковом накопителе это тоже самое что компьютер. То есть у нас есть какой-то компактный и очень мощный жёсткий диск на основе которого создаётся живая материя и если смотреть на параллели с тем к чему мы сейчас стремимся, а мы стараемся изобрести искусственный интеллект, то частично это не сильно отличается потому что мы пытаемся на основе железа создать разум который будет жить, который будет развиваться, который может быть не будет понимать жив он или мёртв, и что он есть такое, как и мы в общем-то. Он будет основан на неживом элементе, как и мы сами.

## нормальное распределение

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1fY8MVi7OjZj\\_-zW5wJVhijHBsT7bXso6/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1fY8MVi7OjZj_-zW5wJVhijHBsT7bXso6/view?usp=sharing)



Тут мы видим график нормального распределения и, если посмотреть на него, здесь есть условные цифры средних значений, которые охватывают наибольшую площадь. Отклонение влево и отклонения вправо занимают по 34%, а дальше идет сегмент 13,6% и потом двое сегмента по 1,01%. Все это условные вещи, которые разбиваются так как нам удобно, то есть в данном нормальном распределении мы могли построить модель того какое количество людей появляется, с каким психотипом или с какой физиологической составляющей, кто-то больше, кто-то меньше, физиология у всех разная, и она тоже в какой-то степени типированная и вот такие вещи такие графики они есть всегда у нас в жизни. То есть всегда есть какая-то общая масса, например людей которые признают какие-то понимания какие-то правила устои их большинство и это вот эти отклонения в лево-право по 34%, есть те кто к этому относится скептически, их 13% и потом те кто это нарушает, их самая малая часть.

Или распределение денег, там есть какое-то большинство людей, которые получают мало денег потом есть условное количество и тех кто получает нормальное количество денег и те кто получает много и сверх много их там 0,1%. Вот так устроены и процессы в принципе в мире, то есть всегда есть какая-то большая часть и части поменьше это норма для статистики это норма для жизни, для процессов, всегда должны быть какие-то отклонения среднего и я не говорю о том что распределение должно быть обязательно нормальное и в таких процентах, так как там еще накладывается много разных величин, условно количественные по качеству могут отличаться. Например есть говорить о порядочных гражданах и преступниках, наверно вряд ли они должны быть в одном объеме, чтобы уравновешивать систему, так как половина преступников более энергичная половина и она из половины быстро вырастет до большего объема, поэтому тут количественное равновесие не находится в нормальном распределении. Но это график, который часто показывает нам реальность, график через который нужно смотреть на то что происходит. Если мы будем говорить о бизнесе и выводе продуктов на рынок, там есть примерно тоже такое же распределение тех людей кто в первую очередь заинтересован в последнюю очередь и те кто придут когда волна поднимется, большинство людей, которые в итоге купят когда это станет модным по отношению ко многим знакомым.

## точка бифуркации

Вideo:

<https://drive.google.com/file/d/1Dwtjd1gTYxrEoLuLiEnEsiUEE9OV5T5r/view?usp=sharing>

Точка бифуркации, это понятие которое характеризует фазовый переход изменения

состояния понятия точки бифуркации говорит о том что есть такая точка, после которой система уже точно поменяет своё направление, то есть она в любом случае пойдет в какую-то другую сторону. Ну например вы долгое время готовились к экзамену по вождению собирались с мыслями чего-то учили и в какой-то момент вам нужно сдавать уже практику и вы начинаете ехать по дороге и вам нужно принять решение остановиться в какой ситуации или нет. И вот это переломный момент, если вы не знаете что конкретно нужно делать в этой точке это будет приводить к тому что либо вы получите права, либо не получите. Это маленькая точка бифуркации на мелкой части, потому что это можно потом повторить можно, ещё раз прийти но если происходят какие-то судьбоносные моменты то это для нас становится более значимым более понятным. Например люди живут вместе и кто-то изменяет, это точка бифуркации для пары, это определенно меняет всю систему, отношения будут портиться, партнер если узнает изменения произойдут гораздо резче, но система не будет прежней уже точно. Или первый укол наркомана, который приведет изменению всей жизни. А сама точка, развилка могла быть ранее, когда человек с кем-то поссорился из-за пустяка и этот пустяк создал цепочку последоп=вательностей, приведших к данным изменениям. Или рождение ребенка, это точка бифуркации, которая меняет все восприятие мира в итоге, как бы вы не были готовы, но такое событие изменяет навсегда, а может вам предложили работу две компании и вы выбрали ту, которая изменила всю жизнь просто из-за того что с кем-то поговорили на улице и человек вам сказал что-то позитивное, связанное с одним из предложений. Эти события меняют всю жизнь. И конечно сами мелочи не меняют все, но меняет их совокупность. И как только мы осознаём смысл какой-то информации, действительно его проживаем, не просто его услышали, а действительно его прожили, это в нашем случае есть вот эта точка бифуркации и фазовый переход к мысли, которая меняется на уровне убеждений, когда мысли вмонтируются в убеждения. то есть мы начинаем иначе думать и весь наш мир он меняется, мы уже не можем думать, как в предыдущем опыте мы уже начинаем замечать что-то дополнительное, как какие-то моменты когда мы замечаем в человеке то что не видели раньше, особенно если это что-то раздражающее. Мы первый раз это увидели, осознали что это такое и дальше мы начинаем это постоянно видеть и это приводит к своим последствиям, и, конечно, это всё можно поменять, отмотать, но новое отношение прежним уже не будет. Оно не обязательно будет хуже, но оно не будет прежним то есть вот это развилка она прошла. И фазовый переход, понимание процессов это вот это точка бифуркации. Если научиться думать через вот эти разные формы, если получится очень много информации проводить таким образом через себя, это поменяет в принципе восприятии процессов и произойдёт вот этот фазовый переход, который в принципе, поменяет структуру мышления. Это история, которая поэтапная, мы постепенно к ней идём, мы смотрим, смотрим через какие-то фреймы и они начинают монтироваться в жизнь, это как говорят, если долго смотреть в бездну, она начинает смотреть в вас, тут тоже самое постепенно эти шаблоны в нас вживляются. Но сам переход, он

скачкообразной, то есть мы не чувствовали не чувствовали что это наша мысль и потом вдруг мы поняли что она уже живёт внутри и мы автоматом ее воспроизводим.

## принцип неопределенности

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/15kU6oIVruGus3CZXNF2abAXbyYN-i7o/view?usp=sharing>

Есть в физике такое понятие как принципы неопределенности он говорит о том что мы не можем до конца изучить ни один процесс как бы мы ни старались. То есть постоянно будет открываться что-то новое, движение не останавливается, нету такой позиции, в которой закончится путь и всё станет каким-то стабильным. То есть фантазия, к который мы идём, это рассчитать всё что происходит и управлять всем вокруг на уровне каких-то математических моделей это несбыточная история, потому что мы живём в теории хаоса и с одной стороны есть определённые принципы, определённые процессы, которые соблюдаются в разных направлениях с другой стороны настолько много различных влияний среды что до конца предсказать угадать что-то в принципе невозможно, плюс система адаптируется, так что то что мы узнали сейчас может измениться позже. И вот этот принцип неопределенности говорит о том, что чем точнее измеряется скорость нужно изучить остальные параметры для того, чтобы понять положение частицы.

Но это про физику и квантовую механику. Так как чтобы определить где появится частица, нужно рассчитать разные погрешности, которые вместе должны составлять постоянную планка. И если мы уменьшаем погрешность в определении скорости, то у нас меняются остальные погрешности. И в итоге этот принцип говорит о том что невозможно до конца и точно спрогнозировать положение частицы.

“Более доступно он звучит так: чем точнее измеряется одна характеристика частицы, тем менее точно можно измерить вторую. Соотношение неопределённостей задаёт нижний предел для произведения среднеквадратичных отклонений пары квантовых наблюдаемых. Принцип неопределенности, открытый Вернером Гейзенбергом в 1927 г., является одним из краеугольных камней физической квантовой механики. Является следствием принципа корпускулярно-волнового дуализма.”

[https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%80%D0%B8%D0%BD%D1%86%D0%B8%D0%BF\\_%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%BF%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BB%D1%91%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%80%D0%B8%D0%BD%D1%86%D0%B8%D0%BF_%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%BF%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BB%D1%91%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8)

Это история про то что нету какого-то конца, нет какого-то идеального решения и конечной истины, всё постоянно меняется и за новым открытием следует ещё одно. Нет чего-то идеального, к чему можем прийти и на этом остановиться дальше есть следующие шаги, дальше открывается какой-то новый мир. То есть понятие истины существуют в том плане что это какое-то очень ресурсное положение очень ресурсное состояние, но нет конечного ответа на какой-либо вопрос который можно сказать, да это вот истинно, а это нет, так как это изменяемые понятия. Есть восприятие мы можем считать что что-то уже открыто и решено и это будет истина для нас, но это не какая-то общая истина всего мира, это лишь точка, на которой мы решили перевести дух.

В 1880 году служащий Патентного бюро США подал прошение об отставке. Он сказал что “Все, что может быть придумано человеком, уже изобретено, и я не вижу будущего у моей работы”.



## ПРОТИВОПОЛОЖНОСТИ И ОТСУТСТВИЕ ИДЕАЛА

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/16eEMN56Llf1x7XDIBtrPqJqUkuFsk59q/view?usp=sharing>

В мире нет идеала и нет идеального состояния и всегда есть противоположность. То есть, если рождается одна сторона, обязательно появится другая. Все процессы постоянно изменяются, вся система движется. Соответственно из этого исходит то что нет правильного, есть просто движение, есть сама жизнь. И что конкретно для вас считается верным или нет, зависит от ваших рычажков, настроек, от того какие вещи вы считаете правильными и какие принимаете, какую сторону принимаете вы сейчас. Во всех областях у нас есть определенный выбор и исходя из этого строится наш мир. И как мы говорили о полярных мнениях, не бывает состояния в котором человек хоть насколько-нибудь не склоняется к одной стране он всегда делает выбор и только в состоянии истинности, в этом мимолетном состоянии, он может не ощущать ничего не делать выбор. Но это не наша жизнь, это частичное состояние. Вы всегда оцениваете что хорошо и что плохо в зависимости от своих убеждений и это просто убеждения. Есть люди которые считают что все должны развиваться, все должны к чему-то стремиться и если брать моё личное мнение, то я считаю что все должны знать психологию все должны медитировать, все должны заниматься каким-либо видом спорта и погружаться философию, необязательно в какую-то древнюю в просто в само понятие философии и я действительно считаю что всем это необходимо потому что такие у меня настройки, а многие люди не делают этого и проблема не в том что они не способны через всё это пройти или не готовы сейчас к такому шагу, например изучать психологию, они могут просто не хотеть, у них нет желания и их в этот момент не нужно заставлять у них свой путь свои решения, свои настройки этих очерков. Если я начинаю разговаривать с человеком, и мы углубляемся в какие-то философские темы или просто глубоко, начинаем разбирать какие-то процессы, меня начинает это будоражить, я не понимаю, как можно не восторгаться не возбуждаться от таких тем таких разговоров, от того как думает человек, от того зачем существует мир от того чтобы планировать какие-то изменения. А когда человек общаясь на такие темы не увлекаются совсем, кажется что у него какое-то низкое развитие и это моё личное отношение, это совсем на самом деле не говорит о том что у человека какое-то развитие, какого-то определённого уровня или что он не добрался до какой-то ступеньки он может жить совсем другим. Есть люди, которые ходят по полю и восторгаются травинками, колосками, понимают ценность мира в этом плане, а мне это недоступно, и тут нет правых и виноватых и нельзя человека заставлять жить не свою жизнь. Я не говорю о том, что нельзя заставлять всё. К чему-то нужно подталкивать, иногда нужно что-то запретить, иногда нужно создать какие-то правила, нет полярностей, что либо все можно, либо все должны работать по правилам, всегда есть баланс. Все люди разные и они сами принимают свои решения, они сами учатся так как им нужно.

Если кто-то создал систему, появилось какой-то течение, которое набирает обороты, и в нём довольно много людей. И это какая-то условно прорывная технология, тогда чтобы выйти на рынок например, в бизнесе можно просто открыть что-то противоположное этому. Может казаться что вот какая компания сделала что-то гениальное и невероятная, а вы делаете совсем не то, но если кто-то начал тянуть

рынок в одну сторону, появятся противники и это может быть ваш рынок. Я не говорю о том, что это нужно использовать именно в бизнесе и бизнес моделирования, тем не менее как факт это будет работать потому что на ваш продукт обязательно найдутся люди который будут думать в противоположную вот тому достижению. Это как сейчас борьба на определенных рынках между автоматизацией и человеческим фактором, то есть хорошими продавцами. Кто-то говорит что они могут всё автоматизировать и за этим будущее потому что будущее за bigdata искусственным интеллектом и так далее, а кто-то говорит что важен человеческий фактор и мы будем развивать именно продажи с точки зрения людей. И оба этих направления могут успешно существовать если не появится компания у которой будет всё это сбалансированное и она не задавят всех остальных. Но скорее всего не задавай, а просто опустит на какой-то уровень пониже. Но вот в этой борьбе данные компании могут примерно похожими.

## трансформация энергии и тестостерон

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1ZKBGwQINucXJqCuwM0yy9w9fjf91qR5/view?usp=sharing>

Наш мир это всё формальность, это наше отношение к нему и наше состояние. Если говорить о дикой природе то там есть самцы которые становятся вожаками и у них очень высокое количество тестостерона, хотя есть и множество других факторов которые чувствуют остальных, из-за они на них не нападают. То есть его сила непререкаема, во всяком случае, до каких-то пор. И даже если он не самый большой, не самый массивный, на него не будут нападать. При этом всю эту агрессию которую эти животные испытывают по отношению к этому самцу они всё равно будут проявлять только к меньшим и более слабым. Они будут задирать тех кто не может им ответить и это в том числе про накопление энергии, колтиорое нужнно выплеснуть наружу. Есть альфа-самец который, напрягает создаёт какой-то негатив у других самцов в стае, он у них копится и не проявляется, а через какое-то время они должны его выплеснуть. Ну то есть где-то пришло, откуда-то должно уйти и они это выплескивают на тех кто не может им ответить. Если посмотреть на общество, управление в компании, то это тоже процессно фрактальный процесс, он повторяется в разных вариантах в обществе людей.

Поэтому в том числе говорят про детей, что им нужно давать возможность выплеснуть свою энергию и прожить какую-то проблему потому что если этого не будет, то оно выплеснется где-то еще. А, если человек пережил какое-то состояние, но он его не прожил. То есть если он не перевёл это в какое-то другое энергетическое состояние, прожил ситуацию, осознал и это создало какой-то другой эффект или не выплеснул энергию, это обязательно будет копиться. И это будет отражаться на его организме, на его действиях, то есть эту скрытую агрессию он всё равно будет выводить, потому что она не может исчезнуть в никуда. Любая энергия, которая появляется, она во что-то превращается, она во что трансформируется, то есть, если вы злились, держали это в себе, если вы не переводили злость куда-то ещё, она перейдёт в другое состояние. То есть эта энергия всё равно будет путешествовать, вопрос каким образом и куда вы её направите. Но вот это увеличение и снижение энергии должно произойти и в случае со злостью, например, это может быть перевод энергии злости внутри самого организма то есть нарушение каких-то функций организма какие-то болезни, это может агрессия которая держится где-то внутри и меняет наше состояние постоянно создаёт неуверенность, создаёт это внутреннее напряжение пока мы её не выплеснули с ним где-нибудь на каком-то другом этапе. Или это может быть энергия, которую можно прожить и трансформировать получить из неё что-то, получить из неё какой-то опыт и куда-либо её передавать. То есть если мы чувствовали злость, мы потом осознали, что на самом деле это ситуация, которая нам помогла. вот тут мы уже можем эту злость как-бы отпустить, так как она трансформировалась. Или актёры, певцы у которых была какая-то проблема был какой-то вот этот надлом и создалось это сильное напряжение и они переводят его в искусство то есть они выплескивают его через какое-то действие. Энергия трансформируется в другую энергию, но в любом случае. этот перепад произойдёт и на уровне человека это наверное чуть больше вариативности потому что мы можем энергию и эмоции трансформировать во много всяких вещей

## ОТЦЫ И ДЕТИ

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1lw9u\\_0zVSnUlcuh2uFmKzNFaW-zuEgOt/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1lw9u_0zVSnUlcuh2uFmKzNFaW-zuEgOt/view?usp=sharing)

Так как всё меняется и колебания сначала идут вверх потом идут вниз, меняются все состояния. То есть, если в каком-то обществе было что-то признано очень важным, потом это сменится на противоположность и это из-за того что люди привыкли уходить куда-то в крайности. Ну то есть, если они начали думать, что религия, это очень важно, они всё пойдут в сторону того, что это непререкаемо это нельзя никак подвергать сомнению и все должны быть религиозные, если они уйдут от этой истории, они скажут всё это все были фантазии, давайте идти в ногу со временем, давайте считать реальностью только то что можно посчитать, потрогать руками. И такая же история происходит на уровне поколений. И есть вот эта проблема отцов и детей, что родители не понимают своих детей и считают что они живут как-то не так, и всё у них не так как должно быть. Это обусловлено несколькими вещами, во-первых меняется в принципе общество и уже нужны другие навыки нужно другое поведение нужен другой опыт и во-вторых, на этом этапе уже может смениться какая-то парадигма. То есть в какое-то время люди родились и жили общинами слаженно, помогали друг другу и больше занимались какими-то физическими действиями они естественно должны были больше быть на улице, больше гулять, участвовать в такой активности во вне, а потом пришло информационное время и люди начали очень сильно погружаться в технологии информацию естественная это порождает систему, в которой дети уже больше подвержены влиянию всех этих технократический вещей они отходят вот в эту сторону и создаётся напряжение с другой стороны. Происходит колебания системы и они отходят от одной парадигмы, неизбежно в противоположность, это может быть там какая-то середина качения или близко к этому, но это меняется и если например какое-то общество жило понятиями о том, что деньги это супер важно и все должны быть максимально успешными, что именно это мерила всей твоей жизни, например как сейчас у нас в принципе происходит то следующие поколение начинают отвергать это, начинают говорить что они не хотят к этому стремиться, они не хотят в этом развиваться и просто пытаются как можно дальше убежать от этой глупости. И получается другая парадигма которая тоже не понята ни нам, но качение произошло. А разные возрасты не понимают друг друга, так как они живут в разных системах ценностей, которые в свою очередь в любом случае меняются вне зависимости от кого-то.

## поступательное или резвое движение

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1U68ikdwdLFPKUZSdg\\_GunclgdbQOGGLy/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1U68ikdwdLFPKUZSdg_GunclgdbQOGGLy/view?usp=sharing)

Вопрос движения и скорости движения.

Двигаться можно по-разному и если мы рассматриваем движение именно в терминах колебаний то можно двигаться скачками можно двигаться по чуть-чуть, и само наше движение обусловлено вот этим направлением куда движется тренд, вверх или вниз. то есть сама направленность идёт вверх или вниз и это важно.

При этом есть разные варианты самого движения. Можно идти поступательно по чуть-чуть то есть без больших рисков, просто постепенно двигаться и двигаться не получая каких-то заоблачных сумм и выигрыш единовременно, а можно рисковать и получать сразу большой куш, то есть строить стартапы, рисовать внутри стартапов или играть в какие-то азартные игры где есть возможность получить сразу много, играть на биржах и тогда у нас движение будет с большей амплитудой. То есть, вот эти скачки, выигрыши и проигрыши, они будут гораздо больше. И те люди, которые решают двигаться подобным образом, они считают что движение постепенное, небольшое, но постоянное гораздо хуже. Потому что если эти люди будут работать, они же резко и быстро сейчас больших денег не заработают и им будет не хватать, а те кто движутся постепенно, они завидуют естественно выигрышам тех кто вдруг получил много. Но тут есть проблема в том, что как постепенно, так и вот этими большими скачками амплитудами. Мы движемся всё-равно в контуре то есть мы всё равно будем проваливаться. И чем выше взлёт тем, ниже будет падение. Соответственно, те кто идут постепенно по чуть-чуть, у них будут больше падений которые не будут так сильно отражаться на них эмоционально, при этом конечно у них и заряда сильного эмоционального не будет когда они поднимаются по этой системе. А те люди которые играют у них будет высокая высокий взлёт и высокие падения. И суммарное вот эти два пути, они могут быть совершенно одинаковыми на какой-нибудь большой дистанции. Просто человек который идёт постепенно он в конечном итоге получит какую-то большую сумму, чем человек, который идёт скачками, так как он многие вещи потратит сразу, а объем денег у них одинаков.

Ну то есть сначала он выигрывает большую сумму, а потом, вводя себя в долги, будет пытаться отбить эти долги, причем так как долги большие, а заработать тоже нужно, он следующее колебание должен тоже пройти с большой амплитудой, так как закрыть нужно сразу и много, а при постепенном движении так не получится и в итоге круг замыкается и человек идет по выбранной им тропе изначально. То есть суммарно прирост денег будет одинаковый, у обоих путей, но один получает больше в конце, а второй сразу получит много и потом будет стараться перекрыть все долги, а в конце тоже потенциально сможет выйти в плюс большой, если конечно сможет играть по этим правилам.

Если почитать Грэма, это человек, который в том числе учитель Баффета, то он говорил о том что не нужно “играть в короткую” на инвестициях Это не игра на коротких дистанциях это игра на длинных дистанциях. Вы хорошие инвесторы если в будущем получите какие-то деньги и будете смотреть на много лет вперёд, а не будете смотреть на месяц или на год. Ту же самую стратегию избрал Баффет. Грэм говорил о том что рынок в принципе и переиграть нельзя. Есть глобальный список самых лучших

компаний, акции которых котируются на рынке, их поместили в список, называемый snp500. И примерная оборачиваемость, примерные проценты которые можно получить инвестируя во все эти компании, это 6-8 процентов годовых в валюте и вот эту сумму практически никто и не обгонял. Ну то есть есть кто обгоняет, кто гораздо лучше думает чем средний рынок, всё прочитывает и у него вот эта направленность движения выше чем на усредненных параметрах. Но таких примеров крайне мало. И те компании которые движутся в консервативном рынке, они примерно находятся на этом же уровне, то есть они сильно больше и не зарабатывают. Те кто находится на уровне вот этого азарта, те кто хочет зарабатывать сразу много и дают очень высокие проценты в начале и даже могут существовать год или больше, в конечном итоге они проваливаются и если инвестировать в них постоянно то на расстоянии в 20 лет либо эти компании так сильно раскачиваются что в итоге потеряют всё, ну то есть происходит вот этот разрыв системы, так как колебания слишком высокого уровня либо если посчитать все их плюсы и все их минусы и привезти к усредненному показателю за 20 лет-то они всё равно приходят, всё к той же цифре 6-8%. И это торговля, то вероятность правильных решений, а когда вы постоянно рискуете, вы точно проигрываете, вопрос только когда и сколько. А данные инвестора конечно много теряют, но и много зарабатывают, что в начале сильно перекрывает потери. И совершенно неважно как двигается компания в этой системе, двигается она скачками или очень маленькими поступательными движениями, но важно, конечно, чтобы они были постоянные, если у вас небольшие поступательные движения, и они редкие то конечно такая система, такое движение будет проигрывать вот этим резким скачкам. Если к этому подходят грамотно и по сути вот этот принцип Да какие скачки Такое движение и такие риски есть везде во всех процессах и любой процесс может проходить одним или другим способом. И тут нет более выигрышной позиции и правильный вопрос только в том, как конкретно вы хотите идти, потому что в среднем вероятно вы будете приходить к одному и тому же на больших периодах. А ваше движение зависит от того насколько вы придерживаетесь как-то постоянного движения. И заработаете вы и придет ли к своей цели уже зависит просто от вашего опыта и от правильности или неправильности принятия решений от того насколько вы готовы и двигать в принципе эту систему

## Брюс

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/148hEmtznfUJITWc1vykIXfcnKq-2NJsd/view?usp=sharing>

Все противоположности, это одно и то же единая система, это один и тот же процесс просто разные стороны этого процесса.

Это не противоположные функции, то есть это не совсем различающиеся, они про единий процесс. Например есть состояние развития мозга, а есть состояние развития тела, и если говорить про бокс, то с одной стороны это система исключительно про то чтобы развивать тело, про то чтобы увеличивать силу удара, скорость, реакцию и какую-то простую технику, но на самом деле бокс в высшем его проявлении, на том уровне на котором им занимаются самые лучшие боксёры истории, это очень во многом состояние ума, состояние настроя, это просчёт и стратегия самого боя - как именно он будет происходить, как именно реагировать, как нужно себя вести на ринге для того чтобы противник открывался или чтобы он почувствовал свою слабость моральную, или наоборот чтобы он почувствовал свою силу и в этот момент его подловить. То есть это всё про мышление, нельзя отделить мышление и физические навыки. Они противоположные, но они про одно и тоже. То есть все части должны развивать систему.

Есть состояние транса, это вроде как состояние совершенно вообще никак не связанное с каким-то боевым боевыми искусствами. В состоянии транса привыкли что люди сидят в позе лотоса, медитирует и всё. но на самом деле это состояние в котором ты можешь двигаться, ты можешь спокойно общаться и, в том числе, ты можешь драться. Если войти во время поединка в состоянии транса тогда мозг будет очень быстро ловить намерения противника и выбрасывать удары так чтобы они попадали, причем движения будут продиктованы организмом, а не тренировками. И в таком состоянии можно противостоять нескольким противникам. У меня был опыт когда я пробовал встать перед несколькими людьми, это естественно был не какой-то бой уличный, это было не по настоящему, просто тренировочный бой. но когда я погрузилась в это состояние, когда у меня это получилось, я понял что ухожу в тело и оно само бьет, я даже не понимаю что происходит. Но практически тело уходило от большинства ударов и попадало большинство ударов по соперникам. Это и есть истинное измененное состояние в данном случае.

(есть видео на эту тему, о том как подобные вещи меняли способности бойцов

<https://www.youtube.com/watch?v=RFmujuKEDjA>

Такие вещи вырабатывают настоящие мастера боевых искусств, и если говорить об одном из самых известных мастеров боевых искусств, это Брюс Ли, у него в принципе если прочитать его мысли один из самых важных элементов была философия. Он очень любил изучать философию и он очень многое привнес из философии в боевые искусства и он постоянно об этом говорил, что важно само это состояние, важно понимание и человек должен улучшать состояние с философской точки зрения и это неотделимые вещи - боевые искусства и философия. В том числе философии отражает понятие айкидо или использование силы противника. То есть, там всё основано на принципах, логике и там много переплетено с даосизмом, в том виде что человек начинает нападать он движет плюсовую энергию, энергию силы, вы в этот момент делаете энергию минусовую то есть мягкую относительно твёрдого удара. И противника в этот момент начинает проносить мимо, так как вы уходите с линии удара.

В какой-то момент он станет мягким, так как дойдет до точки где нужно повернуть обратно, это опять же тот же колебательный контур о котором мы говорили, то есть твёрдость переходит в мягкость и когда она переходит мягкость, вы атакуете твердостью. То есть человека проносит мимо вас, в какой-то момент он находится вот в этой самой нижней точке, где он совсем дезориентирован и в этот момент нужно наносить удар. То есть он двигался в какую сторону и есть момент в котором он должен начать двигаться в другую, и вот эта перестройка это дезориентация организма во время которой человек почти беззащитен.

Брюс Ли использовал вот эту механику очень во многих направлениях и очень много об этом говорил, что нужно подстраиваться под все эти волны процессы и тогда ими уже управлять. Именно это позволяло ему в том числе быть на таком высоком уровне. Не только из-за того что у него была развита физическая часть, а из-за того что у него была развита духовная часть и это совмещается и усиливает всю систему, то есть приближает вас вот к этой истинной точке. Но сам центр он достичим на какое-то время и всё равно вы скатываетесь в какую-то одну из сторон. Можете находиться рядом с центром, но это не сам центр, это место близкое к центру.

Когда вы думаете об определенном процессе, есть противоположное мнение вашему и вы всегда находитесь только на одной стороне, вы не можете быть и там и там, вы всегда выбираете сторону. Если вы находитесь близко к центру, вы может принимать противоположную точку зрения, но это не значит что вы поменяли свое мнение, вы остались при своем, но начали не так резко относиться к противоположности.

Возвращаясь к философии и физической форме, важно во всём этом то, что всё это части одной системы. Если вы хотите добиться высокого уровня, это необходимо. Наш ум движет тела, а тело может куда-то двигаться тело может что-то делать, но само направление выбирают уму, выбирает разум, подсознательные решения. Одно без другого существовать не будет. Один разум не сможет ничего сделать потому что у него нечём делать, а одно тело не сможет ничего сделать, так как оно не знает что делать.

Это тоже самое что правители в системах государств. Для людей необходимы руководители, необходимо потому что они должны думать куда двигаться и создавать эти направления. Системе нужен тот кто будет двигаться и кто будет направлять. Это не части которые важнее или не важнее, это этой части единой системы и если посмотреть на какого-то руководителя компании и сотрудников, кажется что руководитель это очень важная часть, а сотрудники это не такая важная часть потому что они гораздо проще заменяемые, но все эти сотрудники всё-равно делают работу и без них руководитель всё равно ничего не сделает, ему всё равно нужны сотрудники. А сотрудники всё равно никуда не придут, если у них не будет руководителя который принимает решения. Если эти процессы не подобраны нормально, если они подобраны не синхронизированно, тогда эта система не будет двигаться. И метафорично это тоже самое, что ваш ум и ваше тело. Если смотреть на эту систему, то ваш мозг это водитель, а тело сотрудники. Но вы же не относитесь к телу, как к сотрудникам которые на каком-то низком уровне, вы понимаете, что это ваше тело. Оно необходимо, это важная часть. Так же тело тоже не будет протестовать против ума потому что ему нужно понимать куда идти. И опять же, возвращаясь к Брюсу Ли, он говорил что история с мозгом, мышлением не менее важна чем сами физические упражнения, то есть там где кажется что ум не так важен он на самом деле важен примерно на том же уровне, как и сотрудники и руководители важны

одновременно, потому что это связка. И наши противоречия в которых мы думаем что важнее вот это или важнее вот это, они у нас в голове.

## чаша

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1v8pbhH8\\_0uVD5br9xttBglAba2KyBXfS/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1v8pbhH8_0uVD5br9xttBglAba2KyBXfS/view?usp=sharing)

У детей идеально работает понимание и запоминание каких-либо процессов, потому что они ещё не привязаны ни к каким убеждениям. У них ещё нет жёстких структур о том что правильно, что неправильно и их чаша информационная, она пустая, она способна принимать разные идеи, они могут их отвергнуть, могут потом сказать что нет, я считаю по-другому, могут потом через какое-то время поменять своё решение и прийти к чему-то еще но они довольно просто рассматривают какие-то идеи. То есть принять идею и подумать про неё для них это проще чем для нас, потому что у нас уже есть огромное количество убеждений и вот это вот чашка находится в напряжении, никого особо не пускает, у них же информация свободно по ней гуляет и они из-за этого могут довольно быстро обучаться и довольно быстро что-то осознавать, понимать именно вот поэтому, часто, когда мы приходим куда-либо например приходим в институт после школы и нам говорят забудьте всё что было в школе, здесь всё будет иначе, потом мы приходим после институт на работу и нам говорят, забудьте всё что было у вас раньше, здесь всё по-другому это реальная жизнь, потом мы переходим в какую-то корпорацию и там говорят забудьте как это работало у вас, это вообще не настоящая компания, то что у нас, вот что-то настоящая. Чтобы изменить состояние. обучиться чему-то. нужно сначала стереть все, то есть опустошить сосуд, а потом сразу наполнить мыслями. И обычно мы всё это воспринимаем с каким-то сопротивлением и преподносится нам это так что всё что мы изучали было неправильно, поэтому мы не очень хотим забывать, не хотим верить в новые правила, но в реальности это необходимо сделать для того чтобы осознать что нам говорят, для того чтобы понять мысль другого человека нам нужно чтобы она прошла сквозь нас, прошла сквозь эту информационную чашу и нам нужно её освободить на какое-то время. То есть нужно не иметь убеждений и каких-то правил пока вы выслушиваете эту новую информацию пока впитываете новую информацию. Это касается обучения в институтах, школах, обучение на работе, просто когда вы хотите получить дополнительные материалы, информацию. Если вы были заточены например в психологии на какое-то одно направление, потом начали читать исследовать другое, то довольно сложно будет не отходить к первому и принимать то что вам говорят во втором, потому что есть уже убеждение что первый работает второй не работает и вы к этому привыкли. Но для того чтобы осознать второе и потом принять взвешенное решение нужно от первого как бы отказаться. Но на самом деле это не отказ от самого убеждения, то есть когда вы выслушиваете какую-то информацию или получаете ее другим способом и она противоречит вашим убеждениям, не нужно с ней соглашаться, нужно просто позволить ей пройти через вас, и когда она прошла через вас, вы поняли какой на самом деле был там смысл, вы можете принять решение доверять этой информации или нет и потом уже её сравнивать. Это важная история в обучении в принципе и в понимании других людей.

Например есть отличная система договора людей внутри компании. Для того чтобы несколько человек договорились, а у них могут быть разные мнения, нужно, чтобы один высказал своё мнение, но вернее все высказали своё мнение и другие люди, которые думают каким-то противоположным образом, постарались максимально точно описать что именно хотел донести человек, какая у него позитивная цель, почему для него это важно и зачем он конкретно хочет донести эту мысль. И вот этот человек начинает рассказывать мысль другого человека, а тот должен его управлять, где он правильно выражает его мысль, а где нет, где он путает какие-то понятия, где он что-то не досказал. И в тот момент когда второй человек говорит “Да всё действительно так ты выразилась сейчас мою мысль” первый человек не обязательно должен быть с ней до конца согласен, но к этому моменту он уже её поймёт. Он действительно поймёт, что хотел сказать второй человек, и тогда он сможет её оценить и именно в этот момент эти два человека могут обсуждать позиции друг друга, так как они понимают что вообще обсуждают и тогда может быть выбрано более правильное решение.

И вот для того, чтобы понимать какие-то новые процессы, нужно проходить это упражнение самому, через свою вот эту информационную чашу, когда вы позволяет емысли пройти сквозь себя. И нужна определенная повторяемость, то есть переход через фазу, состояние в котором вы готовы к мысли, когда вы её прожили, это состояние в котором эта мысль повторялась. Например если вы изучаете какое-то направление новые для вас, вы прочли книгу и начинаете искать что-то новое, какую-то дополнительную новую информацию по этой теме и смотрите на то какие книги есть по этой тематике, понимаете что во всех книгах примерно одно и то же и обычно человек не читает эти книги, если понимает что там крайне мало нового. Но на самом деле в данном случае новое и не нужно, а нужно прожить эту информацию, впитать ее и если с определенной периодичностью повторять эту информацию чуть-чуть под другим углом, тогда вы начинаете осознавать ее гораздо лучше. То есть желательно по одной и той же теме прочесть несколько книг с определённым перерывами. Лучше не сразу нужно прочесть книжку и еще несколько, а прочесть что-нибудь другое совершенно по другой тематике совершенно в другую сторону, а потом вернуться обратно к интересующей вас теме. Например сначала читали про биологию, потом читали про какие-то технические вещи, а потом обратно вернулись к тематике по биологии. Во-первых будет повторяемость, будет запоминаемость во-вторых на второй книжке вы уже начнёте находить какие-то новые мысли, идеи потому что вам это будет уже понятно, вы уже параллельно тому что читаете, можете о чём-то ещё подумать пофантазировать и у вас будет рождаться что-то новое. На 3-ей книжке вы уже будете понимать всё что там говорится, но при этом у вас будут создаваться эти новые мысли и вы будете принимать эту информацию, она будет в монтироваться в вас, то есть будет приближаться вот к этому фазовому переходу.

Повторение должно быть с определенной периодичностью. Это периодичность уменьшается, то есть сначала повторы быстрее, потом повторы медленнее. Это как на графике о том как запоминать информацию, дворцы памяти, что повторение должно быть через час, потом через три, потом через день, потом через 5 дней и это же самое фрактальное. Только тут, естественно, если вы прочли книжку, не нужно следующую читать через час, перерывы крупнее, но и информации больше.

## ЖИЗНЬ В ДРУГИХ ВСЕЛЕННЫХ

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1T\\_yQ9QDRqpXJBUzDMpTfuwJiTClBWqK6/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1T_yQ9QDRqpXJBUzDMpTfuwJiTClBWqK6/view?usp=sharing)

Если посмотреть на фрактальную систему и пофантазировать, сейчас я совершенно не говорю о том что в этом есть смысл, но тем не менее, у нас клетки и организм начинают развиваться единовременно, то есть не по одной и какими-то частями, а весь организм постепенно начинает развиваться люди придумывают тоже что-то одновременно то есть приходит какое-то время, приходят какие-то мысли и люди начинают в разных точках принимать примерно одинаковые решения. И если фрактально смотреть на эту историю в параллели с развитием вселенной и в принципе разумных существ, то параллельно с тем как начали возникать, люди где-то тоже начали возникать и другие сущности какие-то другие цивилизации, кто-то раньше, кто-то позже. Но если смотреть на фрактальную систему, то это должно было происходить примерно в одно и тоже время но в рамках естественно уже времени планет. Если говорить о бизнес идеях, то раньше время распространения мысли было три месяца, это время конечно же уменьшается, а с точки зрения зарождения каких-то цивилизации наверное это тысяч, сотни тысяч, миллионы лет но тем не менее они должны были тоже появиться в разных местах и должны были одновременно начинать развиваться.

## Истина

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/18zQXyVWqfP1EM6MNU\\_pfZjnFBR1i9Rtl/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/18zQXyVWqfP1EM6MNU_pfZjnFBR1i9Rtl/view?usp=sharing)

Истинное или середина процесса, которая даёт нам действительно сильное решение, это момент, в котором мы отказываемся от определённых убеждений, то есть мы находимся в самом центре, в абсолютном равновесии. И как мы говорили до этого, если находится хоть немного справа или хоть немного слева от середины в 2-х векторной модели, то вы уже находитесь на чьей-то стороне, то есть либо на стороне правых, либо на стороне левых.

В середине он может не чувствовать что является приверженцем какой-то стороны, то есть он находится близко к центру, думает что ему не важно на какой стороне быть, но все равно внутри уже выбрал где он. При этом, он может быть в абсолютном равновесии без убеждений если он находится в самом центре и тогда он действительно становится не на одной или другой стороне, а сверху них, “в третьей позиции” между вопросами. Но это происходит недолго, потому что долго в этом состоянии невозможно находиться, иначе не будет какого-то движение не будет напряжение системы в какой-то мере все схлопывается. Если у системы нет движения, нет напряжения, то она не развивается, не ищут новых путей, она не живет, она существует в своем вакууме, что не совсем нужно миру, она находится в полном равновесии и способна раствориться в этом. То есть, если человек попадает в нирвану и его оттуда не выкинет, то уйдет из этого мира, он останется там, ему незачем возвращаться, он растворится в сознании. Но краткосрочные моменты этого есть в нашей жизни и они самые эффективные, например состояние нирваны, которое дает состояния высшего разума или понятием истины пользуется например системы ТРИЗ в который есть задача, как найти что-то не ища это, или как сделать что-то не делая этого. Оно рождает противоречия когда существуют одновременно обе части и при этом они противоположны, они противоречат друг другу, но появляются одновременно.

То есть, например, задачка по ТРИЗ о том как сделать крышку у вагона с горючим материалом не делая её. В горячий материал, уже не помню какой, можно было добавить воду и этот материал сверху вспенится и крышка будет удерживать тепло. И крышка с одной стороны есть, а с другой стороны её нет. То есть фактически новые крышки никто не добавил, не привнес в систему, а систему изменили изнутри, не вносили дополнительных изменений и получили результат оставаясь на том же уровне, то есть система не поменялась, а результат появился. Это идеальное решение и это идеальное истинное состояние. Решение по ТРИЗ очень часто сравнивают с решениями каких-то сложных проблем детьми. То есть люди взрослые, которые разбираются в своей тематике долго бьются над решением какого-то вопроса и тут вдруг ребёнок слышит что они бьются и находит быстро решение. Такие случаи действительно есть и эти решения с точки зрения взрослого могут быть сложные, потому что они основаны на креативности а она основана на отсутствие вот этих рамок ограничений. И в данном случае у ребёнка нет левого или правого, нет каких-то жестких убеждений и он не переходят на одну из сторон, он находится где-то в центре и поэтому его решение может быть реализовано и он может его найти. В том числе сама вот это убеждение о том, что решение невозможно найти у него отсутствует. И не зря в ТРИЗ запрещаются профессиональные термины, а решать

задачи часто приглашают тех, кто не является профессионалом в этой области, так как в этом случае он свободен от ограничений. Сделать что-то не делая этого взрослого человека водит в какой-то ступор потому что это противоположные вещи, они одновременно существовать не могут, тем не менее это реализуемо на каком-то уровне и у детей которые не обременены вот этими правилами и рамками. Они находятся в этом центре в этой в этом положении истины.

Если говорить о других видах, вот этого центра, то истина, это когда мы говорим о максимальный какой-то синхронизации тел, то есть максимальная физическая близость между мужчиной и женщиной как вида, так как мужчины и женщины это противоположные элементы. И часто они ещё подбираются друг другу с какими-то противоположными ментальными возможностями и начинают открываться, сходиться и вот на уровне физического сближения этих противоположностей появляется секс это максимальная близость, максимальное соединение двух этих противоположных существ на уровне физики, если брать более высокий уровень и определять эмоциональную связь эмоциональное соединение этих противоположностей потому что мозг мужчины и мозг женщины думает по-разному, это разные структуры, рычаги и может быть схожесть, но зачастую сходится именно различные состояния и вот это максимальное истинное состояние когда сходятся два этих элемента, противоположные друг другу уровне эмоций, это уже состояние любви. Если сходиться на более высоком уровне в плане глобальности, то это может быть такая синхронизация между элементом управления системой и самой системой, то есть вождя и его племени, когда вождь начинает взаимодействовать с племенем на один человек, который управляет всем племенем и всё племя, которое делать всё для всех и в том числе для вождя, это тоже определённые противоположности, частное и целое, управляемое двигательное, и когда они сходятся друг с другом, и появляется вот это истинное состояние, тогда появляется движение племени, доверенное, то есть племя выбирает вожака и вожак отдаётся племени, они соединяются между собой и получается сильная структура. На уровне монахов состояние вот этого соединения, перехода на состояние истинны уже ещё более высокого уровня, они начинают сходиться со всей Вселенной как маленький кусочек и большой и пытаются быть в равновесии со всем сразу и это вот это состояние нирваны, высшее состояние сознания когда ты становишься всем и при этом ты отдельный маленький элемент и противоположностей тут много, что ты с одной стороны вся вселенная, с другой стороны ты это ты, с одной стороны ты маленький крошечный болтик в системе, с другой стороны ты и есть вся вселенная.

## Симметрия

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1tnSRXIFZPbZLm1ZjVNyjS-5tko77tCnf/view?usp=sharing>

Один из важных факторов уравновешивания и разности дуальности, это симметрия. Симметрия говорит о определённой идеальности системы того что она может отражать сама себя и симметрия один из элементов фрактальности.

Фрактальная система, то есть система сама похожа на себя и две части идентичные с разных сторон.

Симметрия используется в физике, математике, как определённая проверка правильности, насколько есть взаимозаменяемость элементов насколько они связаны и прямо противоположные друг другу. Если говорить о том как рождается симметрия, то у нас есть какая-то часть если мы её начинаем разделять, она будет делиться на какое количество частей все с тем же объемом энергии. Допустим у нас есть целое, мы его разделили пополам и у нас есть две части, которые составляют единое целое, которые различные по своим функциям и при этом создают один элемент, который был в равновесии до этого. Вместе они держат систему в равновесии. То есть они должны быть в какой-то степени противоположными по направленности чтобы держать систему. Это как вселенная, в которой есть антивещество, которое удерживает всю вселенную так чтобы она не разорвалась и антиматерия, которая раздвигает её с другой стороны. И, соответственно, если мы делим какой-то единый кусок на два то появляется разнонаправленность и необходимое количество элементов уравновешенных друг друга. То есть их объем и силы не поменялись в общем объеме, но они раскинулись в разные стороны, а значит собравшись вместе, они вновь будут равновесными и пересчитав их между собой, они дадут ноль. Она не меняется она просто находится теперь в разных частях этого куска. Если разделить эти части ещё раз, то уже в сборе этих всех частей тоже будет равновесное состояние, то есть они друг друга с компенсируют когда соберутся, и их количество равновесно. Чем больше мы их будем делить, и как бы мы их не делили, всё равно у нас вся система составляет это одно единое целое. Она может уже отражаться на макро и по-разному выглядеть, но суммарно она всё равно осталась на том же уровне, на котором была. И это определённая теория мироздания. Да том, что все эти части все элементы разнонаправленные и составляют один вот этот элемент из которого всё было создано, наша Вселенная, во всяком случае в том виде в котором мы её знаем сейчас. Она была создана из большого взрыва. Большой взрыв это скопление энергии в точке, которая взорвалась разлетелась в разные стороны, но система никак не изменилась, вся эта система, если её просуммировать оно не поменялось, она просто расширилась разлетелась но осталась равновесной. И равновесие и симметрия рождают определённую простоту решений, а простота это идеальное состояние системы. В том числе математические формулы, какие-то теории, теоремы оценивались с точки зрения простоты и симметричности. Если система простая и красавая. то и симметрия это в том числе определённый термин красоты. Проводили исследования например на тему того как люди реагируют на других людей, кого они считают более красивым и оказалось, что люди у которых лицо более симметричным, вызывают больше позитивные эмоции, то есть они кажутся более красивыми для остальных. Есть очень хорошая теория или практика, которая называется бритва оккама, которая говорит о том что самое простое решение, самое правильное То есть, если вы видите систему,

начинаете её слишком усложнять, скорее всего вы идёте не по тому пути и самое первое решение, самое простое и очевидное, зачастую оказывается правильным. То же самое например на уровне подсознания на уровне управления организмам. Я уже довольно долго занимаюсь этими вещами и понимаю как организм разговаривает, каким образом он сообщает о чем-то, просит и доносит какую-то информацию. И правило о том что ассоциативное мышление даёт вам правильный ответ, оно в большинстве случаях действительно так. Это было еще во времена Фрейда, когда он пытался понять что у человека в голове и просил его описать ассоциативно какие-то вещи и он понимал как это отражается на этом человеке. И то же самое происходит у многих когда они думают о том почему что произошло. Но тут нужно понимать конечно и как именно появляется первое решение, потому что первое решение тоже можно часто упустить, его можно не заметить и потом упереться, в какой-то ещё уже надуманное. Ну и самое первое, наверное, тоже не всегда правильное. но тем не менее простота данного метода, это его красота. Красота функции, красота решения простота какой-то системы часто говорит о приближенности к идеалу, центральной составляющей. Например, если вы начинаете думать о том почему что-то происходит в мире и начинаете склоняться к теориям заговоров, а они не все ложные и какие-то бывают правдивые, но зачастую не имеют отношения к реальности и вызванные тем что просто люди что-то не рассчитали, чуть-чуть не поняли, не обратили внимания что произошло.

# Уравновешивание

уравновешивание

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1YgjSu6WiKBJ1493W-MOtN085geafYxUB/view?usp=sharing>

Всё в нашей жизни и в мире уравновешивается, то есть всегда если есть какое-то отклонение появляется другое противоположное ему, то что начинает создавать это равновесие. То есть это не как таковая противоположность, это то что создаёт равновесие в системе. И где-то это прямая противоположность, где-то это какие-то косвенные элементы, но тем не менее, общую структуру все эти элементыдерживают в одинаковом состоянии. И это подтверждается многими вещами, например, частично об этом говорит теория сохранения энергии, о том что если энергия куда-то ушла, она должна перейти во что-то ещё, то есть она не пропадает бесследно и соответственно любая энергия, которую мы создаем, она создаётся из чего-то и уходит во что-то. И вот этот энергетический потенциал, в какой-то степени уравновешенный.

У нас есть определённое количество энергии в мире, которое переходит в разные свойства и тут уже вопрос куда конкретное их привезёт, но вот это соотношение куда уходит энергия, она остаётся на равновесном уровне. Это как вещество и антивещество. Когда-то люди думали, что есть только вещество есть только материя и то что является вакуумом на самом деле является какой-то пустотой, там ничего нет, а потом люди обнаружили антивещество антиматерию, которая является определённой противоположностью и количество этого вещества и антивещества не одинаковые, но суммарно когда они влияют друг на друга и создают равновесную систему, определённую симметрию на уровне всех связанных частиц. Сталкиваюсь вещество антивещество создаёт пиковое значение - это взрыв.

Всегда есть какая-то вот это противоположность которая будет уравновешивать систему и есть один из видов оценки каких-то показателей в физике это перенормировка. Это система наиболее точная во всей физики за всё время её существования физики. Это система, которая позволяет рассчитать практически любые элементы и сделать это с максимальной точностью. Проблема этого способа в том, что нужно знать все элементы, все силы в этой системе для того чтобы всё это рассчитать. Сам смысл вот этого способа в том чтобы сложить все слагаемые уравнения внутри системы, всей силы и энергии между собой и в итоге, если сложить всё между собой то это сводится к нулю. То есть слагаемые взаимно уничтожаются. В процессе вычисления это позволяет создать максимально точные расчёты и максимально точные предсказания по всей физики, но так как всегда слишком много элементов в системе, это крайне сложно рассчитывать. Поэтому этот метод не очень любят очень, сложно этим заниматься, но тем не менее это остаётся наиболее точным методом расчётов и этот метод в том числе говорит о том, что всё в системе всегда находится в равновесном состоянии.

То есть если вы сложите все части системы, они в итоге придут условному нулю, они все взаимно уничтожаются. А это означает, что если где-то появляется какое-то отклонение, противоположность ему тоже будет и это не обязательно противоположность абсолютно идентичная. То есть если появилось 5

каких-нибудь воров, на них может появиться один какой-нибудь полицейский, который сможет поймать всех пятерых, но это очень условно. Да, у этого полицейского тогда должно быть больше возможностей, больше энергии больше силы, чтобы он мог противостоять им. И то же самое происходит у нас в организме. Если появляется, одна часть её будет уравновешивать другая которая необязательно будет находиться ровно на той же плоскости Мы находим эти равновесные части во внешнем мире, то есть в наших друзьях парах, находим эти части внутри себя и если у нас появляется какое-то большое отклонение, то появляется другое отклонение с какой другой стороны.

Например, можно довольно просто понять у кого жизнь складывается вряд ли очень позитивно. Если посмотреть на каких-нибудь блогеров и звёзд, которые максимально пытаются показать, насколько всё прекрасно, скорее всего, это как раз говорит о том, что у них всё довольно тяжело, то есть это определённая компенсация и эта компенсация происходит во всех процессах во всей жизни. И если есть какой-то процесс можно, сразу начинать искать другую часть этого процесса противоположную и либо она будет полностью противоположна, либо это будет какие-то смежные противоположные новые части, о которых вы не думали, которые не видели и не искали. И это можно найти, это как варианте вещества и антивещества. Можно было сразу предположить, что антивещество есть и это, естественно предполагали, но нашли не сразу.

А может быть это элемент который уже существует в системе, но у него нет уравновешивающего его элемента. То есть возможно есть какой-то не очень похожий процесс или элемент, на тот, который вам нужно уравновесить и он и является вот этой равновесной частью для вашего первоначального элемента. И, с одной стороны, система всегда стремится к равновесию, то есть силы уравновешиваются и как бы успокаиваются, с другой стороны система всегда движется меняется колеблется. Этого равновесия и успокоения не происходит, потому что силы перетекают, они уравновешены противоположны, но они не остаются потом в таком состоянии всегда, они постоянно изменяются, постоянно происходят вот эти колебания. И если мы возьмём систему более-менее стабильную, то она будет стремиться к успокоению равновесию. Например если воду поместить куда-то на горло она естественно будет стекать она будет занимать положение внизу, где на нее будет давить наименьшее количество каких-то сил и где она получит минимальное напряженное состояние. То есть там, где нужно будет минимум вносить какой-то дополнительный энергии чтобы оставаться в этом равновесном состоянии. Тоже самое происходит в компании, все постепенно уравновешивается и работает спокойно, без сильных изменений, а новшества встречаются негативно. Или наш выбор своего пути, это всегда путь наименьшего сопротивления. И с какой-то стороны есть это та простота, красота и элегантность решения, которая используется в Триз, где мы находим решение не находя его. Как в математике, которая стремится к красивым и простым уравнением нежели каким-то очень сложным и запутанным вещам. И как истинное положение, которое на самом деле не является каким-то сложным. Когда вы находитесь в потоке например, работаете над какой-то, задачей вы не прикладываете очень много сил вы просто движетесь по этому направлению. То есть вы находитите максимальное комфортное и минимально напряженное состояние и движитесь по нему, и в нём уже решайте свои вопросы.

## Сбор элементов

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1t9zJAz-Sr6mw6XC17My8LKO1R6ac1Ers/view?usp=sharing>

Во всех системах очень много элементов, которые влияют на эту систему. То есть восприятие людей например зависит от того где он живёт, какие там правила, какие законы какая доступность информации, насколько закрыты его потребности, какое сейчас время, на каком этапе развития находится человек., какой идет виток, тренд среди людей данного общества на текущий момент, насколько территориальная люди близкие или далёки друг от друга. То есть ментальная составляющая в деревне и в городе будут разные. Если люди начинают становиться ближе к друг другу, то есть плотность населения увеличивается, ментальность тоже меняется у всего этого общества, какие-то принципы мышления, всё это трансформируется. Какой у человека уровень жизни, это естественно влияет на выбор человека, мысли. Даже сколько растительности вокруг человека, будет влиять на его поведение и мышление. То есть если мы живём в бетонных коробках и вокруг нас больше ничего нет, это будет сказываться определенно нашим психологическим состоянием. Да и просто цвет будет влиять на наше состояние на наши выборы, то есть, условно если мы будем постоянно находиться в красной комнате это будет психологически давить и естественно это будет менять какие-то решения, реакции. Это не поменяет человека полностью, но его решение изменит точно и мелких элементов, которые влияют на наш выбор их просто огромное количество. И во-первых нужно учитывать стараться все в какой-то коммуникации и выстраивании процессов, и в том числе, когда мы думаем о определённых "фазовых" переходах или что-то анализируем, нужно тоже учитывать все эти элементы. Для того чтобы перейти на следующий уровень должны быть закрыты все эти элементы. То есть, чтобы через этот фазовый переход перейти, нужно чтобы опыта хватало в разных областях. Для того чтобы это укомплектовалось все в голове, должен быть различный опыт с разных сторон. Или, когда мы оцениваем людей из других эпох, оцениваем как они жили, принимали решения, мы начинаем перекидывать своё мышление на них и это неверно, потому что в тот момент людей окружала совсем другая жизнь они должны были думать совсем иначе и изменение нашего мышления это изменения того, что происходит вокруг нас. В какое время мы живём, в какой эпохе, какие у нас технологии, какое у нас общество, культуры, все это влияет на нас. Будущее поколения будут жить жить уже немного в другой системе и естественно их восприятия тоже поменяется.

Элементы, которые нам позволяют пройти через этот фазовый переход, могут быть крайне незначительные и они могут очень слабо относиться ситуации с точки зрения логики то есть, может нам не хватать элементов которые мы думаем что совсем в системе не нужны. Например есть эффект того как люди ставят мировые рекорды в спорте. Допустим есть бегун и он стал чемпионом на какой-то там спринтерской дистанции. Он поставил рекорд мировой и этот рекорд довольно далеко от других показателей других бегунов. И вот этот рекорд могут годами никто не бить, то есть может происходить такое, что годами никто не может даже приблизиться к этому

рекорду. И в тот момент когда один человек вдруг этот рекорд побьёт этот рекорд будет побит ещё несколько раз, то есть люди поймут что это возможно у них появится убеждение о том что можно это сделать и это не недостижимая цель, и в этот момент ещё несколько человек начинают ставить ещё большие рекорды, хотя до этого они это сделать не могли. И, с одной стороны, это фактор того, что один человек пробежал и поставил какой-то рекорд и это должно быть условно такое конечное число, которое основано на физиологии человека, то есть где-то предел человеческой способности к бегу существует, но на самом деле на это влияет и то, как люди тренируются, через какое-то время они начинают по-другому понимать как бегать и как применять меньше сил, но получать больший эффект. и у них появляется новая какая-то более удобная обувь у них меняется дорога по которой они бегут, улучшается сцепление с дорогой, у них меняются убеждения насчёт того что это вообще возможно так как какой-то человек победил, и вот эти многие мелкие факторы сливаются в единую систему и позволяют человеку преодолеть это позволяет перейти на новую фазу.

И эта история частично объясняет, то почему часто мудрецы говорят метафорами, почему не говорится всё сразу напрямую, Потому что если человек не готов, если у него вот этих связок этих элементов ещё не развилось, с помощью которых он может перейти на новый уровень на новое состояние. Тогда, если вы ему скажите какой-то там условный правильный ответ, он всё равно не сможет этим воспользоваться и он просто разочаруется, если он будет знать точный ответ, но не сможет этим воспользоваться, он будет считать что на самом деле это не тот ответ и он не подходит для него. Человек не сможет перейти на это состояние у него создаться ещё одно негативное убеждение. Когда же человеку говорят метафорой в нём зарождают этот элемент, потому что информация проходит через подсознание, то есть в человеке она остаётся внутри головы, эта метафора начинает работать начинает развиваться и во-первых это сразу даёт какой-то ответ нашему подсознанию, во-вторых эта мысль начинает развиваться внутри, то есть подсознание само, услышав в какую сторону нужно думать начинает подкидывать вам эти элементы, на основе которых вы получаете опыт, чтобы вы постепенно через них проходили обдумывали, и чтобы эта картинка полностью складывалось, чтобы этот опыт внедрился. И тут неважно знало это подсознание или нет, что это форма внушения или форма какого-то развития, но внутри эта система начинает жить и проходить через все мелкие этапы опыта и потом, вдруг у вас происходит озарение. Как будто бы на самом деле это озарение происходит, метафорично, все элементы были вживлены в организм и он заработал, произошло озарение. Эта история помогает человеку набрать этот опыт и перейти на какой-то новый уровень. И это в том числе про то, что человеку нельзя например помочь в каких-то делах, если делать что-то за него, он тогда теряет опыт, он не собирает эту матрицу внутри себя и не может дойти до нового уровня, открытия, в какой-то степени, вы забираете у него опыт.

## ЭВОЛЮЦИЯ

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1Mt5hbVGFcIEv1A77gRcXL8nSCMhhOEDI/view?usp=sharing>

Накапливая какой-то опыт, переходя на новые уровни, мы во-первых не забываем эти уровни, то есть мы что-то открыли, наш мир изменился мы открыли что-то ещё, дальше наш мир изменился ещё раз и это не означает что предыдущий предыдущую версию мы как-то уничтожили и заменили на новую, предыдущие версии тоже остаются как информационная база, на ней накладывается новая. То есть вот эти фазовые переходы, они не отдельные сущности это цельная система, система которая меняется полностью с переходом на новую фазу. И вот это история шагов по которым мы шли, она тоже сохраняется и она тоже необходима для существования этого конечного элемента. Это в том числе про то что нельзя взять и перепрыгнуть на какую-то фазу потому что не будет предыдущего элемента и этой системе будет не на что опереться, она не сможет удержаться на этом уровне так как нет базы. А подкрепление это нужно обязательно и плюс-минус у людей появляется примерно одинаковые опыт когда они проходят на разные уровни развития. То есть у них начинают сходиться мысли, они в принципе могут найти какой-то общий опыт. Ну а переживания, например, каких-то там проблем, утрат, от чего угодно, они все в каком-то виде это проживают её. У каждого человека должна быть разная интенсивность условная так, как все мы находимся на разных отклонениях по многим параметрам, кому-то нужна один параметр сильнее уравновесить, кому-то другой. Соответственно, кому-то для того, чтобы увидеть мир такой какой он есть или прийти к какой-то мысли опыту, нужно увидеть то что есть добро. Например, если он жил в каком-нибудь неблагополучном месте где было много агрессии много несправедливости он в итоге стал каким-нибудь главарём банды и в какой-то момент у него это копится копится и должно что-то уравновесить он должен понять что есть добро, есть правильное направление жизни. Это как-то коснулась его он это где-то увидел или с этим соприкоснулся или кто-то ему что-то делал подобное и у него эти вещи уравновесились, сложились и он обрёл какое-то понимание перешёл на другой уровень. У другого человека наоборот всегда всё было замечательно и всегда всё было супер, его окружали добрые хорошие люди, он никогда там не сталкивался с каким негативом какими-то утратами, подлостью, с чем угодно подобным и его шибнуло вот этой истории. То есть раньше он не сильно задумывался о том что такая жизнь, как она работает и какие вообще тут правила и законы. И тут ему с какой-то стороны прилетела большая проблема в его систему и он понял что на самом деле нужно думать глубже, что на самом деле есть проблемы и этим нужно заниматься и тут уже перешёл на тот же уровень. И у этих двух людей совершенно разные истории, потому что у них были противоположные отклонения их историй по этим параметрам, но опыт плюс-минус они получили один. И тот и тот понял про добро и зло, если говорить очень упрощенно. Только у одного зла набиралось большой массой и потом что-то пиковое доброе он встретил, а другого наоборот. Это примерно то что говорят в религии, о том что бог дает испытания, которые мы способны преодолеть. То есть у нас появляется возможность получить тот опыт,

которого нам не хватало в какой-то степени и мы можем его получить, хотя не всегда это так.

У этих двух людей точки которые они должны были пройти для того чтобы достичь этого одинакового уровня и одинакового фазового перехода. Хотя у всех людей это будут разные тоже точки фазового перехода это не одинаковая история, то есть человек, хотя фазовый переход у него похож, всё равно будет настройки немножко иные чем у другого человека и это не будут идентичные люди, так как это противоречит принципу развития. И вот эти наши предыдущие этапы они влияют на будущее, на то, как мы меняемся и для того чтобы достичь новых точек, необходимо чтобы мы прошли предыдущее состояние. То есть, если мы находимся на каком-то уровне мы не можем просто взять и поставить на свой уровень другого человека, у, которого нет предыдущих шагов. А мы часто хотим сделать именно это, когда просто отвечаем человеку на вопрос что ему делать или как решить какой-то вопрос, но у него не хватает опыта чтобы это осознать. Мы должны сделать так чтобы он прошёл эти шаги чтобы он получил этот разнообразный опыт сам. Это в том числе отсылка к тому, почему те люди, которые зарабатывают много денег, миллионеры и миллиардеры не отдают к своим детям свои капиталы, Потому что дети должны пройти эти этапы. Они не смогут воспользоваться этим капиталами, они должны пройти все уровни развития это их путь. Смысл не в достижении конечного результата а вот в этом пути, в том чтобы постепенно менять эту свою матрицу и если например обратить внимание на то как мы рождаемся, то эмбрион внутри женщины проходит много этапов эволюции. Там появляется сначала эмбрион, который похож на рыбку, потом у него появляется и уходит хвост и так далее, пока не додет до человека. То есть мы быстро проживаем в какой-то степени вот эти этапы которые у нас были в опыте, которые мы проходили долгое время. Он проживает всё равно эти этапы перед тем как появится на свет, но очень быстро. Мы его должны получить для того чтобы выйти на свет уже в новом виде, готовым к новым изменениям, мы должны эти этапы преодолеть и в каком-то виде мы их действительно проходим. Например тоже развитие мозга - у нас есть разные части головного мозга и какие-то более древние какие-то менее, то есть мозг у нас не сформировался сразу, не было такого что родился человек и вот у него сразу вот такой мозг. Постепенно мозг менялся. Есть там понятие такое как рептильный мозг, это самый древний мозг который отвечает за инстинкты, есть лобная доля, это одна из самых или там самая молодая часть мозга которая отвечает в том числе за речь, и они появляются тоже в своей последовательности. Но при рождении мы так и не отказались от вот этого рептильного мозга, он также нам нужен. Постепенно мозг трансформируется, появляются новые доли, развиваются меняются. Через тысячу лет, может 10000 лет, не знаю, будут возможно появляться какие-то ещё дополнительные доли, которые будут отвечать за что-то ещё. И внутри них будет происходить вот этот процесс эволюции, процесс проживания каждого этапа, для того чтобы родившись, вот этот человек через 1000 или 10000 лет был готов к этому совсем изменившемуся новому миру. Чтобы ему не приходилось проходить всю систему заново. И сейчас у нас меняется образование меняются какие подходы, мы начинаем больше о чём-то знать мы начинаем больше разговоров у родителей каких-то сложных вещах на кухне, поэтому дети получают чуть больше информации чем раньше и быстрее учатся, но при том они и просто более адаптированы. Они должны появляться с более гибким и лучшим мышлением, каждый этап, каждое следующее поколение. Потому что нагрузка эта увеличивается и постепенно человек меняется. Но это условно, Я к тому что люди

в том числе становятся, например выше и это какой-то процесс, обусловленный природой и что человек становится выше и выше с каждым поколением это уже часть эволюции и то же самое есть и с мозгом, с мышлением. Есть направление - спиральная динамика, которая говорит примерно о том же, что человек проживает, там это называется 8 если я не ошибаюсь, проходит тоже все вот эти периоды разных цветов и эти цвета обязательно остаются у него в опыте. То есть это не просто скачок переход, это всегда собранная система

## Синхронизация

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/11fhTGBA0xraLImJf5tIs\\_Z5qj9xtJmoV/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/11fhTGBA0xraLImJf5tIs_Z5qj9xtJmoV/view?usp=sharing)

С одной стороны у нас все элементы уравновешиваются и притягиваются, отталкиваются друг от друга. Если говорить о людях, каких-то полях, процессах, это происходит всегда так. И происходит это сведение систем между собой чтобы одна система уравновешивала другую, чтобы они выравнивались и с одной стороны достаточно просто их разнопланового развития и разнонаправленных параметров, то есть в магните плюсы просто притягивается, вне зависимости от того что это там за магниты и в мировой системе тоже в общем-то всё выстраивается на уровне просто глобальной компенсации, но есть ещё другая часть это синхронизация вот этих вот колебательных контуров, то есть, насколько действительно какая-то часть системы влияет на другую часть, насколько система может переходить на какой-то новый уровень обогащая элементы друг друга. Например как люди сходятся противоположностями. У одного человека развито одно, у другого человека развито другое, им этого не хватает, они тянутся друг к другу для того чтобы компенсировать эту часть системы для того чтобы быть целым элементом из двух частей, более высокоразвитым и это в какой-то степени получается, но во всяком случае частично эту уравновешивается. Но помимо этого, эти системы должны ещё обогащают друг друга в какой-то степени, учить и тут уже должна быть синхронизация этих элементов, то есть просто два противоположных человека если встретились не обязательно станут друзьями и они не обязательно будут друг друга развивать, но есть моменты, когда эти колебания совпадают, частоты сходятся, и они начинают обогащать друг друга, усиливать. Происходит эта синхронизация и люди становятся друзьями и они начинают друг другу помогать, у них появляются эти необходимые различия которые компенсируют друг друга и усиливают друг друга. И получается, что с одной стороны нужны вот эти противоположные части, а с другой стороны, если нет синхронизации, то они не будут на самом деле друг друга уравновешивать. Если метафорично, то это могут быть просто одинаковые частота колебаний на которой входят в резонансное состояние или не входят. Это как дискретность, например звука который отталкиваясь от стен где-то усиливается, а где-то наоборот гасится. То есть, если вы поете в каком-то помещении и звук направлен в определенную сторону, отталкиваясь от стен, звуковые волны будут гасить друг друга, а где-то наоборот будут усиливать. То есть должны совпасть эти волны.

Они должны привести либо к тому либо к одному, либо к другому эффекту, то есть у к усилению или ослаблению. Это дискретная частота, она помогает этот процесс регулировать. Если вникать в человеческие отношения, то синхронизация для совмещения противоположных людей должна быть например на уровне убеждений, там они должны сходиться, то есть одна часть должна быть общая, а другие противоположные. Общие чтобы два элемента/человека понимали друг друга, а противоположная, чтобы они развивали друг друга.

И опять тут работает фактор противоположностей, то есть элементы должны быть противоположными, чтобы притягиваться и похожими, чтобы они вообще начали взаимодействовать.

## Колебания и привыкание

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1PQL5crMM\\_uCXFpXB7LPW96-UqvkRBIPI/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1PQL5crMM_uCXFpXB7LPW96-UqvkRBIPI/view?usp=sharing)

Так как всё колеблется и при этом колебания переходят на какой-то новый уровень, начинают находиться в другой плоскости, у нас формируется определённое привыкание к этому уровню. Например, если человек постоянно соглашается помогать кому-то и постоянно что-то делает для кого-то и там нету уравновешивания, то второй человек будет просто привыкать к этому уровню. Он привык что колебание происходит таким образом и система, то есть вектор от которого уходят колебания поднялся и теперь выше чем был раньше. И, соответственно, если в какой-то момент, завысив эти ожидания, вы откажете в выполнении какой-то услуги, тогда для человека это будет очень большая разность потенциалов. То есть у него всегда всё шло по верхней границе, и тут вдруг вы сделали провал графика. Он уже привык к определённым колебаниям, к тому что колебания находится на высоком уровне и они например с маленькой амплитудой. То есть вы то больше делаете для человека, то чуть меньше, но не бывает такого что вы ему отказываете, а отказ это переход на нижний уровень, а значит там амплитуда этого разброса сильно больше чем та амплитуда к которой он привык, и как мы говорили ранее, люди больше обращают внимание не на то что происходит, а на то как текущее состояние соотносится с предыдущим опытом. И в данном случае, когда происходит этот провал у человека, естественно, появляется большой резонанс, и на это появляется агрессия. И это нормально, так происходит если вы создаёте завышенное ожидание. Если вы постоянно что-то делаете для человека потом переставили делать, он не должен злиться, но так устроена система, мышление и тут нету правила того что он прав или неправ, просто для него это большой перепад. И то же самое, если мы завышаем ожидание перед каким-то человеком, например, двое знакомятся, и один из них начинает рассказывать какой он молодец, сколько он всего делает, повышает и повышает эти ожидания, постоянно создаёт какое-то внимание, что-то дарит предлагает и тому подобное, а потом это уменьшается естественно это разрыв. Между тем что было и тем что стало он будет напрягать систему и расшатывать её и колебательный контур сильно увеличится, ведь эти вещи довольно просто понять на уровне этих систем, колебаний.

И можно тоже в какой-то степени проанализировать что будет дальше, как будет меняться этот график какая волна будет после того, что происходит сейчас. Она, скорее всего, будет противоположной. Есть разные теории, которые уже приводили разные направления жизни к волнам и волновым эффектом. Например спиральная динамика, в которой говорится о спиральности, по сути там работает волна. И там есть разные уровни развития и каждый уровень противоположен предыдущему то есть уровень на котором внимание направлено вовне, а следующий уровень будет направлен вовнутрь, потом опять во вне, потом опять вовнутрь. Но вот это вовне и вовнутрь отличается, то есть принцип остаётся одинаковый, но развитость человека на разных этих уровнях будет разной и в одном состоянии у человека например вовнутрь это чисто какое-то его желание и его потребности, какие-то корыстные цели, а на другом уровне развития у него вовнутрь это его семья или вовнутрь это его земной

шарик. и также там меняется например шаг в виде эгоизма или альтруизм, жёсткая система или мягкая система, про добро или про зло. Очень утрированно, больше основана она на каких-то более жёстких правилах или более мягкое всё. Вот это чередуется, и там есть разные ветки которые оценивались по сути скорее по развитию людей, потому что какие-то люди в своей развитости готовы к самому верхнему уровню, какие-то на нижних уровнях также там рассматривают систему, например на уровне всего государства или связи всех государств. И эти ветки, там конечно, их конечное количество. Последние витки не совсем понятные и их просто предположили, а также создатель этой теории говорил о том что скорее всего будут появляться новые ветки, а сейчас непонятно вообще что это. И естественно эти новые ветки будут потому что общество и человек развивается, система будет трансформироваться, а предположить что будет дальше, на каких принципах будут основаны разные ветки, можно с точки зрения чередования этих параметров. Потому что принципиально параметр меняться не будет, только двигаться то вверх то вниз, а вот его наполнение, рамка, контекст, они будут сильно разными, и тут уже очень сложно предположить, что это на самом деле будет. Соответственно можно предположить на каких принципах будет основан следующий виток, но не понятно как он будет выглядеть на самом деле, так как его вид будет другим.

Другая теория, которая тоже описывает мир на волновых процессах, это волновая теория Эллиота, которая очень популярна в экономике, вернее популярна она больше в торговле на бирже, инвестициях. Движение акций оценивается там с точки зрения вот этих вот волн, как они идут, какие микроволны вложены в эти волны.

Фрактальность всех этих волн показывает дальнейшее движение и помогает предсказывать поведение рынка. В том числе и через эти волны описывается изменения в мире. Хотя я не до конца знаком со всеми этими системами, но в общих чертах это очень похоже всё работает, вот в этих колебательных контурах. При этом, если много колебательных контуров входят в синхронизацию друг с другом, если они совпадают и если переходят например на один и тот же уровень, то произойдёт фазовый переход. То есть переход всей системы на другой уровень, а если нет, то в какой-то момент слишком сильное отклонение может разрушить систему и создать взрыв. Но если этот колебательный контур раскачивается и не происходит взрывов, то есть система не ломается, не происходит фазового перехода, тогда верхняя и нижняя граница постепенно может меняться, система становится более крепкой для подъёмов или падений, границы меняются. меняться Но самое простое понятие на человеке, если человек у человека никогда не было проблем и ему создали небольшую совсем проблему то для него это будет уже трагедия. Если ему постепенно добавляют проблем, то какой-то момент он уже не будет обращать внимание на мелкие колебания. У него эта верхняя граница развивается и в каждый момент времени нужно будет разное количество усилий для того чтобы его условно сломать систему. Потому что граница меняется

и все вот эти колебания входят тоже в состоянии равновесия. В том числе например на уровне простой статистики - допустим рождается два человека, образуют пару, оба человека очень высокие, сильно выше среднего с точки зрения какой-то общей логики и частично эволюции, ребёнок этих людей должен быть тоже высоким, ну потому что они высокие, а они передают свои гены, свой опыт и ребёнок тоже должен высокий выше среднего и может быть выше родителей, но по факту, по статистике наиболее вероятно что у них родится как раз не очень высокий ребёнок и может быть ниже среднего. На большом масштабе конечно тренд идет вверх и дети становятся выше, но

на частных случаях система может стабилизироваться, уравновешиваться, вне зависимости от геном, это колебания системы, общая модель уравновешивания. Если что-то пошло вверх, оно должно скорректироваться на этом уровне и наоборот, если есть провал, пойдет вверх далее.

## Фазовый переход

Видео:

[https://drive.google.com/file/d/1Oulkhe2p\\_GXoBpsVZ1MwYA7c8LxQr9-t/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1Oulkhe2p_GXoBpsVZ1MwYA7c8LxQr9-t/view?usp=sharing)

С одной стороны движение и какие-то изменения происходят мгновенно, то есть происходит этот фазовый переход. Это довольно быстрый скачок, а не плавное движение. Это не то что вы к чему-то шли, шли, шли к чему-то долгое время и в какой-то момент раз и пришли и у вас поменялось вся картина. Ну то есть сильно поменялся мир, это осознание даёт очень большой эффект. То есть сильный скачок произошел очень быстро, при этом конечно нужно было собрать множество элементов для того чтобы на эту фазу перейти. И получается вы долго и плацемерно к чему-то шли, а потом резкое изменение, значит есть и долгий путь и короткий, она работают совместно, но кажется что происходит все просто очень резко и неожиданно, а на самом деле просто в тот момент, когда вся система собрана. И с этой точки зрения можно сказать что вы шли очень-очень постепенно и в какой-то момент просто дошли и пошли дальше, но ощущается это по-другому, будто всё происходит такими колебаниями и рывками. И у нас в этих колебаниях есть рывок, потом опять затишье, потом опять рывок.

Если говорить о рынках акции, или то как происходят переходы состояний в физике, трансформация какого-то вещества это тоже не очень долгий, например переход там из воды в лёд. А если посмотреть на развитие младенца, то рождения и взросление человека происходит тоже рывками. То есть младенец проходит несколько рывков роста. Есть фазы, в которых он очень стремительно растёт, а потом не так стремительно, по чуть-чуть совсем, потом опять очень стремительно, потом опять совсем чуть-чуть. И вот это фазовые переходы, резкие скачки. С другой стороны их конечно вообще можно объединить в какую-то плавную линию, Просто она будет гораздо выше, гораздо более резкий будет восход, более острый угол

## самый важный фрейм

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1TtdWagGX592HfrxfzmiiSadpp0jbsETR/view?usp=sharing>

Самое важное, наверное во всём этом что здесь было, это то что все эти размышления все эти фреймы через которые нужно смотреть на мир для того чтобы его лучше понимать. Эти колебательные контуры, фазовые переходы равновесия частиц равновесия, системы фрактальность системы, всё это фреймы мышления

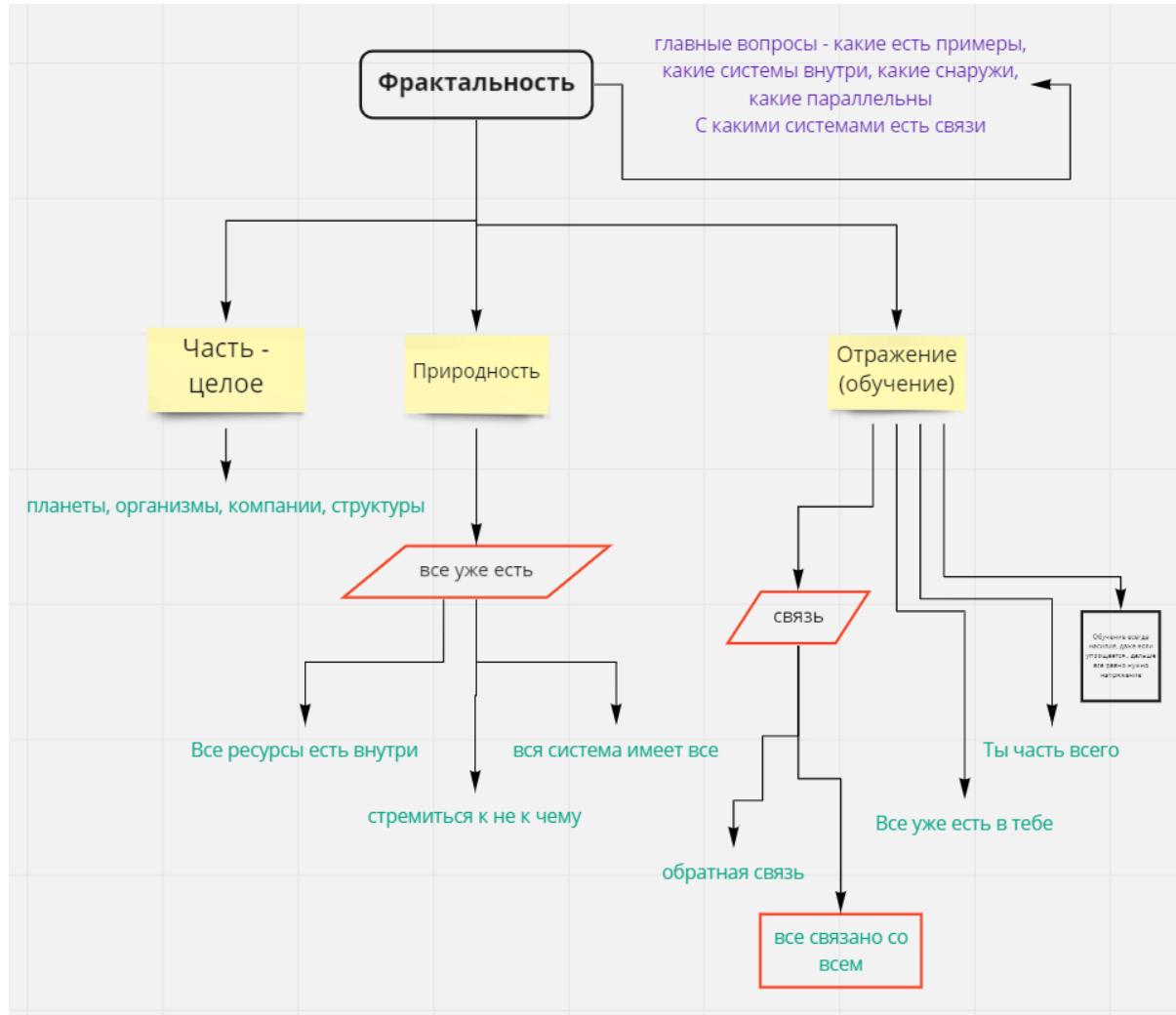
которые действительно во многих вещах будут помогать легче и больше понимать какие-то вещи, больше понимать чего нам не хватает для того чтобы перейти на новый уровень легче, осознавать новую информацию и в принципе понимать как устроен мир. Но самое главное в этом, что это лишь рамки. То есть это принципы, через которые можно смотреть и с одной стороны, они мышление развивают, то есть мы начинаем смотреть на разные процессы под другими углами и начинаем осознавать их гораздо лучше. И это такое креативное, поле это креативная составляющая которая расширяет наше сознание расширяет наши возможности и вам. Но с другой стороны это всё фреймы, а фрейм это рамка, рамка через которую вы смотрите. То есть как только вы смотрите через рамку, вы всё что за рамкой не видите и с какой-то стороны. Такие ограничения мышления. Поэтому этими вещами нужно пользоваться для того, чтобы понимать больше, но это не может быть какой-то жёсткой структурой, которой нужно всегда следовать, Потому что если фанатично всё рассматривать только через эти вещи, можно очень много чего упустить. Должен быть инструмент который приносит пользу в мышлении, но не делает мышление зажатым.

Чтобы вся эта система как-то укомплектовалась в голове, нужно ещё раз пройтись по всем этим приёмам и по основным моментам.

## 45. повторение фрактал

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/11oMI06AdVuBGEYem2qhxI1FUTORHxoQ5/view?usp=sharing>



Итак у нас есть фрактальность, то есть понятие того, что все более-менее, похожее на всё остальное. Принципы, развитие каких-то систем примерно одинаковые, при этом конечно же многих принципов мы ещё просто не знаем, мы можем опираться только на те что доступные нашему восприятию и пониманию. То есть, если мы говорим о принципах других вселенных измерениях, там может, всё происходить, как-то я немного иначе, как минимум потому что какие-то принципы, которые скорее всего работают и у нас мы просто не видим и не знаем, а так они основные, потому что это совсем другая система. Но в нашей нам достаточно понимать что происходит у нас. Итак, всё фрактально - системы, процессы, графики. То есть процессы которые происходят, особенные правила которые их контролируют, они примерно одинаковые везде. Везде есть цикл развития, какая-то эволюция и переход на другой процесс и откат обратно. Везде есть правила о том, что нужно собрать все элементы, чтобы

системы нормально заработала, как в развитии, когда мы должны всё охватить для того чтобы наконец осознать какую-то мысль и перейти на новый уровень, так и в вопросах просто создания каких-то систем вроде организма. Если вы не добавите сюда какой-нибудь один элемент, например сердце или желудок, организм просто не выживет. Нужны все мелкие элементы чтобы система существовала корректно. Хотя у всех систем есть адаптивная модель и даже в организме, если что-то не работает, это может заменить что-то еще, организм может приспособиться и адаптация одна из важных частей системы.

Все эти процессы идут по своим графикам и графики у разных процессов примерно похожие. У них есть похожесть внутри графиков, есть графики в графиках и всё это тоже фрактал. То есть, есть процесс в котором подпроцессы это процесс, который находится в каком-то более глобальном процессе. Есть какие-то параллельные вещи и у всех у них есть свои графики, и у всех этих графиков есть свои подграфики и всё это в какой-то степени похоже между собой. Все эти системы держатся на похожих принципах где есть фрактальность.

#### *Основные понятия фрактальности.*

*То что в системе есть все ресурсы.*

То есть, если это фрактал значит мы можем на более мелкой части понять, как работает большая часть, ее основные принципы, а не какие-то качества и параметры. Основные элементы и всё что нам нужно мы можем всегда найти, то есть нам не нужно искать вовне чтобы добиться чего-то. Та же тут пример о том что системы не отдельные по элементам, если не добавить транзисторов в компьютер он не заработает. И также любая система, процесс.

#### *Всё держится на обратной связи.*

Мы пробуем и смотрим что получится и постоянно происходит эти петли обучение и улучшения процессов. То есть эта спиральная история колебательная, на которой мы выходим на новый уровень, она работает в каждом даже микро процессе. То есть, если возвращаясь к примеру с мячом мы начинаем ловить бейсбольный мяч, мы постоянно корректируем траектории движения своей руки, по мере того как к нам приближается этот мяч. Или если мы хотим пить и пьем, мы постоянно оцениваем, вот этот глоток принес нам насыщение или нет, а в эту секунду началось ли насыщения или нет, таким образом мы живём. То есть мы постоянно ходим маленькими итерациями, и эти маленькие итерации в более крупных итерациях как матрёшки или фрактал. И получается, что всегда работает обратная связь, то есть мы всегда реагируем на всё и наша жизнь это отражение вот это реакции. Мы ищем обратную связь окружающего мира. С каких-то людей, самих себя, как мы на что-то отреагировали если мы о чём-то подумали. У нас может что-то заболеть это тоже обратная связь и она в любом случае действует. То есть как бы мы не хотели, если у нас есть какой-то стимул, то реакция будет, вопрос насколько она сильная и этим не нужно пренебрегать в вопросах которыми вы занимаетесь. Когда реакция может быть у других людей у других систем и часто оно может быть гораздо сильнее чем мы думаем.

#### *Всё уже есть внутри и все ресурсы есть в системе.*

Это похожие элементы. Во-первых мы можем найти все необходимые нам элементы для создания чего-то в ближайшем окружении, в том что нам доступно, в том куда мы можем дотянуться. Чем больше у нас охват того что мы видим и знаем, естественно

тем легче нам чего-то достичь. Но тем не менее, вокруг в мире который есть у нас сейчас мы уже можем взять необходимые ресурсы и они всегда там есть.

*Ты часть всего.*

Это понятие о том что ты часть системы. Системы не работает без тебя любой элемент системы важен, система начинает ломаться без своих элементов, но она адаптируется. Она в любом случае выживает, но каждый элемент важен и каждый элемент влияет на всю систему и система влияет элементы. Элементы влияют на систему, это постоянное взаимодействие, постоянная и обратная связь на этом уровне Ну и просто системы работы планет, атомов, работа организма, семьи, бизнеса бактерий, живущих в нас, развитии человечества и развитие бактерий в мире - всё это похожие процессы всё это фрактальная история. Все живые существа например общаются и общение деревьев может происходить через корни, может происходить через пыльцу и это может быть другое общение. То есть это может быть общение без понимания чего-то, на реакциях, неважно, главное что это передача информации это тоже общение. Мы можем создавать какие-то новые структуры описывать новые элементы, что-то придумывать и это развитость нашего мозга относительно других поэтому у нас ускоряется обучение но сам процесс он примерно один.

И есть главные вопросы ещё которые нужно задавать себе на уровне фракталов. Какие есть примеры? То есть когда вы рассматриваете какой-то процесс, какие есть похожие процессы. Как выглядит система этого процесса, который вы рассматриваете? Изначально какие там есть элементы?

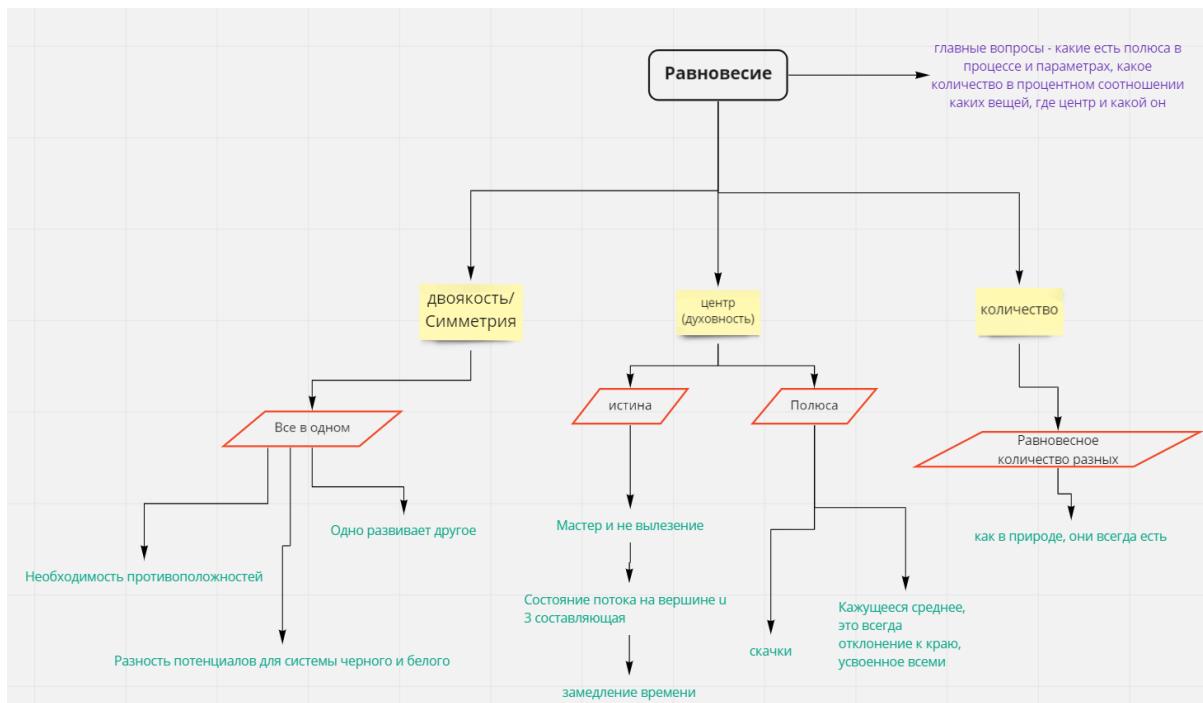
Какие в каких элементах процессы происходят внутри, то есть погружение внутрь. Тот процесс который вы рассматриваете, это какая система находится рядом и как она влияет, какие там процессы и как она работает. Как работают системы параллельно, похожие, такие же, в других местах и других системах, какие-то схожие процессы из другой области. Например, если вы рассматриваете бизнес, как работают другие бизнесы. Как работает какой-нибудь племенное общество потому что это похожие вещи. Одна это смежная область, другое, это конкурентная условная область. И с какими системами связана ваша система, как она влияет на смежные какие-то процессы которые тоже могут дать обратную связь и поменять вашу систему. То есть все эти вещи нужно оценить. Как ваш элемент, который вы рассматриваете, ваш процесс, взаимодействует со всей системой внутри и снаружи

## 46. повторение равновесие

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1XxRVifFF1Y3ZbIk0XLaphoQgUPval9hP/view?usp=sharing>

<https://drive.google.com/file/d/1zfyiRkgqhQLcfNuAYXN7QDZbVZer0qJC/view?usp=sharing>



### Основные понятия равновесия

*Всегда есть два полюса.*

Симметрия, то есть, есть какой-то процесс с одной стороны, есть условно противоположный с другой и они не конфликтующие на самом деле процессно. Они развивающие друг друга уравновешивающие. Это необходимое состояние, которое есть в системах. И всегда есть оттягивание в стороны. То есть, если вас начинает тянуть на какой-то один из полюсов и вы туда передвигаетесь, вас будет всё равно тянуть в другую сторону и либо вы изменитесь, либо создастся что-то, что будет уравновешивать все.

Эти вещи не то чтобы создаются, они уже есть в системе. Всё фрактальное уже, там существует. Но есть понятие равновесия системы, она должна постоянно уравновешиваться, поэтому элементы, которые необходимы для того, чтобы уравновесить какое-то отклонение они просто приходят в эту часть системы. Если вы передвигаетесь в какой-то полюс очень сильно, то опыт с другой стороны вы теряете и вам нужно восполнять этот опыт, соответственно вам нужно что-то, что будет вас с той стороны уравновешивать.

Даже стандартные обыденные процессы вроде поддержания состояния с помощью кофе работает по этому принципу. То есть вы пьете кофе и вам становится лучше, вы чувствуете себя бодрее, но эта бодрость, привнесенная извне менет равновесие системы и создает противоположный элемент, то есть усталость, которая должна уравновесить систему. Это не происходит сразу, но усталость которую вы заменили на бодрость откладывается и в какой-то момент начнет накладываться на стандартное состояние усталости, увеличивая его, таким образом, получив утром всплеск энергии, мы “заплатим” за него усталостью вечером, которая будет не такой пиковой, но продолжительной. Это фрактальный принцип, который можно замечать в любых процессах.

Систем может уравновешиваться разными способами, но если мы хотим развиваться нам нужно находить эти равновесия самому. Если мы сильно уходим в какое-то полюсное мышление, то нужен кто-то кто может поспорить и рассказать какую-то иную точку зрения. И в принципе, понятие диалога, понятие мышления это противонаправленная система, то есть должны быть два разных мнения для того, чтобы к чему-то всё это приходило. Соответственно всегда рождается условное сопротивление, которое на самом деле является уравновешивающей частью, а не противником как таковым. И чем больше вы оттягиваете свой полис в одну сторону, тем меньше у вас будет где-то в другой стране. Это как компенсация. Например то что человек несчастлив можно быстро понять, в большинстве случаев он начинает вести активную жизнь в каком-то информационном поле и рассказывать всем остальным что он счастлив, заводить какие-нибудь аккаунты в соцсетях и так далее. И там он рассказывает насколько у него прекрасная жизнь, это компенсирует реальность.

Но полюса всегда создают напряжение. То есть равновесие в этой системе нормального не получится. Физиологически это будет ощущаться как напряжение, это будет постоянное раскачивание. Чем дальше мы от середины, тем больше качает эту историю, а чем больше качения, тем сложнее нам ощущать себя уравновешенно.

Может быть внешнее, может быть внутреннее напряжение и элементы уравновешивания тоже могут быть с разных сторон. То есть, может появится какой-то элемент который внутри будет уравновешивать, а можем найти какого-то человека, например, который будет уравновешивать эту часть или прийти в какой-то бизнес, который будет уравновешивать ваше мышление.

Поведение истинности - её качества соответственно в середине. Есть понятие среднего значения, и если мы находимся на одной из сторон, то есть хоть если немного отклоняемся от центра от нулевого значения, то мы принимаем мнение этой стороны. То есть мы всегда принимаем какую-то точку зрения, мы не можем быть нейтральными. Чем дальше мы от центра, к полюсу, тем сильнее убеждение этой стороны, а чем ближе мы к центру, тем лояльнее к другой стороне и можем больше сомневаться в своей позиции, но все равно принимаем мнение этой стороны.

Если же мы находимся в самом центре, то есть в состоянии истины, это состояние максимальной ресурсности, когда мы не привязанные ни к какому мнению и находимся ровно в центре. В этот момент, который является не очень долгим, мы не относимся ни к одной стороне, для нас они едины и не имеют значения, не имеют различий, они просто части единой системы и это дает максимальный эффект. Это состояние нирваны в медитации, состояние потока в работе, состояние когда мы находим решение какой-то идеи. То есть точка, где у нас появляется очень много сил и очень много ресурсов и информации. Но это не стабильная система, потому что мы бы и не могли жить в такой системе долго. Это слишком сильная энергетическая субстанция и усредненное положение означает, что всё-таки нету вот этого раскачиваний, развития. Система должна иметь разные стороны, потому что они двигаются и должны развиваться. Если бы мы предположили что можем долгое время оставаться в этом положении, полной истины, то оно уводит нас от мира, поглощает полностью и мы перестаем функционировать в общей системе, переходим на новый уровень. Например, если попасть в состояние потока, можно не есть, не спать, это разрушит внешнюю жизнь и организм сам, поэтому приходится выходить из этого состояния и нас автоматом оттуда выкидывает.

*Статистические данные и равновесие системы.*

Все системы количественно тоже как-то уравновешены. То есть количество определённых людей, количество определённых животных, количество каких-то элементов химических, всё это уравновешивается, и, если произошло что-то в мире произошла там какая-то война и количество мальчиков сильно уменьшилось, потом их будет рождаться больше. Система их восполнит, они в какой-то момент дойдут до примерно предыдущего уровня. То есть количественная система уравновешивает себя и она при движении всё равно приходит к условному равновесию. И к этому же относятся понятие пересчёта сил в физике, которое называется перенормировка. Это когда высчитывают все силы в замкнутой системе, и получается что они все компенсируют друг друга. Но разные силы это не два противоположных элемента, и всё это разнообразие дает развитие.

На уровне равновесия появляется мастерство это там где у нас уже нет напряжения где он абсолютно спокоен и где есть внедренная матрица этого процесса. Если говорить о человеке, то в этот момент вы знаете как действовать и вы просто действуйте, у вас уже все работает на подсознательном уровне, то в спокойствии мысли приходят сами. Нет этого напряжения, нет желания что-то показать, вы просто этим живёте. Всегда нужно добавлять другую сторону, всегда есть противоположность. С одной стороны это в принципе правило о том что всегда есть какая-то противоположность, если что-то появилось, противоположность тоже появится. Если появился герой, появится антигерой, если появился антигерои, появится герой, а если появилась какая-то компания, которая сосредоточена в чём-то одном, появится компания которая сосредоточена на чём-то противоположном и обе будут существовать и всегда истина в самом центре. Но эффективность максимальная, она близко к центру То есть когда вы остаетесь с каким-то мнением, учитывайте и другие элементы. И вот эту противоположность нужно добавлять, она развивает, это необходимый элемент.

То есть, когда вы обучаетесь вам нужно напряжение. Если обучение идёт слишком просто, это не обучение, мозг перестаёт обучаться, ему нужно напряжение, так как напряжение означает что он узнаёт что-то новое, что он пытается запомнить. Большое напряжение ухудшает обучение. То есть вас что напрягает во время обучения, скорее всего вы не будете впитывать информацию так как стресс необходим на работе. При этом если будет слишком много напряжения, тогда люди работать не будут, но нельзя делать абсолютно комфортные условия без стресса это будет губить систему

### *Эти разные понятия развиваю друг другу мир*

Разрывается всегда на разные стороны, это создано для развития. То есть мир не стремится к самому центру он центр проходит его довольно быстро. То есть всегда есть качение, всегда есть переход через какое-то центральное положение и когда мы переходим от одного полюса к другому не обязательно попадем в состояние истины, но в состояние центра попадем. Но этот проход через центр довольно быстрый, а система стремится к противоположности, которые будут друг друга развивать, которые будут состоять из энергии движения. То есть чем ближе к центру, тем быстрее вас будет перебрасывать на другую сторону, чтобы продвинуть потом дальше. То есть, если все в центре более-менее согласны друг с другом и нету противоположности, нет какой-то борьбы, то нет и энергии развития. Если два элемента в разных полюсах, тогда уже создаётся напряженность, которая двигает процесс. И, соответственно, когда мир приходит какой-то точке зрения зачастую это полярная часть. То есть либо капитализм, либо социализм, но максимально, сдвинутые в свою сторону, то есть

капитализм максимально капиталистический без понимания того, что нужно что-то контролировать и рассчитывать, а социализм максимально социалистический. то есть нет развития индивидуумов, которые в любом случае в системе есть, которых тоже нужно учитывать, и которым тоже нужно давать какое-то поощрение, а если им не делать этого, конечно они не будут развивать систему, а будут с ней бороться.

Идеальная же система совмещает и то и то и заботится об интересах всех групп общества, чтобы всех это устраивало в каком-то виде. Или вопросы гендерных равенств, либо нужно быть толерантным максимально ко всему, либо не нужно быть толерантным совсем. И оно качается то в одну сторону, то в другую и это всегда такие пиковые значения они всегда не неэффективные, они слишком гипертрофированные. Человек принимает какое-то решение, какую-то мысль и он начинает её развивать. И он идёт по её развитию, он хочет пройти её всю максимально, и из-за этого он начинает двигаться в крайности. И большая часть наших принципов жизни строится на крайностях. И система не стремится к равновесию застывшему, в котором она может остаться, потому что она постоянно изменяется и не может остановиться, так как остановка это смерть системы. Система должна жить двигаться, это норма. Любая противоположность всё-равно вносит какие-то дополнительные элементы и либо вы будете развивать свой полис, если есть противоположность, ещё больше уходя от него, то есть будете изучать что находится со стороны вашего полюса в противофазе, либо вы будете синхронизироваться с противоположностью и развивать друг друга без напряжения, а на взаимном обогащении. На уровне человеческих отношений синхронизация это дружба, где есть два противоположных человека не обязательно сойдутся и будут дружить и развивать друг, но если их вот эти колебательные контуры в каком-то виде, в какой-то частоте синхронизировались и появился какой-то резонанс тогда, они начинают развивать друг друга и компенсировать. Или как пример хорошо сформированная команда, где все сотрудники подобраны по своим противоположностям в навыках и они компенсируют друг друга, уравновешивают как в уравнении перенормировке в физике и развиваются друг друга. При этом они синхронизированы общей целью, принципами или чем-то еще. Если же сходятся два человека абсолютно одинаковых, им будет не интересно друг с другом, они не будут компенсировать друг друга и вряд ли из этого получится отличная дружба, а чаще даже наоборот.

И вопрос который нужно задавать чтобы понять систему и суметь ее оценить, это какие есть процессы в принципе и Какие там есть полюса. То есть какие два разнонаправленных процесса, какие есть разные параметры, какое процентное соотношение элементов в системе? То есть какой-то процесс можно разобрать на уровне полюсов. Если разобрать количество разных людей и как-то их типировать то там типа это огромное количество видов и они все уравновешены в своих направленностях и энергиях. И это процентное соотношение тоже важно считать. Где центр и какой он, что нужно внести для того чтобы дойти до центра, может быть какое-то состояние, что такое истинное состояние? Какой тут максимальный всплеск и где есть синхронизация? То есть где есть элементы которые противоположны, но они не синхронизированные? Почему это происходит и какие синхронизированные элементы? Почему синхронизированы именно они?

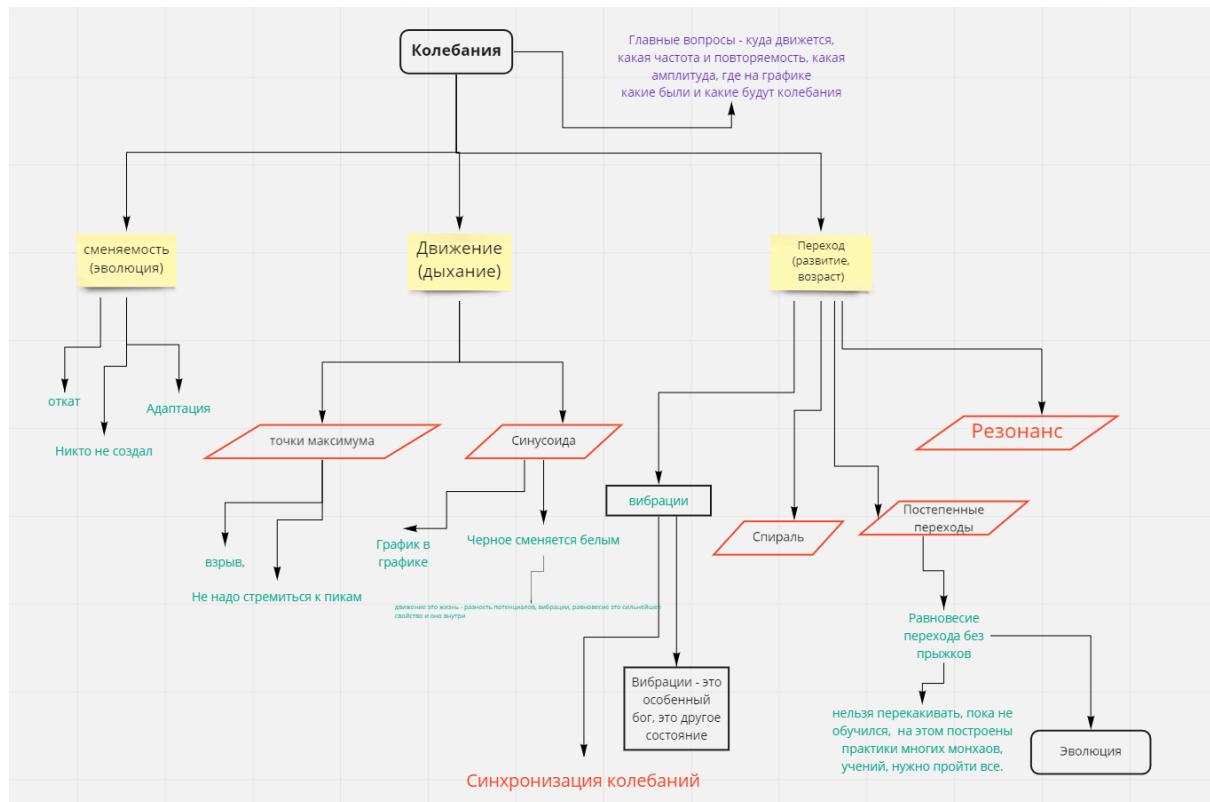
Система стремится к равновесию, но уходит от него, это фрактал противоположности.

## 47. повторение колебания

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/11WbNxTfp9d4J8FDo0SQCzzyGJ8T8Zpa0/view?usp=sharing>

[https://drive.google.com/file/d/19qRqj6Mqk42ZFPsGN5bdpVlaxv7\\_Yucf/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/19qRqj6Mqk42ZFPsGN5bdpVlaxv7_Yucf/view?usp=sharing)



И последняя часть для повторения, это колебания. Всё проходит через процесс колебания, полюса меняются и всегда есть какие-то временные интервалы когда колебания полностью проходит и возвращается на исходную точку. Эти колебания всегда куда-то движутся и в колебательном контуре есть внутренние колебания на меньших масштабах. Это как синусоида, только не правильной формы. Например есть курсы валют, которые колеблются каждую минуту, каждый день, каждый год и всё это графики в графиках и в других графиках. То же самое происходит в любых процессах. Если рассмотреть жизнь, то у нас каждую неделю происходит какой-то график колебания как мы проживаем неделю, из этих недель состоит график проживания года из этого года, проживания нескольких лет и всё в графике развития в принципе человека от детства, юношества, зрелости и до старости. И проходим через каждые колебания, через каждый полюс. Значит что если сейчас мы проходим по одному полюсу, следующий раз мы будем двигаться к противоположному и так развивается система. Сначала одно, потом противоположное. И можно понять, к чему придёт система, если мы понимаем, на каком уровне она сейчас. А так, как системы в большинстве случаев находится в каком-то полюсе, то определить его не так трудно и

понятно какой будет следующий виток. Но тут нужно оценивать период когда этот виток произойдет и это довольно сложно, так как много слишком параметров. И эти перепады есть всегда, то вверх, то вниз в процессах и системах, в нашем характере, достижениях и неудачах, в отношениях и прочем. То есть всегда есть откат, и чем больше пик роста, чем он более резкий, тем сильнее и ниже провал. Чем сильнее раскачивается график, чем больше амплитуда, чем выше вы поднялись, тем ниже будет падение.

И график можно уравновешивать и делать его менее качающимся, а можно наоборот раскачивать. И в какой-то момент, если мы его сильно раскачиваем, если амплитуда зашкаливает тогда может произойти взрыв когда график возвращается в центральное положение. То есть когда система которая была, стирается полностью, потому что становится в этот момент слишком нестабильная. И хороший пример, это состояние влюблённости, когда вы увеличиваете его максимально и в какой-то момент она просто лопается и проходит совсем.

И нужно понимать на каком вы графике находитесь сейчас, какие более мелкие графики, большие графики и какие у вас периоды, а также как сильно раскачивается система и какое раскачивание нормальное.

Есть понятие фазового перехода это переход на новый уровень системы то есть система движется движется постепенно куда-то, либо вверх, либо вниз и в какой-то момент она переходит в новое состояние. То есть когда мы поняли какую-то мысль осознали её, она создала новое состояние, это фазовый, переход когда компания перешла из состояния стартапа в состояние корпорации например, переход из детства в юность. Есть фазовые переходы поменьше всё это тоже фрактально.

Фазовый переход происходит в тот момент, когда все элементы системы согласованы, развиты и имеются в системе. Они сходятся и происходит этот переход. То есть, если у вас какого-то элемента не хватает то этого перехода не произойдёт. Если вы узнали какую-то мысль, этого будет недостаточно для того, чтобы её осознать, нужно начать ей пользоваться. Два человека знающие одну и ту же мысль совершенно не равны между собой в её понимании. И для того чтобы этот переход в сознание произошёл должно быть всё согласовано. То есть все элементы должны быть развитые и все имеют должны иметься в системе.

Всё идёт по такой спирали через фазовый переход. Движение может быть как вверх, так и вниз. Нельзя перескакивать через эти фазовые переходы, если у вас система не подготовлена для того чтобы переходить на новый уровень. Вы перейдёте туда, система раскачается и всё свалится либо обратно, либо ещё ниже, либо в принципе туда перейти не получится. Система должна развиваться поэтапно и нельзя, если у человека нет какого-то опыта, перекидывать его через этот опыт, он будет на этом уровне неэффективен. Ему всё равно придётся на какой-то ступеньке через одну обучаться тому что должно было быть на предыдущем шаге. То есть эти перескоки бесполезны и если мы не подготовлены куда-то перескакивать, тогда нас свалит обратно. Если условно мы не подготовлен к тому чтобы получить много денег и нам дать большую сумму для нас, для кого-то это 1 000 000 руб кому-то это миллион долларов, кому-то это миллиард, то мы его потеряем и скорее всего потеряем ещё и останемся в долгах. Мы можем потерять здоровье, то есть это вещь которая вроде как нам должна помочь, а на самом деле, при отсутствии подготовки это будет негативный эффект. У всех процессов есть этапы их жизненного цикла, то есть всё идёт по определённому колебательному контуру и проходит разные этапы. Можно примерно прикинуть какой будет следующий виток виток развития потому что он принципиально

будет другой. То есть там будет такой же график, но принципы скорее всего поменяются например на противоположные. И так работает эволюция, то есть система постоянно адаптируется, постоянно развивается и постоянно двигается. Это такое дыхание, движение системы. Если она останавливается, она умирает и чёрное всегда сменяется белым. Вся система адаптируется и если из неё что-то достать, то придёт что-то другое. Система всё равно вернётся это среднее состояние и у системы всегда есть наследие на этапах переходов. То есть, если вы прошли 5 переходов, на пятом переходе у вас есть в опыте все четыре предыдущих. Это не новая жизнь, не всё с чистого листа, и теперь все только на пятом. У вас есть всё что вы проходили до этого, весь этот опыт должен быть для того чтобы был пятый уровень, потому что он должен на что-то опираться. Поэтому нельзя перескакивать и всё в мире происходит вот этими графиками колебаниями везде.

Есть определённые вибрации и вибрации в принципе играют важную роль в существовании мира, это и колебание магнитных полей и колебания у нас в организме, вибрации колебания света, звука всё это то что позволяет нам видеть, ощущать и жить в этом мире. И когда происходит определённая синхронизация колебаний, появляется резонанс и тогда система переходит на другой уровень. То есть синхронизация колебаний людей это резонанс в виде например дружбы.

Синхронизации колебаний разных элементов в вашем процессе может привести к переходу на новый уровень в виде фазового перехода и главные вопросы которые необходимо задавать это:

Куда движется система? То есть все эти колебания они происходят то лучше то хуже по нашему мнению, но главное куда это стремится, какой сам вектор движения всей системы. Нужно понимать какая частота. То есть как часто происходит эти колебания и какая повторяемость? Где мы находимся на графике в этом колебании и что нас ждёт дальше? Какая амплитуда? То есть насколько высоко и низко опускается этот график и как он вообще движется. И конечно какие есть графики, как мы в них расположены?

Например, бизнес может быть ещё в графике развития страны, а страна тоже движется по колебательным контуру и это должно сходиться между собой для того чтобы понимать как развивать бизнес, как готовится к чему-то конкретному.

## 48. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ТЕЗИСЫ СНИЗУ

Видео:

<https://drive.google.com/file/d/1rG1RSKqOlyvHKzhTC1D8FDcT-MnPsw2/view?usp=sharing>

### Циклы

Если говорить о циклах, то циклы есть в развитии государств, на уровне страны, экономики мировой, каких-то отдельных регионов, городов и дальше уже компаний, отдельных людей. То есть, если посмотреть на то, как развиваются государство, как развиваются страны и общая экономика, то там есть определенные циклы, например, кризисов это закономерная часть, то есть кризисы в любом случае будут. Экономика сначала развиваются потом в любом случае она проваливается, сейчас легче всего это оценить так как мы в принципе живём во время кризиса и долг кредитный мировой гораздо больше, чем в принципе существует денег и соответственно никто это чисто физически не может оплатить. Тоже самое и на уровне граждан, там кредитный долг больше чем денег у всех людей, то есть кредиты всем отдать невозможно. И всё, что напечатается дальше, естественно это не решит, а нам остается только надеяться что кризис придет позже, но возможно он тогда придет к нашим детям. Есть очень хороший пример у Рая Далео о том как работает экономика, и она работает вот этими циклами. И также циклами происходит развитие стран. То есть уровень когда они доходят до чего-то потом проваливаются. И если посмотреть на историю, были очень развитые разные страны, на каком-то отрезке истории, что были взлёты и падения и это так и продолжается. Ну то есть нет такого что кто-то вырвался вперёд и постоянно там находится. От того как движется страна можно понять что будет происходить, например если страна резко вырвалась вперед, то может также резко провалиться и потом чуть выровняется до среднего уровня, а есть те кто был очень мощным и сформированным государство на протяжении многих лет, потом провалился и дальше с большой вероятностью ждет рост, так как там длинные колебания, с малой частотой. Например тот же Китай, его глобальный рост был больше закономерностью если посмотреть на историю, как и его падение.

Соответственно какие-то катаклизмы, напряжённости, войны в том или ином виде они повторяются, то есть каждые следующий виток он будет повторять эту ситуацию может быть условно, если была война, в следующем витке будет просто какая-то сильная напряженная ситуация, катастрофа или какой-то Катализм, но это будет происходить.

### Амплитуда

Если посмотреть на разбег в деньгах у бедных и богатых и разбег в образованных и необразованных людях в стране, то по этому параметру можно определить, насколько раскиданы плюса. Сколько людей с высшим образованием, сколько научных деятелей и сколько людей без образования, это естественно является определённым раскачиванием системы. То есть это если смотреть на график в нашем случае, чем больше у нас амплитуда тем сильнее идёт раскачивание и нестабильность системы, тем она скорее всего будет приходить разрушение, так как нестабильное сложно куда-то передвинуть, развить, это уже больше про везение, нежели какие-то реальные

действия. Поэтому приводить систему к нестабильности довольно неэффективно. Если только вы не хотите что-то разрушить и из этого что-то потом забрать себе. Все вот эти резкие изменения, они в любом случае приводят негативным последствиям, как на уровне политики, так и на уровне компании или отношений. Резкий скачок потом приведет к резкому падению и созданию разных скачков, а не к стабилизации системы и ее переводу на другой уровень. Из этого принципа можно оценить и эффективность революции например. Как она раскачивает систему и что происходит потом. Стабилизация после нее начинается не из-за самой революции, а из-за того что люди в принципе потом начинают стараться создать стабильность и это не контролируемо, это как игра в кости, только на больших масштабах.

## Закрытость перед фазой

Если посмотреть на пирамиду Маслоу, где у каждого человека есть определённая наивысшая потребность, там можно понять в том числе вот эти фазовые переходы и там обозначается, что у человека есть определённые потребности он должен через них перейти. То есть он должен их закрыть для того чтобы перейти на следующий уровень. Если он перешёл на следующий уровень, но у него не закрыта база, тогда у него будет тяжёлая ситуация, его будет тоже сильно раскачивать эмоционально и естественно, человек у которого не закрыта самая низкая потребность он вряд ли будет думать о каких-то очень высоких вещах, то есть чтобы людей привести к тому чтобы они задумывались о какой-то информации более высокого порядка, нужно создать им базу, чтобы они могли до этого дойти чтобы у них не было потребностей более важных. И даже если человек не ест, но думает о планете, как созранить человечество, его мышление будет отличаться от него же самого, только когда его потребность в еде будет закрыта. Его уровень мышления перейдет выше, только потребность в еде не будет тянуть его вниз. Так же как и если он не прошел потребность в еде, если сам ее не закрыл, ему будет не хватать этого пласта знаний для того чтобы верно оценить мир и понять как его можно развивать.

Условно, есть люди которые двигают просто науку, у них могут быть не закрыт какие-то базовые потребности. То есть у них может не быть достаточно той же еды, воды. Но для них это не так важно. они перешли на вот этот уровень и для них там главный изучение каких-то своих направлений. И все равно отсутствие еды будет сказываться на мышлении, усталости, человек будет отвлекаться. И это обычное какое-то точечный изучение, развитие в одной плоскости, это не полноценное развитие. То есть где-то его оттянуло в голод, он это отразил в искусстве, науке, но это сильное напряжение, это направленность в одну тонкую дорогу. Это человек который не охватывает всю картину мира, то есть скорее всего у него нет семьи или он не заботится об этом, у него нет детей за которыми нужно ухаживать, как-то их поддерживать и давать им пропитание. А если у него нет этих частей, то он не видит мир целиком, он не оценивает всю свою работу с точки зрения полезности для всех, для всего общества. Это не означает что у него там правильные или неправильная позиция, но у него нету полной картины, он не может осознать всё, потому что он просто не знает что есть какие-то важные факторы. И в данном случае его способности, которые он мог бы применить до конца не раскрыты, он мог бы дать гораздо больше.

Если у человека не закрыты базовые потребности и у него есть о ком заботиться, тогда он вряд ли уже будет находить столько времени на то чтобы изучать какие-то науки и делать какие-то правила

## Потребление

Есть большой вопрос о потреблении и экономике, о загрязнении природы и часто предлагают какие-то кардинальные решения, кто-то предлагает ничего не делать потому что ничего сделать нельзя. Но если ничего не делать, планета будет постепенно ухудшаться, пока не дойдет до критической точки, и также нельзя просто взять и уменьшить потребление всего кратно так, чтобы миру было комфортно. И есть те кто отказываются от того чтобы делать в принципе что-то. Есть те люди которые говорят нужно всё остановить всё запретить, запретить какие-нибудь заводы и это кардинальные меры То есть это не изменения тренда это резкое изменение ситуации. В наших фреймах, резкое и не подготовленное изменение, это раскачивание амплитуды. Если будет происходить раскачивание то дальше пойдёт раскачивание остальных частей. Например мы полностью убрали потребление нефти газа и в моменте. Если мы к этому не подготовлены, если мы на этот фазовый переход, ещё не можем рассчитывать то пострадает много компаний которые этим занимались, пострадают компании которые производили какие-то вещи используя эти природные ресурсы, закрывшись, все эти компании прекратят возврат денег в экономику и покупки других товаров упадут, компании начнут закрываться и люди увольняться и все это одно за другим будет ухудшать положение всех, что очень большое экономическое напряжение и эта напряженность может откатить на пару столетий. Соответственно любое вот такое вмешательство извне в систему, где она не готова к этому и глобально шла линия какого-то производства и вдруг её прекращают, это удар по системе и тогда система начнёт расшатываться в разных частях. А если бизнесы начинает шатать то они начинают цеплять и остальные бизнесы. И эта цепная реакция может привести к очень и очень плачевой истории, из которой невозможно будет выйти в течение десятков лет. Перейти сразу на какие-то возобновляемые и эффективные источники энергии, которые не тратят столько ресурсов, не улучшают, но и не ухудшают природную экосистему и при этом людям будет этого достаточно чтобы комфортно жить, такого просто не будет. Это всё взаимосвязанные вещи и резкие изменения не приносят хороших результатов. Понятно что система всё равно стремиться к тому чтобы успокоиться, то есть прийти в какое-то условное равновесное состояние, в котором будут качения, но они будут минимальные, потому что без движения системы не может существовать. Система всегда стремится к минимальной напряженности. И если мы меняем тренд постепенно и готовимся к этим фазовым переходам, тогда это сделать возможно и со стороны это может выглядеть как скачок. Другой вопрос в том что предусмотреть все что нужно для перехода очень сложно.

Если мы делаем резкие какие-то движения когда мы просто бьём по системе и она начинает работать хуже, с одной стороны это делать, нужно с другой стороны это делать не нужно. Поэтому и получается, что выход есть, но он постепенный который учитывает множество факторов.

Иначе, резкие перекосы в одной области поглотят систему. Это как истории о том что истребили один вид птиц и в итоге расплодилось столько вредителей, что они уничтожили все зерновые, после чего пришлось разводить воробьев и импортировать в страну.

## Теория вероятности в предпринимательстве

Если говорить о работе предпринимателя и о том как происходят какие-то успешные проекты и люди что-то успешно реализуют, то можно понять, что в какой-то степени всё это всё-равно статистика, теория вероятности. Это всегда незнание и попытка угадать последствия. То есть нет ни одного человека, который всегда точно знает что нужно делать в компании для того чтобы она развивалась росла и стабилизировалась. Это всегда угадывание теория вероятности. Практически никакой шаг заранее со стопроцентной вероятностью предугадать нельзя, даже на очень низких уровнях. Всегда есть поправка, мы считаем что этот шаг будет успешен при таких таких-то условиях и при условиях того что мы все учли. Соответственно каждый раз, когда даже самый гениальный предприниматель совершает какой-то шаг, он просто играет в вероятность того сколько он выигрывает и сколько он проигрывает. И делает ставки и естественно по теории вероятности. Не может быть такого, что человек постоянно угадывает. Поэтому у любой компании и любого человека, всегда есть взлёты и падения. И если мы смотрим на биографию, истории каких-то успешных людей, на управление их компаниями, если мы говорим о предпринимателях видим постоянный взлёт, постоянный рост то это только потому что мы акцентируем внимание на этом. Потому что никто не хочет видеть картину на которой было принято то правильное, то не правильное решение. И они вот так вот периодически чередуются. Просто хороший предприниматель понимает что он периодически совершает неправильные шаги и движения, которые приводят его к какому-то негативному исходу. Но он может влиять на тренд. А есть те кто этого не понимает, считает что всегда он прав и всегда всё будет расти. Естественно тут шансов гораздо меньше. Но опять же, по этой вероятности сильного отклонения в сторону постоянного принятия правильных решений быть не может. Если бы эти люди обладали каким-то чутьем предпринимательским, умели предсказывать будущее и делали это очень точно и у них супер потрясающие работала бы интуиция, то они могли угадывать и просто какие-то лотерейные билеты или могли в конце концов прийти в учреждении, которое платят людям за то, что у них есть сверхспособности, если это докажут. Есть, по-моему премия Чаплина человеку который докажет, что он чем-то обладает сверхъестественным. Но обычно люди ничего не обладают это статистикой доказывается.

## Резкие движения

Есть хорошая книга Джима Коллинза “Почему гибнут великие”. И одна из проблем которая описывает почему крупные и супер успешные компании начинают проваливаться в том, что в тот момент когда они доходят до верха, они начинают какие-то резкие движения. То есть они не просто постепенно меняют систему, тренд и готовиться к какому-то новому фазовому переходу, подготавливаясь со всех сторон, а делают резкие движения. Происходит это когда они уже дошли до верха своего развития и там становится понятно что дальше скоро уже только вниз. К этому моменту они конечно должны были быть подготовлены заранее, но и потом можно исправить систему, если действовать корректно. Они начинают замечать, что они пришли в тупик и в этот момент они начинают нанимать новых менеджеров, менять полностью бизнес-модель, перестраивать полностью стратегию и это момент когда они дошли до вот верха и в этот момент они ещё и начинают вводить новшества,

естественно раскачивая систему. Она не может перейти на новый уровень, потому что к этому ничего не готово, а провал после взлета постепенно уже начал проявляться и плюс к этому они начали раскачивать систему. Естественно, если смотреть на этот шаг вот в таких параметрах, подобных графиках, то конечно же систему будет лихорадить и она пойдёт вниз.

И ещё один важный фактор того что вот эти вот большие компании которые долго развиваются и становятся лидерами долгие годы, держат это лидерство у них очень большое наследие. То есть каждый раз, когда вы делаете вот этот фазовый переход, вы в какой-то степени компенсируете эти провалы. То есть вы поднимаетесь и должна быть компенсация в виде провала, но потом вы опять поднимаетесь на новое фазовое состояние и развиваетесь дальше. Если же как такового фазового перехода не случается, а просто идет постоянное подтягивание компании вверх, механическое и извне, то система становится все более тяжелой и если ее куда-то кренит в сторону, удержать ее становится все больше и поднять вверх все тяжелее, поэтому массивные компании без перехода на другие состояния слишком сложно куда-то еще поднять. Если же есть наследие, полученное через фазовые переходы, оно позволяет двигаться дальше, но система все равно становится очень массивной и удерживать ее становится все сложнее, действовать нужно все аккуратнее и согласованно, а падение большой системы гораздо сильнее и сложнее остановить чем малой системы.

Соответственно, если у вас система легкая и тонкая, вы можете её повернуть сверху и поменять, пойти в другую сторону, это происходит гораздо проще. Вам нужно меньше меньше всего подготовливать для этого перехода, в отличие от массивной системы.

И чтобы массивную систему перевести на новую фазу, нужно подготовить и довести до высокого уровня много точек системы.

90% компаний вырастили первые управленцы. В 8 из 10 компаний, который привлекали в такой момент лучших директоров, дальше следовал провал, так как это сильное изменение системы. А выжили те, кто решил идти постепенно, оптимизируя все процессы, то есть подтягивая все проблемные места, которые нужны для фазового перехода. В том числе, новый директор, приходящий на позицию управления целой системой, приходит со своим уровнем развития, у него нет наследия и опыта всей компании, поэтому ему слишком сложно эту систему куда-то привести.

## Фазовый переход и второе дыхание

Перед фазовым переходом происходит раскачивание, то есть движение становится нестабильным и часто мы прекращаем своей движение именно там, так как становится тяжело, не понятно что происходит, какая-то определенность проходит, мы не можем контролировать взлеты и падения, поэтому начинаем думать что все разваливается. Амплитуда отклонения увеличивается и мы начинаем видеть "провалы" больше, так как мы сосредотачиваемся на отклонениях от среднего значения. Плюс перед переходом на другую фазу, то есть на условный верх, нужно набрать энергии, а энергия у нас рождается из напряжения, то есть должен быть провал и он происходит прямо перед переходом и появляется как рычаг для прыжка на новый уровень. И в этот момент, видя проблемы и негативные отклонения, многие и уходят с пути и принимают другие решения, а чтобы пройти что-то, нужно сделать немного больше чем можешь, то есть пройти через себя, через то к чему привык. Поэтому часто говорят о том что жизнь предоставляет испытания, это всегда происходит немного с надломом, с готовностью "заплатить" за достижения.

Хороший пример для этого открывается второе дыхание. Постепенно при беге или другом спорте, нам становится все сложнее и в какой-то момент мы довольно быстро осознаем что уже совсем нет сил и нужно сходить с дистанции, становится слишком тяжело и именно в этот момент, если не бросать влияние и немного поднажать открывается второе дыхание, когда нам друг становится довольно легко продолжать и мы чувствуем себя полными сил, организм переходит на следующий уровень и открывается второе дыхание.

У каждого человека свое время, своя эпоха, где он больше нужен и чувствует себя лучше.

Люди отличаются друг от друга, они разные и у них задачи, желания. У нас есть свои ритмы, ритмы есть и у окружающей реальности, иногда они сходятся, иногда нет. Например в мире или стране может происходить рост, переходов другую фазу, стагнация или более менее равновесное состояние и разные люди по разному реагируют на это время. Кто-то комфортно себя чувствует и расцветает когда все спокойно, в мире все хорошо, они чувствуют себя в безопасности и начинают показывать себя миру, а кто-то наоборот мобилизуется и чувствует прилив энергии когда начинаются проблемы. Я например люблю спокойствие, когда есть развитие и можно много чего делать, когда мир развивается, но если появляется много проблем и у людей начинается паника, они начинают часто закрываться, у меня наоборот появляется энергия, поиск возможностей, радость на лице. В такие моменты даже хочется скрыть свое состояние, чтобы оно не смущало окружающих, но я понимаю что это мое время, время когда система раскачивается. В этот момент могут происходить действительно негативные вещи, которые мне не нравятся, без них было бы лучше и энергию дают не сами проблемы, а состояние мира в котором ты видишь все эти качения, энергию, задачи, которые нужно решать, ты становишься точкой спокойствия

и интереса, которая удерживает остальных от пессимизма. Будь то работа, где происходит кризис, страна или весь мир, всегда в этот момент должны быть люди, которые успокаивают остальных, мотивируют и направляют. Если в компании например был кризис, мне всегда становилось интереснее, так как с ним теперь нужно справиться, найти выход и в эти моменты я ходил с улыбкой на лице. Это ответная реакция не на события, а на систему. Поэтому у разных людей есть разное время, когда они наиболее необходимы, свое время. Конечно, тут должны совпадать еще графики, так как если того кому нравится напряженность системы поставить в состояние когда давление проблем будет слишком большим, его может сломать, так что тут не нужно думать что для каких-то людей нужно создавать постоянно проблемы, а кому-то постоянный комфорт, так как постоянство и механические изменения чаще вредны чем полезны.

## Капитализм и коммунизм

Капитализм и коммунизм это противоположность. Капитализм борется за то что рынок все сам зарегулирует и во главе угла стоит индивидуум, что естественно не может существовать очень эффективно, так как человек стремится не к системе, то есть в самом центре понятия капитализма лежит успех, а не развитие окружающего мира как такового, если ты смог сделать продукцию хуже, но дешевле, но у тебя ее продолжают покупать, это нормально, все это конечно не приведет само к чему-то хорошему для всей системы. Это естественным образом ставит культ успеха и увеличивает потребление. Коммунизм ставит во главу угла общество, тут нет потребности отдельного человека, меньше возможностей для риска, для нормальных поощрений и потенциальных нелогичных прорывов, так как они часто рождаются именно так, их нельзя просчитать, а система строится на расчете. Естественно это создает напряжение для тех кому нужно больше свободы, а таких из общества убрать невозможно, они всегда будут рождаться, система это уравновесит и они будут бороться против этого. Плюс если взять группу сотрудников из 10 человек, то 80% работы в ней будут делать все равно 2-3 человека, соответственно они не равны в своем труде, а значит равнозначное поощрение будет разрушать данную концепцию. Обе эти системы изначально не могут быть идеальными, они отрицают друг друга и приводят к полярности, а значит будут сменяться друг другом. Это как обычная и поведенческая экономика - они про разное, одна про логику, другая про эмоции и выбор человека, они противоречат друг другу и всегда эффективнее в каких-то своих плоскостях, но это направления, которые являются двумя сторонами одномонеты и нормальную экономику они будут объяснять только если будут совмещены. Близкое к центру состояние всегда будет эффективнее. Например, сейчас большинство самых "успешных предпринимателей" конечно живет очень шикарно и гораздо лучше остальных, но так ли они много времени находятся в своих виллах и отдыхают? Это вряд ли. Они хотят достигать, сами деньги для них это не тоже самое что для остальных, это не способ показать свою значимость и не способ заработать на то что хочется купить, это инструмент для развития их дальнейших идей. И я думаю если бы им предложили меньше давать денег в собственных кошельках, но больше на создание их проектов или не давали бы денег, а просто давали бы ресурсы для реализации того что они хотят, они были бы не против, так как они на другом уровне. Для них сами деньги не важны, у них есть определенный баланс в этом плане и поэтому они

становятся успешными в этой системе, но система до них не дорастает. Если дать на сверхприбыли компании покупать что-то, только для нужд компании и проектов, на рынке останется меньше тех кто бежит за деньгами, а больше тех кто хочет создавать и рынок поменяется.

Это частично и про идеологию, которой совсем нет ни в одной системе, она выбирается автоматом, но это элемент, который удерживает систему и без него система будет рушиться. Идеологии нет ни в компаниях, ни во многих странах, а без нее невозможен нормальный рост, так как не понятно куда идти и зачем.

Президент.

Давайте разберем жизнь президента и правительства. Они не могут работать и заниматься бизнесом, так как с его влиянием он будет подавлять остальных, это важное правило. Сейчас культ денег, то есть успешен тот кто имеет много денег. Правительство управляет самым сложным механизмом в виде страны, этой огромной компанией, внутри которой есть отделы в виде корпораций и мелких компаний, от них зависит жизнь страны в целом, но зарабатывают много денег и иногда шикарно отдыхают, могут позволить себе именно руководители бизнеса, которые для страны делают по сути меньше, если конечно правительство хорошо работает, у них в тысячу раз меньше ответственности, ограничений и сложностей, однако жить они могут лучше, а правительство нет. Представьте себе ответственность за целую страну, сколько это может стоить? Если уровня развития этого человека должен быть больше, работа сложнее, ответственность выше, то понятно что и оплачиваться это должно выше, это нормально, но этого нет, происходит перекос, и что будет тогда в системе, если мерилом успеха это деньги? Либо правительство будет работать неэффективно, так как тут нет справедливости, либо оно будет воровать. Поставьте себя на место президента, вы в постоянном стрессе, так как нужно страной управлять и это наиболее важная задача, а вам платят меньше чем бизнесменам, как бы вы себя чувствовали. И где-то они начинают воровать, где-то угнетать народ, это нормальная реакция на подобную систему. Народу же не нравится что они воруют, но не потому что они не заслуживают на этом месте тех денег, а потому что воровать нельзя, но при этой системе и не воровать тоже нельзя. Если у тебя самая важная и сложная в плане понимания всего происходящего работа с максимальной ответственностью, ты и получать за это должен больше остальных. Но конечно если привязать его только к заработкам бизнесменов, это будет не логично, а вот к экономике страны и равновесию денег у населения, образованию, уровню жизни, можно. Тогда это будут поощрения равновесные и будет ответственность. Так как если кто-то управлял страной и развил ее, он должен быть поощрен, а если провалил, то тут и наказание должно быть соответствующее, в зависимости от его действий. Чтобы это ввести, нужно сделать так чтобы в системе и руководители компаний не смогли тогда заработать какие-то баснословные и не оправданные деньги, тогда будет что-то получаться.

Если правительство в первую очередь заинтересовано в развитии страны, то оно должно делать все для этого и не думать о своем посте, а думать о будущем. То есть должны быть какие-то обучающие центры, институт наставничества, а в современном мире получается человек понятия не имел что такое страна и как ей управлять и

пришел вообще без подготовки что-то делать, будут ли там правильные решения? А разбираясь он будет по ходу, на опыте. Если правительство как малая часть людей управляет всей системой, то по правилу равновесия, система тоже должна это контролировать. И правительство в первую очередь должно доносить свои мысли и решения народу, институтам развития, а потом уже что-то предпринимать. Должен быть контроль снизу. Внутри система тоже должна быть уравновешена, если есть внешняя политика и внутренняя, они обязаны все согласовывать и идти по одному пути, а не заниматься противоположным, их ответственность и оплата тоже должны быть завязана на эффективности их направления, все должно быть уравновешено и это понятие сходится с понятием справедливости. Если разбирать эту систему по косточкам в плане равновесия, смены колебаний и фракталов, то не так сложно и разобрать ее всю, а также понять что будет происходить дальше.

## Разбор фрактала

На уровне фрактала мы должны обрисовать всю систему, из чего она состоит, а саму систему можно брать из другого фрактала, на примере. Например стая и семья, работа, кланы или разные виды животных и политика. Важно первым делом, прежде чем разбирать отдельные элементы системы, понять какие там элементы вообще есть (кто в стае), какие у этих элементов роли (что делают они в стае), как они действуют (как именно происходит взаимодействие), ощущают себя (как чувствуют себя роли и какие состояния есть), какие есть взаимодействия внутри (каким образом взаимодействуют), как отличаются элементы в системе и как они замещают друг друга (в чем их противоположности и как развиваются), в чем их взаимное дополнение. Как система взаимодействует с другими такими же системами (другие стаи этих животных), как с другими похожими системами (другие стаи других животных отдельные животные), в какой системе находится (саванна или ареал обитания), как взаимодействует с ней и какие есть системы внутри (группы внутри стаи). Какие есть графики изменения этой системы (поход, охота, сон) в общем и как меняется взаимодействие в каких-то интервалах и на разных временных точках. Дальше можно разбирать каждый элемент системы и его особенности примерно по такой же матрице (вожак, молодые и т.д.).

## 49. Примеры

## Противоположность противоположностей

общий центр вокруг которого идет развитие. То есть меняются параметры, но не сущность, ведь убеждения, цели, планы должны быть одни. Как и во всем есть противоположности, так и внутри процесса есть фрактальность противоположностей, то есть в части того что всегда есть противоположности и они развиваются друг друга, должны быть и в системе и они есть в формате - притягиваются противоположности, но они должны быть одинаковыми. То есть тут есть разбивка и на противоположность и на совпадение. Например магниты притягиваются друг к другу, если они с разными полюсами, но они притягиваются если они оба магниты. То есть должна быть какая-то база общая между элементами, чтобы они вообще могли притягиваться друг к другу, но должны быть и разными, чтобы это притяжение возникало. То есть есть какая-то база, которая одинаковая и она объединяет на похожести и есть другая часть, как параметры, которая объединяет на разностях. Если анализировать отношения людей, то тут есть базовые вещи, которые должны быть одинаковыми и являться базой, это то что оба элемента являются людьми и у них есть одинаковые моральные ценности, какие-то определенные идеи или подходы к чему-то, то есть какие-то базовые вещи, очень серьезные должны быть одинаковые и они объединяют людей, но если и все настройки будут одинаковыми, то они будут отталкивать. Соответственно есть другой уровень, настроек вокруг этой базы, например модель поведения, знания, подходы, типы мышления и они объединяют два элемента для движения к или вокруг какой-то одинаковой базы, цели, при этом являются противоположными в настройках, чтобы развивать и усиливать друг друга. То же самое есть и в других вещах - например соединения химических элементов, которые должны быть из определенного вида, специфики, которые должны совпадать, но быть противоположными по напряженности, чтобы они могли развиваться и притягиваться. Соответственно есть база вокруг которой идет процесс и параметры/настройки, которые создают притяжение. По другому - есть основа, которая создает направление и противоположности, которые создают само движение. Это касается и процесса движения, того что цель и главная ось, база определяет направление вокруг которой, а значит и куда крутится процесс, а заряды и настройки определяют как оно движется и создает движение само. В магните движение создается полюсами, а вот ось вокруг которой это создаваемые магнитные поля. И эти фрактальная функция, которая может быть трансформирована. Например если касаться отношения, должны быть и ось и противоположности, но это надо найти что их развить. Ведь без противоположностей не будет сильной системы и движения, а без общей базы не будет возникать ни цели, ни направления, ни резонанса, который будет двигать систему.

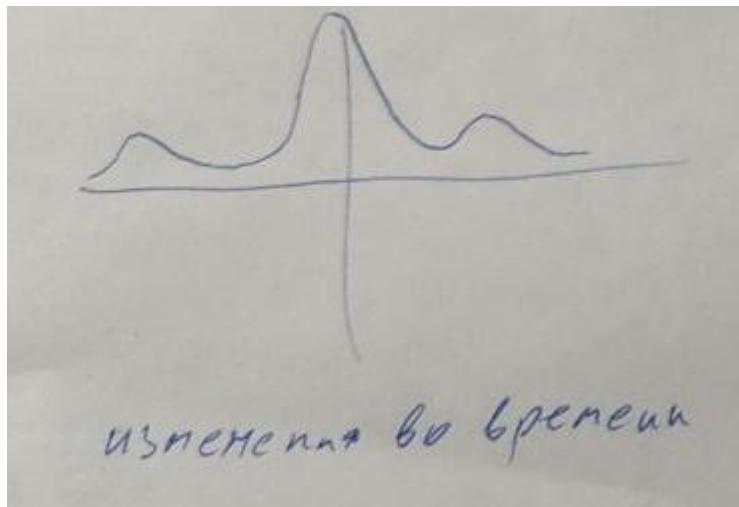
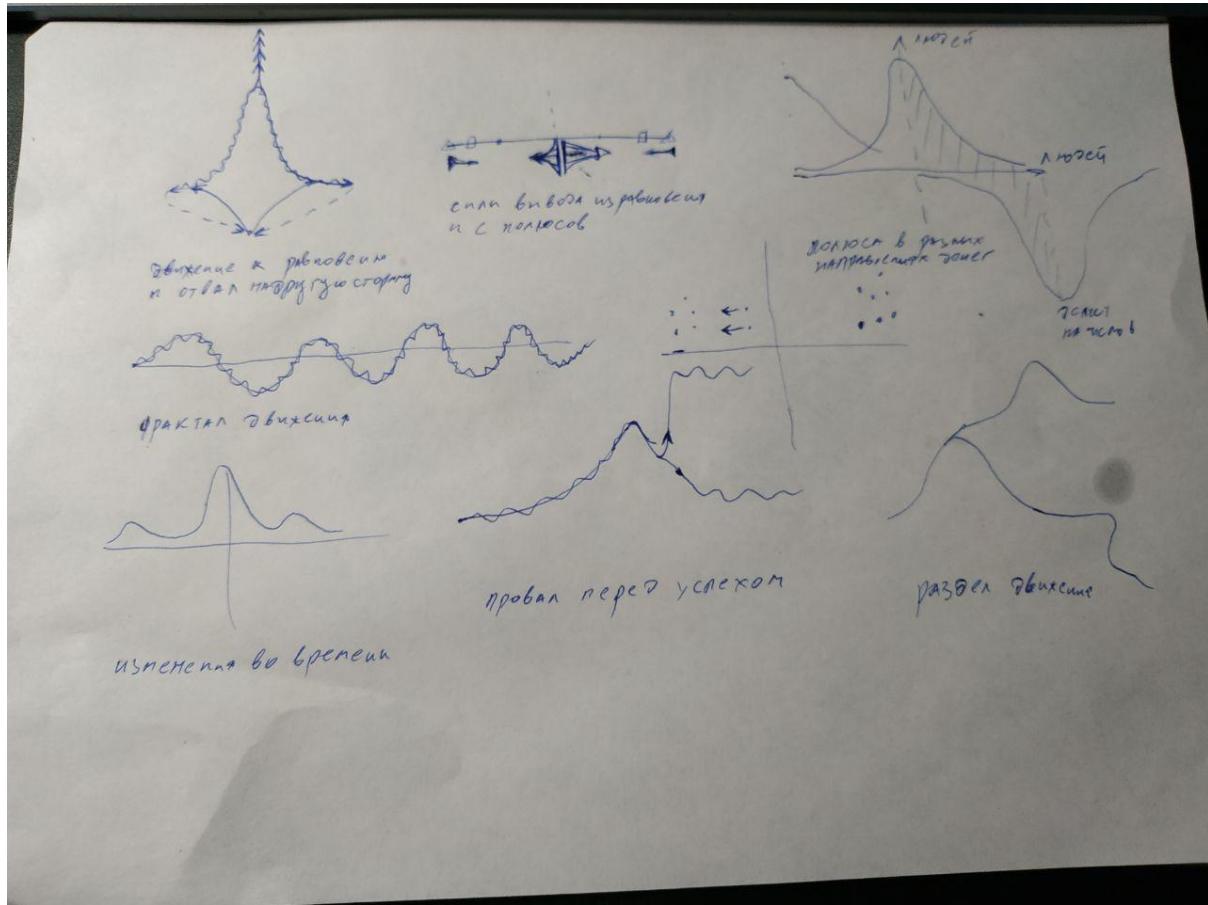
Система должна быть противоположной и при этом она должна сходиться, то есть и должно быть противоположно и при этом не должно быть противоположностей, то есть должно быть А и не должно быть А. Это принцип противоречия по ТРИЗ. С одной стороны это противоречие, которое не позволит двигаться дальше, с другой стороны это и есть идеальный путь. Например можно рассмотреть принцип того как летают самолеты. Чтобы они двигались, их должно что-то толкать, какая-то двигатели и т.д. И можно ли двигаться в самолете, не двигая его, не толкая? Тут можно рассмотреть что такое вообще движение, это разность потенциалов в давлении и тогда, если сделать давление впереди самолета меньше чем сзади самолета, то он будет двигаться

вперед. То есть, если например плотность воздуха будет уменьшаться перед носом самолета, то давление будет двигать этот самолет вперед и все что для этого нужно, создать систему, которая уменьшает плотность пространства и так будет создано движение основанное на другом принципе. Понятно что не известно как это сделать, но если этим займутся ученые, скорее всего они в скором времени придумают способ для такого вида движения и тогда уже не нужно делать двигатели, то есть решается вопрос того как двигать что-то, не двигая это куда-то. Соответственно на противоположностях рождается решение.

Если кинуть в озеро сильно кирпич, будут сильные волны, но чтобы волны были большие, распространились по большой территории, нужно чтобы они были постоянными. То есть, чтобы качение в малом масштабе было большое, нужно просто сильно ударить один раз, будет всплеск вокруг удара и он будет сильнее чем вдали, а если же использовать противоположность - то есть много качений и маленьких, в одинаковом резонансном контуре, можно раскачать вдали и сильнее, а вот вблизи будут качения меньше чем в первом элементе. Это принцип противоположностей в схеме и также, это принцип того как работает система, того как подходит к глобальным процессам, для изменения большого масштаба и как не делать резких ненужных движений, если вам не нужно большой волны, которая исчезнет также быстро, как и появится.

Ускоренное обучение через опыт - дорога в прошлое и изменение личной истории  
Проживание через осознанный сон  
Получение чужого опыта

Что такое поток? Физическая труба, из которой можно выпадать когда боксируешь, танцуешь, играешь на пианино, едешь на машине и т.д и это ощущается как давление, когда ты синхронизируешься с пространством



# Вот как все устроено

## Вступление

Вы когда-нибудь задумывались о том, как устроен наш мир и каковы его основные правила?



Возможно, мы никогда не узнаем ответа, но, открывая различные закономерности, мы можем постепенно раскрывать тайны мира. Я лично долго изучал эту тему и каждый раз находил ее и знакомой, и новой одновременно. Я стремился найти общий знаменатель и понять всеобъемлющий принцип, но он всегда ускользал от меня.

Я думал, рисовал схемы, применял различные шаблоны и продолжал копать глубже. В какой-то момент разрозненный образ этих похожих форм внезапно кристаллизовался для меня в связный паттерн и концепцию. Я выделил три принципа, которые начал использовать для понимания всего, что меня окружает, будь то бизнес, отношения, эмоции, экономика, эволюция, космические явления или просто принятие решений. Все стало для меня понятнее и проще.

Я наблюдал за развитием ребенка, наблюдал за ростом растения, анализировал поведение животных, оценивал экономику и бизнес и даже смотрел на функционирование нашей вселенной. И все укладывается в эти три принципа. В этой статье я хочу поделиться с вами своими открытиями и показать, как эти принципы можно применить в нашей жизни. Это не правило или научный подход, это модели мышления, через которые можно начать иначе видеть мир и осознавать его.

### **«Переосмысление восприятия: как наши системы отсчета формируют наше понимание»**

Вы когда-нибудь разговаривали с кем-то на общую тему, ноказалось, что вы живете в совершенно разных мирах? Это несоответствие во взглядах часто происходит из-за разных систем отсчета, через которые мы смотрим на мир.

Один человек смотрит на цветок и видит в нем красоту, другой видит метафору развития жизни, а третий оценивает его как целый мир в котором живут разные элементы.

В этой статье я предлагаю вам поразмышлять над собственным опытом и попытаться понять, как наши системы отсчета формируют наше восприятие и, в конечном счете, наше понимание мира.

Как вы реагируете на внезапный всплеск выручки? Я вижу риски и возможные падения, которые могут быть опасны для предполагаемой компании. И этот риск я буквально ощущаю своим телом. Такой вывод и видение обусловлено как раз данной темой.

Я искал способ, чтобы передать другому человеку не только слова, но мысли и мысли, которые я имею в виду, когда говорю, а не то что человек потом представит себе. Я так и не нашел этого золотого ключа, но нашел что-то еще более интересное - общее рассмотрение, которое лучше подходит для понимания процессов.

### **Два человека знающие одно и тоже, не равны в своих знаниях.**

Один человек изучил уравнение в школе и мог решать сложные задачи, а второй только стандартные задачи. Почему так происходит? Потому что у одного эти правила вошли внутрь, он живет ими, понимает и чувствует принцип этих правил, а второй просто знает их, он их заучил, но не погрузился в них и не погрузил их в себя.

Существуют различные стадии осознания чего-либо. Подумайте о чем-то, что вы хорошо знаете, и попытайтесь проследить, как вы узнали об этом. Сначала вы ничего не знали о процессе или явлении. Потом вы узнали об этом, но не до конца поняли, что это такое.

Через какое-то время вы сформировали собственное мнение и начали обсуждать его с другими, но у них может быть другая точка зрения, которую вы часто считаете неправильной, и удивляйтесь, почему они вас не понимают. Часто на этом все заканчивается, но есть и дальнейшие этапы. В какой-то момент, узнавая больше о процессе, начинаешь жить им, чувствовать его, видеть мир через него, замечать ранее недоступные нюансы и видеть новое в знакомом старом. Если вы хотите понять, о чем я говорю, просто посмотрите фильм, который произвел на вас впечатление более 10 лет назад, и посмотрите, насколько иначе он раскроется перед вами сейчас.

Помните фильм матрица. когда Нео начинает видеть мир в цифрах, он переходит на другой уровень осмысления мира вокруг. Для него это было как погружение в другую реальность, будто он упал в какую-то более плотную среду и там другие принципы, другая жизнь. Ровно также происходит и у нас, когда мы изучаем что-то, погружаемся в это, копим необходимое количество навыков и информации и вдруг, в один миг, будто начинаем чувствовать этот процесс, видеть его вокруг, даже в тех местах, где он не участвует. Люди часто начинают что-то объяснять и говорят, это как ... и добавляют туда что-то, чем они занимаются, так как это их занятие с какого-то периода стало чем то большим, тем что проникает во всю реальность вокруг. Когда мы проходим через этот рубеж, для нас решение задач становится уже чем-то не таким сложным, будто ответы сами приходят в голову, это и есть профессионализм. Вопрос в том, как достичь этого результата.

Поняв то что я начал открывать, я осознал что открыл для себя отличный способ изучения любого материала. Всё, что нужно сделать, – это изучить материал, прогнать его через несколько принципов, понять это всё и создать картину всего процесса. Тогда материал становится ближе и знакомым, и дальше изучать его уже становится вопросом техники. Хотел бы я знать это ещё в школе, тогда мои приоритеты и предметы могли бы быть другими.

**«Недоразумения часто возникают из-за непонимания.**

**Возьмем пример родителя, который понимает важность образования — что это интересно и весело, а не просто галочка в списке дел. С другой стороны, ребенок может услышать эти слова от родителя, но по-настоящему не осознать их значения до гораздо более позднего возраста.**

Что же это за принципы и тайные знания? На самом деле, в них нет ничего таинственного или экстраординарного. При изучении они оказываются простыми, известными и понятными для всех. Это потому, что они всегда были с нами, окружали нас с самого рождения, поэтому могут показаться обыденными и банальными. Но если копнуть глубже, можно получить новые идеи». Все три принципа это Фрактальность, равновесие и колебания.



## **Красота фракталов**

Фракталы завораживают своей способностью отображать одинаковые узоры независимо от масштаба. Одним из замечательных аспектов фракталов является концепция самоподобия, когда большую структуру можно понять, исследуя меньшую часть, и наоборот.

Как говорили древние мудрецы: «Пойми строение семени, и ты поймешь Вселенную», поскольку процессы и законы внутри семени отражают те, что существуют в остальном мире.

Ученые когда-то боролись с задачей измерения периметра полуострова из-за его неправильной формы. Но вскоре они обнаружили, что, измерив меньший участок земли и оценив его долю в целом, можно вычислить общий периметр, умножив его на коэффициент. Это все благодаря фрактальной модели.

Фракталы повсюду в нашем мире, от природы до нас самих. Изучая фрактальное устройство окружающего нас мира, мы, по сути, изучаем и свое собственное устройство, так как мы построены по этому принципу.

Ученые когда-то провели увлекательный эксперимент, расставив точки на поверхности, также как стоят города в Токио, и запустили туда амебу, где внутри точек была питательная среда для амеб. К их удивлению, путь, по которому шла амeba, очень напоминал дорожную карту Токио. Это вызвало вопросы об интеллекте амебы и процессе принятия решений, которому она следовала. Такую же карту рисовали ученые, только они знают как все это рассчитывать, а амеба просто сделала тоже самое, найдя точки оптимума.

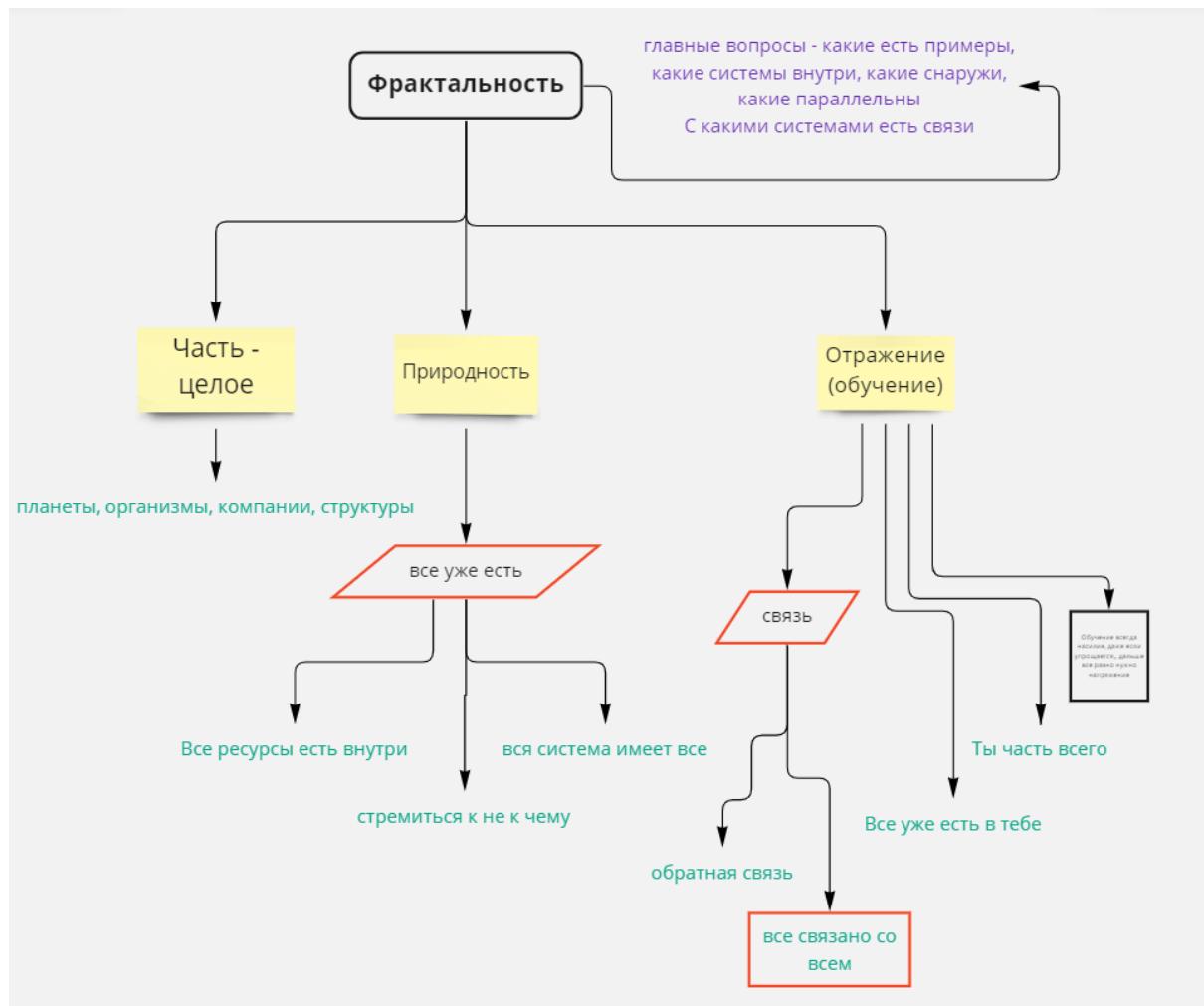
Затем ученые использовали дорожную карту для создания карты космоса, которая помогла им понять некоторые принципы, управляемые этими системами. Хотя амеба, возможно, и не осознавала своих действий, она все же действовала в соответствии с тем же принципом, который управляет всем во вселенной.

Природа полна сюрпризов, и оказывается, даже деревья способны общаться друг с другом. Например, когда жираф начинает есть акацию, акация выделяет вещества, которые могут обнаружить другие акации, сигнализируя им о необходимости производить вещества, вредные для жирафов. Это приводит к тому, что жираф отходит не менее чем на 100 метров в поисках другого источника пищи. Есть косвенные свидетельства того, что деревья могут даже общаться через корни и звук.

В заключение, хотя мы считаем себя уникальными, природа действует на основе одних и тех же принципов, и все существа, независимо от того, сознательны они или нет, по-прежнему связаны этими принципами.

## ***Взаимодействие бактерий и мозга***

Это загадка, как бактерии могут контролировать действия животных, но они это делают. Они побуждают мышей убегать от кошки, а муравьям отращивать рога. Мы можем не знать, как они это делают, но они обладают определенным знанием, которое позволяет им достигать этих результатов. Это не просто вопрос случая, а часть более широкой картины. Если поставит задачу ученым сделать так чтобы мышь бежала в пасть кошке, вряд-ли они справятся с этим, а вот бактерии справятся.



## Разнообразие людей

Каждый человек уникален, со своими личностными чертами, будь то лидер или художник-одиночка. Фрактальность предполагает, что этот принцип разнообразия применим и к другим аспектам нашей жизни, включая нашу работу, хобби и отношения. Наше «я» состоит из множества элементов, таких как сознание и подсознание, а наше подсознание состоит из множества внутренних личностей, каждая из которых несет свою ответственность.

Та же концепция может быть применена к странам и культурам, где средний характер и поведение людей можно сгруппировать в отдельный менталитет. Эта разница в менталитете в разных странах — еще один пример действия принципа фрактала. Если такое сравнение вы считаете неуместным, то и себя не стоит считать целостной единицей, так как мы состоим из множества разных частиц, которые имеют какую-то свою самость и принципы существования, отличающиеся от обобщенного «я».

Концепция фрактальности применима не только к нашему индивидуальному «я» и отношениям с другими, но и к микроорганизмам, населяющим наши тела. Положительные и отрицательные бактерии и вирусы играют роль в регулировании нашего выбора и поведения. Это взаимодействие между микроорганизмами и нашими собственными решениями создает неразрывно связанную саморегулирующуюся систему. Одни и те же фрактальные принципы можно наблюдать на разных уровнях общества и управления, включая семьи, компании и страны. Мы используем эти принципы, чтобы управлять своей жизнью и контролировать ее, но все они взяты из мира природы и его законов. Понимание

этой фрактальной взаимосвязи является ключом к пониманию наших собственных мыслей, решений и общего благополучия.

### **Фрактальный принцип взаимосвязей и повторяющихся паттернов**

Понятие фракталов можно рассматривать в различных формах, таких как принцип баланса в различных системах. Существует также вложенность фракталов, где отдельные закономерности можно увидеть на всех уровнях, от стран и предприятий до людей и их внутренних организмов. На каждом уровне система повторяется, разделяясь на более мелкие кластеры, которые взаимодействуют друг с другом, создавая шаблон, который продолжается на всех уровнях. Кроме того, существует параллельная фрактальность, когда сходные закономерности можно увидеть в разветвлении городов, работе нейронных систем и даже Вселенной. Концепция фракталов раскрывает взаимосвязанность всего и повторяемость закономерностей от самого маленького до самого большого масштаба.

Например, если в семье будут проблемы и ссоры, может ли она развиваться и становиться сильнее, крепче, успешнее? Вряд-ли. Тоже самое будет работать и на других системах - если в компании отделы враждуют, это будет отражаться плохо на компании, а если в вас самих враждуют личности, то вы не станете эффективным, спокойным и счастливым. Поэтому, если управление компанией сложно оценивать, можно посмотреть на другие, более понятные для вас события и через них понять другую структуру и плотность всех зависимостей.

Принцип фрактальности применим как к качеству, так и к количеству в различных системах. Например, в организации существует четкая иерархия с высшим руководителем, подчиненными руководителями и подчиненными им отделами. Тот же принцип применим к семьям, мозгу и даже к микроорганизмам в наших тела. Система имеет тенденцию к саморегулированию, при этом количество лидеров пропорционально количеству людей в системе. Эта пропорция может меняться со временем из-за внешних факторов, но система всегда будет стремиться достичь состояния равновесия, следуя второму закону равновесия.

### **Равновесие сил и фрактальность**

Вселенная, возникшая из одной точки была равновесии, и сохраняет это равновесие по закону сохранения сил и дальше, когда разлетается. Разделившись на части, она не стала больше, не появилось новых сил, они могли лишь трансформироваться, во что-то еще, но общая сумма этих элементов все равно уравновесится. Сила действия равна силе противодействия, и ничто не исчезает, а переходит в новую фазу. Это отражается во фрактальности, поскольку первоначальная энергия остается и повторяется в большем пространстве, сохраняя свои принципы при изменении формы. Концепция баланса и фрактальности проявляется в общем влиянии Вселенной и помогает нам понять, почему все вокруг нас работает гармонично.

Наша наука физика постоянно развивается и усложняется, мы создаем новые формулы и законы, изучаем новые явления и пытаемся оцифровать окружающий мир, создавая все новые и новые теории и формулы, чем лучше мы начинаем изучать процессы, тем точнее получаем формулы, по которым можно предвидеть некоторый процесс. И на данный момент есть одна формула, которую по точности пока не может превзойти ни одна теория, это самая сложная и громоздкая формула, где складываются все величины. Складывая все силы, массы и сводя все силы к единой формуле, можно найти то, что мы не можем вычислить, так как складываясь они в итоге сокращаются и сводятся к нулю. Этот метод не очень популярен, так как по нему слишком сложно считать и слишком сложно учесть все, что есть в системе, но метод самый точный.

Есть еще принцип космологического равенства, который говорит о том что средняя плотность материи во Вселенной одинакова в любой точке и в любое время.

Эти два фактора подтверждают наш принцип равновесия, описывающий тот факт, что все силы уравновешены в моменте и могут просто двигаться по осям друг от друга, сводя друг друга при взаимодействии к нулю, а значит, в системе всегда будет существовать равновесие, при котором чем больше факторов, тем больше будет противодействующая сила, несколько иная формация.

Этот фрактальный принцип касается не только физической силы, но и всего — экономики, количества людей и животных, эмоций внутри одного человека и вообще всех людей.

Это можно увидеть на примере финансовой системы: если кто-то зарабатывает больше, то кто-то другой должен зарабатывать меньше, так как ресурсы были перераспределены.

Когда одна страна живет лучше, она делает это в том числе за счет другой страны. Внутри страны, когда люди живут лучше, они делают это за счет других людей. Если богатых становится больше, то бедные тоже увеличиваются, в результате средний уровень доходов падает, но суммарный баланс денег внутри страны остается примерно неизменным. Тем не менее, разница между группами увеличивается, и чем больше разрыв, тем хуже функционирует система.



Концепция равновесия и двойственности

В нашем мире все существует в равновесии, и каждый элемент имеет свою противоположность. Сюда входят такие понятия, как логика и эмоции, аналоговое и цифровое, инь и ян, мужчина и женщина, подсознание и сознание. Ни один элемент не может существовать сам по себе и без своего аналога, они должны существовать в равновесии.

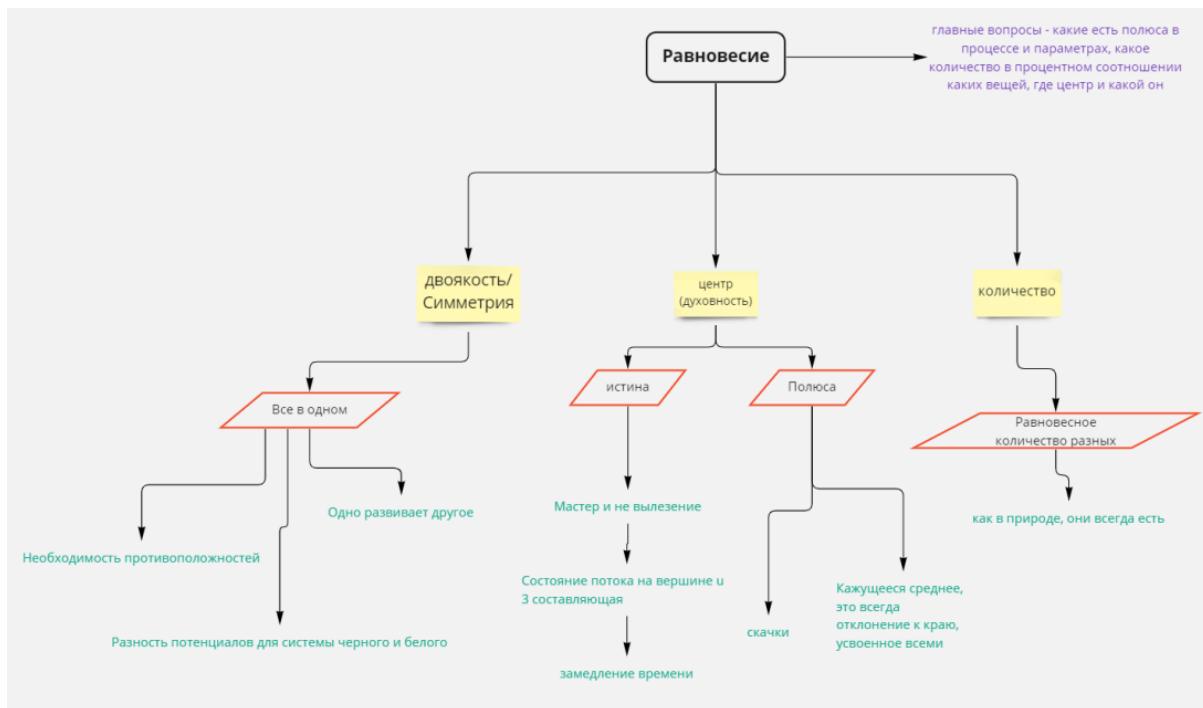
Этот баланс лежит в основе идеи о том, что система сопротивляется изменениям и инновациям. Например, при внедрении чего-то нового в рабочей группе всегда будет сопротивление, поскольку необходимо соблюдать баланс между инновациями и существующими элементами. Если баланс будет удачным, это приведет к росту и развитию компании, а если нет, то может привести к ее краху.

Этот принцип двойственности лежит в основе понимания концепции равновесия в нашем мире.

Другой же уровень работы по внедрению инноваций включают в себя предварительную подготовку системы таким образом, чтобы у нее возникла внутренняя потребность в новом элементе. Например, если вы попытаетесь внедрить миссию в компании без какой-либо предварительной подготовки, она может встретить сопротивление и противодействие со стороны коллектива. Однако если вы создадите потребность в миссии, добавив все необходимые элементы, система сама начнет двигаться к этой идеологии. Это можно сделать, выделив миссию в информационном поле, создав определенные условия и направления, сделав необходимость миссии и идеологии очевидной для сотрудников. Тогда, когда вы введете миссию, это будет уже не чуждый элемент, а необходимый, принятый системой без сопротивления.

Чтобы использовать этот принцип на практике, важно понимать, что каждый элемент должен быть уравновешен своей противоположностью. Вы можете либо создать новый элемент и ожидать появления его противоположности, либо культивировать элементы, вызывающие потребность в противоположном. Однако для продуктивного результата важно создать элементы, близкие к балансу, так как это приведет к сбалансированному противостоянию, что приведет к эффективности определенного уровня.

Связь между теорией и практикой также имеет решающее значение. Практика и теория должны работать рука об руку, при этом практика дает немедленные результаты, а теория позволяет прогнозировать и создавать системы. Если практика проста, теория должна мотивировать, и наоборот. Это тоже пример уравновешивания системы различными принципами и силами, которые работают на одно и тоже. на развитие, которое находится в центре этих элементов.



### Все в одном: важность противоположностей

Противоположности имеют решающее значение для создания баланса и роста. Подобно свету и тьме или волне и материи, противоположности лежат в основе формирования нашей вселенной. Концепция противоположностей также может быть применена к деловому миру.

Стартапы и корпорации — две стороны одной медали. У них разные инвестиционные стратегии, стили управления и внутренняя динамика, но они оба полагаются друг на друга, чтобы процветать. Стартапу нужны финансирование и опыт, которые может предоставить корпорация, в то время как корпорации нужны инновации и гибкость стартапа. Может показаться, что они действуют в разных сферах и даже враждуют, но они связаны и зависят друг от друга.

Взаимодействия стартапов и корпораций и переход стартапа в корпорацию — наглядные примеры такого противостояния. Хотя они могут не признавать своей взаимозависимости, стартапы и корпорации нуждаются друг в друге для достижения успеха. Только благодаря этому противодействию бизнес может расти и развиваться.

### Уравновешивание противоположностей: ключ к полноценной жизни

Чтобы вести счастливую и полноценную жизнь, важно найти баланс между противоборствующими силами. Психическому и физическому здоровью следует уделять одинаковое внимание, поскольку пренебрежение любым из них может привести к нисходящей спирали. Если полагаться исключительно на лекарства и игнорировать психическое здоровье, это может ослабить иммунную систему, точно так же, как чрезмерное сосредоточение на уме и пренебрежение телом может привести к боли и отсутствию ясности. Это всем давно знакомые истины, но смысл этой темы не в том знаете вы что-то или нет, а чувствуете ли вы какую-то мысль, живете ли вы ей, видите ли ее во всем что вас окружает и если встроить эти модели получится в сознание. возможно на эти предложения вы посмотрите совсем иначе и они станут действительно значимыми.

То же самое касается животных и логических сторон нашей жизни. Принятие одного и пренебрежение другим может привести к разрушительным последствиям. Здоровый баланс между ними необходим для получения истинного удовольствия и внутреннего покоя. Идеальный баланс может отличаться от человека к человеку и от ситуации к

ситуации, но поддержание баланса этих противоположных сил имеет решающее значение для того, чтобы жить по-настоящему счастливой жизнью.

### **Важность потенциальных различий**

Потенциальные различия или разница между двумя крайностями имеют решающее значение для нашей энергии и благополучия. Разница между нашим предыдущим эмоциональным состоянием и текущим, это и есть эмоции, которые делают жизнь захватывающей. Между двумя разными точками находится потенциал системы. Представьте себе, что вы живете в мире, где все всегда одно и то же — вам станет скучно и может возникнуть депрессия. Подростки часто обладают избытком энергии из-за колебаний их эмоционального состояния.

Мы восхищаемся героями, но герои и антигерои необходимы друг для друга. Герой может вдохновлять и быть героем, только если есть противодействующая сила, которую нужно победить. Именно их разница создает энергию, которая нам интересна и мотивирует их обоих. Борьба между ними создает волнение и вовлеченность, но важно помнить, что они находятся на противоположных полюсах, и их конфликт не должен иметь разрушительного воздействия.

Разница потенциалов между двумя крайностями дает нам энергию, волнение и позволяет нам что-то менять. И эта разность потенциалов может быть как между разными элементами, так и в одном, меняющемся во времени, как наше настроение. Без этих различий жизнь стала бы однообразной и скучной. А без разностей, нам было бы неоткуда брать энергию для движения.

### **Взаимодействие противоположностей**

Обучение — это всегда сложный опыт, и речь идет не только о приобретении знаний, но и о росте и развитии. То же самое относится и ко многим другим аспектам жизни. Например, рассмотрим бокс. Хотя сила важна, ее избыток может снизить вашу скорость и выносливость. Идеальный боец обладает сбалансированным сочетанием силы, скорости и выносливости. Эмоции работают аналогичным образом, страх и гнев могут негативно повлиять на производительность, в то время как спокойствие ума имеет решающее значение для успеха.

### **Хрупкий баланс жизни**

В жизни рождение и смерть — две стороны одной медали. Высокий уровень рождаемости должен быть уравновешен соответствующим уровнем смертности, чтобы избежать перенаселения. Отсутствие смерти приводит к дисбалансу в экосистеме, и хотя стремление излечить смерть понятно, оно представляет значительные риски для человечества. В идеальном мире небольшая часть людей получит бессмертие, но это приведет к отсутствию развития и истощению ресурсов планеты. С другой стороны, дарование бессмертия всем также имело бы негативные последствия, такие как новые болезни, усиление безумия и вероятность войн.

Таким образом, баланс должен быть сохранен. Пока мы пытаемся вылечить болезни и защитить себя, чем больше мы стремимся к безопасности, тем большему риску мы подвергаем себя. В конечном итоге полная стерильность может привести к гибели рода человеческого.

### **Сила противоположностей в командах и обществах**

Сбалансированная команда имеет решающее значение для успеха компании. Подбор людей с дополняющими друг друга сильными и слабыми сторонами гарантирует, что все в команде смогут эффективно работать вместе, учиться друг у друга и, в конечном итоге, улучшать общую производительность команды. Для оптимального функционирования у команды должен быть общий центр, будь то финансовые цели, общие задачи или общая идеология. Чем сильнее общий центр, тем больше у команды потенциал для роста и развития.

Точно так же ту же концепцию можно применить к более крупным системам, таким как общество или страна. Общество, имеющее сильную и единую идеологию, простирающуюся сверху донизу, с большей вероятностью будет двигаться вперед и достигать своих целей. Когда элементы в системе имеют разные весовые коэффициенты и уровни, идеал может быть достигнут путем добавления противоположных элементов, чтобы сбалансировать и укрепить систему в целом.

В заключение, развитие противоположностей является решающим аспектом в формировании успешных команд, обществ и стран. Уравновешивание сильных и слабых сторон и объединение вокруг общего центра создает более сильную систему, ведущую к более высокой производительности и общему успеху. Это принцип работает и в других системах.

### **Разность потенциалов в системах чёрного и белого**

Потенциальные различия и их направление могут привести к созданию чего-то сильного и величественного, но это может не привести к идеально сбалансированной системе.

Например, люди, которые пережили травматический опыт, такой как издевательства или страх, могут стать комиками, используя юмор в качестве защитного механизма для преодоления своей внутренней борьбы. С другой стороны, люди, пережившие трагедию или эмоциональный срыв, могут направить свою энергию в такие области, как актерское мастерство или наука. То есть обычное состояние и эмоциональное потрясение создает очень большую разность потенциалов, а значит и энергию. Однако важно отметить, что стремление к состоянию счастья и покоя может не привести к тем же результатам.

Также стоит отметить, что когда кто-то демонстрирует крайнюю уверенность или яркость, это может быть признаком более глубокой неуверенности и борьбы, то есть одно компенсирует другое располагаясь на разных сторонах одного и того же графика.

### **Состояние истины и баланс**

Хорошо функционирующая команда или рабочее место требуют баланса. Слишком много стресса может негативно сказаться на способности думать и сосредоточиться, а отсутствие стресса может привести к лени и снижению продуктивности. Ключ в том, чтобы найти баланс между стрессом и расслаблением, который обеспечивает оптимальную производительность и мотивацию. Научные исследования показали, что необходим определенный уровень стресса, чтобы создавать энергию и предотвращать скуку, избегая при этом чрезмерного стресса, который снижает продуктивность. По сути, поиск центра или равновесия имеет решающее значение для успешной рабочей среды. Что касается разных аспектов жизни.

Равновесие создается на парадоксах противоположностей. Парадокс в том что продуктивность улучшается стрессом. То есть для эффективности, в одно время должна существовать и одна часть и её противоположность.

### **Баланс простоты и сложности в обучении**

Ключ к эффективному обучению лежит в нахождении правильного баланса между простотой и сложностью. Если обучение слишком простое, человек ничему не учится, но если оно слишком сложное с малой мотивацией, оно не дает желаемых результатов.

Чтобы создать оптимальный опыт обучения, важно упростить процесс обучения с помощью моделей обучения, а также усложнить его, чтобы бросить вызов учащемуся и стимулировать его собственные усилия. Обучение всегда является формой личной борьбы, но именно эта трудность позволяет людям расти и узнавать новое.

Точно так же рост мышц вызывается выходом за пределы своих текущих возможностей. Для стимулирования роста необходимо прилагать немного большую нагрузку, чем та, с которой, по ощущениям, они могут справиться. Однако, если усилие сохраняется слишком долго после достижения этого порога, мышцы могут начать рваться. Тот же принцип

применим к обучению, где необходим определенный уровень напряжения для закрепления обучения, но чрезмерное усилие может привести к забыванию информации.

### **В центре всего: баланс основных элементов**

Центр, вокруг которого все вращается, — это соединительная плоскость, где сходятся многочисленные элементы. Этот центр обычно состоит из моральных ценностей и служит основой стабильности, если мы говорим об отношениях и людях.

Противоположные элементы имеют решающее значение для повышения эффективности. Наше стремление к росту и расширению определяет частоту сближения и противостояния. Когда наши частоты совпадают, мы ощущаем связь и рост. Однако если между противоположными элементами нет резонанса, они могут погасить друг друга. Резонанс обеспечивает центр, то что объединяет эти элементы и то что важнее этих элементов вокруг которых они вращаются. Если центр синхронизирован, то они развиваются друг друга, как например противостояние своим страхам и проблемам может послужить путем к развитию.

Точно так же, как мышцы растут с увеличением сопротивления, наши отношения развиваются со здоровым балансом оппозиции и согласия. Пара, которая движется в гармонии, со временем станет единым организмом, компенсирующим вариации друг друга. Это взаимодействие между оппозицией и конвергенцией — вот что поддерживает процветание отношений.

Истина служит центром тяжести, притягивающим все параметры. Когда два элемента одинаковы, они отталкиваются друг от друга. Однако когда они имеют противоположные направления, они могут притягиваться и тесно переплетаться, при этом если магниты разных полюсов притянутся, они просто склонятся и перестанут двигаться, а без движения система не живёт. Когда элементы слишком похожи, они могут оттолкнуться и будут друг сталкивать при приближении. Но если полюса разные, а находятся они вокруг центра, то притягиваясь вокруг него, они могут вращаться, генерируя энергию своим движением.

Чтобы по-настоящему расти и понимать разные точки зрения, важно приблизиться к центру, а не просто прыгать с одной стороны на другую. Это означает сохранять свои убеждения, но при этом быть открытым для оценки и понимания различных точек зрения. Хотя важно занимать позицию по проблеме, близость к центру дает большую гибкость и рост убеждений, но не меняет основ.



### Путь к гармонии: поиск центра истины

Достижение состояния мастерства, будь то отношения, работа, медитация или жизнь в целом, — это поиск внутреннего баланса. Это состояние гармонии — не слабость, а результат хорошо поддерживаемой и сбалансированной системы. Когда мы находимся в этом состоянии, мы наиболее продуктивны и эффективны, и нам больше не нужно привлекать к себе внимание.

То есть с одной стороны систему можно уравновесить добавив противоположность, а с другой стороны, можно двигаться по графику какой-то параметра не к своему краю, а ближе к центру и там находить максимальную эффективность. Чем дальше вы от центра, тем более радикальное у вас видение и жёсткое, чем ближе, тем оно более глубокое. Не нужно путать это с принятием всего и слишком большой мягкостью, так как это лишь другой край графика.

Центр истины — это конечная цель, где все параметры сходятся в идеальном соответствии. Чем ближе мы подходим к этому центру, тем больше растет наша эффективность, что приводит к экспоненциальному росту и достижению, казалось бы, невероятного уровня достижений.

Когда дело доходит до отношений, этим центром является любовь. В работе это состояние потока, когда можно работать без усилий и без напряжения. То есть состояние потока это центр истина, а равновесие можно достигнуть и без этого состояния, просто привлекая других сотрудников, навыков которых вам не хватает. Если же вся команда войдет в состояние потока, то это будет центр истина другого по масштабу уровня, другой части фрактала. В медитации это состояние нирваны, когда человек чувствует связь со вселенной и имеет ощущение безграничной силы и любви. Но даже в этом, казалось бы, идеальном состоянии могут быть моменты разочарования, так как они всего лишь часть системы и необходимые элементы развития. В конечном счете, достижение центра приводит нас в место абсолютного спокойствия, где все эмоции уравновешены, а структура мира вызывает благоговейный трепет.

Пребывание на пике баланса и гармонии — желательное состояние, но оно не должно быть постоянным. Это как подняться на вершину горы, откуда открывается захватывающий дух вид, но ты не можешь оставаться там вечно. Центр истины и баланса — это место, где сходятся все параметры, что приводит к максимальной производительности и эффективности.

Однако постоянное пребывание в центре может привести к ощущению оторванности от жизни, так как нет целей и стремлений. Поэтому важно периодически посещать центр, а не постоянно там находиться. Наилучшая точка должна быть где-то рядом с центром, где есть баланс между стабильностью и ростом.

В жизни баланс постоянно меняется. Иногда нас доводят до крайностей, а иногда мы оказываемся ближе к центру. Суть в том, чтобы стремиться к центру, проводить там больше времени, но также принимать вызовы, возникающие в крайностях. Это помогает поддерживать динамическое равновесие, позволяя нам продолжать расти и развиваться.

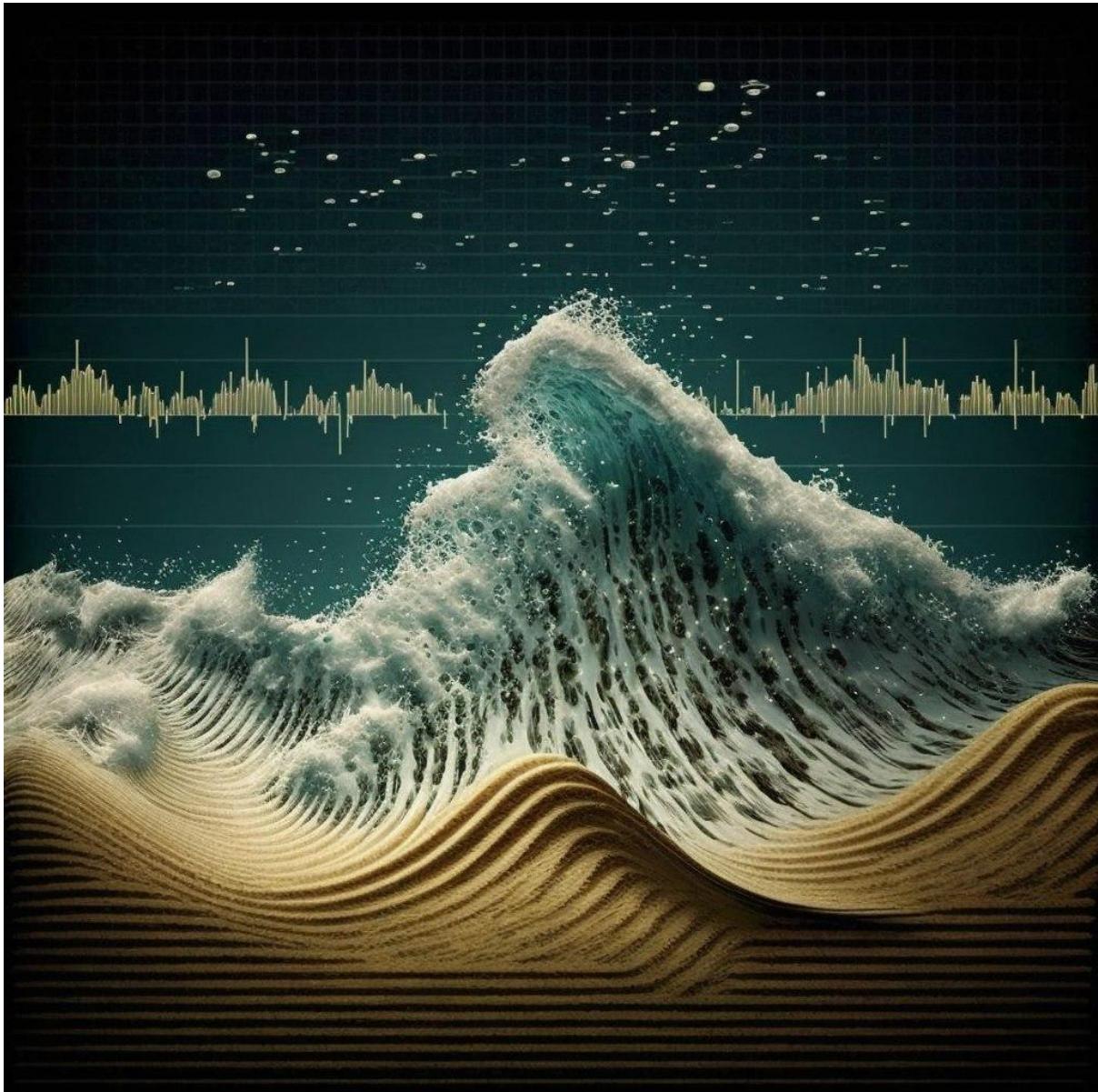
### **Поиск баланса и понимания**

Стремление к балансу — обычная тема в нашей жизни, но понятие баланса к которому мы привыкли — это всегда отклонение в сторону крайности. Например, мы часто думаем о демократии как о форме баланса, но это тоже крайность.

Все в жизни существует на двух полюсах, постоянно находится в состоянии развития и роста. Будь то отношения между магией и наукой, биологией и психологией, эти дисциплины всегда борются за господство. Сосредоточение внимания исключительно на одной области неизбежно приведет к потере знаний и понимания в другой. Чтобы по-настоящему понять сложности нашего мира, важно учитывать все элементы одновременно и работать вместе для достижения истины.

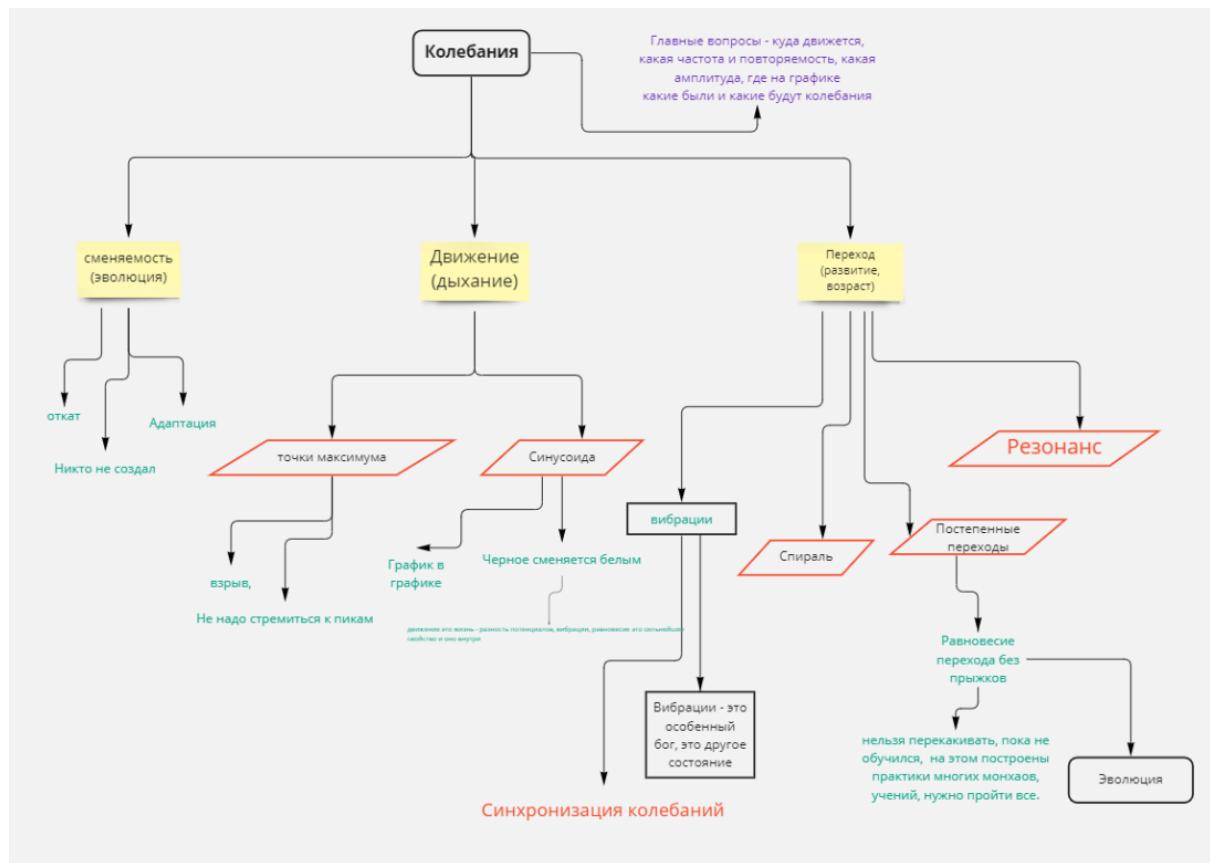
Магия, в некотором смысле, пытается объяснить то, что наука не может понять, в то время как наука может отрицать существование всего, что она не может объяснить. Однако со временем и прогрессом то, что сегодня может показаться волшебством, завтра может быть понято наукой. Важно сохранять непредвзятость и принимать тайну и неизвестность, вместо того, чтобы полагаться исключительно на то, что может быть научно доказано.

Уравновешивание — неизбежная часть жизни. Как бы мы ни стремились к стабильности и порядку, всегда найдутся силы, толкающие нас на крайности. Когда один полюс становится слишком доминирующим, это приводит к конфликту и оппозиции, что в конечном итоге препятствует росту и развитию. Однако принцип баланса диктует, что системы всегда склонны находить золотую середину. Подобно пруду, который успокаивается после того, как в него брошен камень, системы также должны уравновешивать хаос и равновесие. Это создает колебательный паттерн, когда система переходит из одного состояния в другое, никогда не оставаясь в статике слишком долго. Колебания — это третий принцип.



### Колебания и изменения

В этом мире все находится в движении, и это движение не прямолинейный путь, а скорее колебательный, закручающийся по спиральной траектории. Рост и старение людей, развитие компаний, взлеты и падения экономики, движение планет, магнитные поля, свет, звук, смена дня и ночи, движение атомов внутри материи и даже эмоции, все это формы движения.



С другой стороны, когда что-то движется вниз, в конечном итоге произойдет откат вверх. Уровень отката будет зависеть от готовности системы и того, что ей предшествует. Представьте что вы сыграли слишком шикарную свадьбу, что будет дальше? Потом эйфория пройдет, наступят будни и после такого всплеска эмоций, обычный будни будут ощущаться слишком пресными, что будет ухудшать отношения и относительно среднего уровня, то есть произойдет откат. Если человек не готов к большим деньгам и выигрывает миллионы долларов, что будет дальше? Он их все потеряет и скорее всего останется в долгах, без гроша в кармане и с подпорченным здоровьем и это в лучшем случае, как говорит статистика. Это все логичные результаты слишком больших движений вверх, в то время когда система к этому не готова.

Чрезмерная радость, слишком сильная влюбленность, неожиданные большие выигрыши и необузданые амбиции — вот лишь несколько примеров того, когда происходит откат. Все в жизни подвержено колебаниям и корректировкам, и важно быть к ним готовым. Будь то компания или частное лицо, готовность к этим взлетам и падениям поможет пережить шторм и стать сильнее на другой стороне.

Направление и результат колебаний могут сильно повлиять на последствия. Колебания могут быть как восходящими, так и нисходящими, и их поведение определяется текущим этапом и тем, как они развиваются с течением времени. Эта концепция также может быть применена к инновациям в бизнесе. Хотя может показаться, что новая разработка приведет к значительным изменениям, важно иметь в виду, что внутри компании или со стороны внешних факторов, скорее всего, будет отпор, который вернет систему к стабильности, при условии что компания во всех остальных частях не подготовилась к переходу на новый уровень. Эта концепция является обычным явлением в бизнесе и подчеркивает важность учета равновесия.

### **Колебания системы**

При анализе всей системы становится очевидным, что вне зависимости от наших действий колебания неизбежны. При этом резкие изменения не приносят роста, система их уравновешивает и происходят откаты обратно, движение должно быть более плавным. Однако важно понимать, что наши действия могут повлиять на колебания. Постепенно приспосабливаясь к каждому колебанию и внося небольшие корректировки, мы можем создавать более крупные волны и эффективно влиять на систему. Это все равно, что с силой бросить камень в воду. Вначале волны сильные, но со временем они успокаиваются. Но если постепенно раскачивать воду, адаптируясь к каждому движению, мы можем увеличивать волну с каждым нашим качением.

### **Сила равновесия**

Независимо от внешних факторов система имеет тенденцию к самоуравновешиванию. Это касается всего, от производительности сотрудников до стабильности политических систем. Если на сотрудников будут воздействовать слишком сильно, их производительность пострадает, но если они будут слишком расслаблены, они также не будут работать хорошо. Точно так же, если человечество станет бессмертным, все равно будут факторы, которые привнесут баланс в систему, такие как болезни или войны. А если человечество вымрет, то система все равно вернется на этап развития на нас движение не остановится, так как есть потенциал и он будет двигать систему дальше. Это бесконечный цикл колебаний, очень похожий на отношения между волками и зайцами, когда одна популяция регулирует другую - становится меньше зайцев, волки умирают, волки умирают, становится больше зайцев, а увеличение зайцев увеличивает популяцию волков и их волны популяции происходят постоянно. Также как, если система не сформирована, то есть нормального колебательного контура нет и тренд на рост отсутствует, если из компании вынуть важного человека, то она развалится, но если есть какой-то уровень развития и из

сформированной системы вынуть человека, то система все равно уравновесится. Концепция равновесия представляет собой мощную силу, которую нельзя игнорировать.

### **Колебания и движение**

От ритма нашего дыхания до движения планет все подвержено колебаниям и изменениям. То же самое верно и для бизнеса, где доход может резко вырасти в один месяц, а в следующем упасть. В естественном мире нет плоских линий, есть только разные частоты движения.

Эти колебания могут быть как интенсивными, так и плавными, как в торговле акциями, где одни трейдеры предпочитают рискованные движения, а другие предпочитают более консервативный подход. Тенденция и крупномасштабные колебания — вот что в конечном итоге имеет значение. Те, кто гонится за высокой доходностью в 40% в год вместо того, чтобы довольствоваться 6%, могут добиться лучших краткосрочных результатов, но в долгосрочной перспективе они могут оказаться не такими успешными, как их консервативные коллеги. Если смотреть на статистику, то почти все компании которые держаться долгое время выходят на средние показатели по рынку, просто в краткосрочной перспективе их разница может быть очень высокой и ощутимой.

Точно так же жизнь может быть наполнена внезапными вспышками успеха и разрушительными неудачами, а может быть долгим и постоянным путешествием, которое в конечном итоге приводит к одному и тому же результату. В конце концов, кажется, что большие числа всегда уравнивают все, точно так же, как подбрасывание монеты всегда дает 50% орла и 50% решки.

Все движения, включая дыхание и движение планет, следуют фрактальной модели. Это означает, что они являются движениями внутри движений и могут со временем меняться с точки зрения частоты, тенденции, амплитуды и баланса.

Эффект Крюгера-Даннинга демонстрирует, как наше знание и понимание темы развиваются колебательным образом. При первом изучении темы мы потребляем много информации и чувствуем, что наш рост экспоненциальный, но затем мы достигаем точки, когда мы думаем, что знаем все, только чтобы понять, что на самом деле это не так. Это приводит к резкому снижению уверенности в себе, за которым следует более плавный рост по мере того, как мы становимся профессионалами. Однако даже профессионалы понимают, что предстоит еще многому научиться.

Эта модель отражается во многих аспектах нашей жизни, от роста инноваций и компаний до нашего личного взросления. На самом деле эксперты и профессионалы, о которых мы часто слышим, только в начале своего пути, так как настоящие профи редко хвастаются своими достижениями.

Если оценить графики развития различных систем, то они будут очень похожи друг на друга. То есть сам принцип у разных процессов один. Эта концепция фракталов также применима к личному росту и развитию компаний.

### **Пределы наших вершин**

Важно понимать, что у наших способностей есть потолок, предел, за которым система может стать нестабильной и в конце концов рухнуть. Это касается не только талантов, но и всех. Быстрое восхождение может быть опасным, и лучше действовать с осторожностью. Последовательный и устойчивый прогресс является ключевым, поскольку он позволяет лучше контролировать и повышать эффективность. Чем более резкие скачки у системы, тем более она становится расшатанной и неконтролируемой. При этом, если у вас был только один скачек, то система его уравновесит, но если вы будете ее раскачивать постоянно, то она начнет двигаться в таком темпе и будет то подкидывать вас на вершину, то разбивать о землю и вряд ли вы продержитесь так долгое время. Поглощать информацию в больших количествах сразу — не всегда лучший подход, лучше учиться регулярно по прошествии времени. Хотя могут быть временные вершины, но они часто

сопряжены с риском неудачи. Кроме того, существуют пределы, за которыми следует откат — это не просто провал, а полная перестройка системы, которая может привести к взрыву, стирающему весь предыдущий прогресс.

### **Взрыв**

Пример разрушительных последствий наличия слишком большого перегиба чего-либо можно увидеть в случае человека, который внезапно получает крупную сумму денег, но не готов к ней. Этот сценарий подчеркивает, что речь идет не только о сумме денег, но и об уровне зрелости человека и способности обращаться с ними. Если человек не готов, чрезмерное богатство может привести к разрушительным последствиям, таким как зависимость, преступность или даже смерть.

Точно так же слишком большая нагрузка на любую систему, включая эмоции, может привести к ее поломке. Например, существует психологический метод, при котором человек может забыть о любви, работая со своими эмоциями с помощью техники, называемой субмодальностями в НЛП. Увеличивая с помощью субмодальностей чувство любви, эмоции могут стать настолько сильными, что в конечном итоге они прорываются и оставляют человека безразличным и отстраненным. Хотя чувства можно восстановить, но это будет уже не восстановление, а создание их заново и ощущения уже будут совсем другие.

Повторение стихов является иллюстрацией того же принципа. Если вы повторяете стих много раз, вы можете достичь точки почти идеального запоминания, но в конце концов вы можете все забыть. Тот же эффект наблюдается и в других областях.

С точки зрения правильного запоминания важно понимать, что память работает волнообразно. Если сначала вы будете запоминать информацию до определенного уровня, а затем вспоминать ее через короткий промежуток времени, например, через полчаса, час, три часа, день, два дня, три дня, неделю, две недели и месяц, то информация просто впечатывается в наш мозг и сохраняется в вашей памяти на более длительный период. Как выяснили ученые, способность детей запоминать большой объем информации, в том числе является таковой, из-за того что они после запоминания отключаются. Отдыхают, а потом автоматом опять начинают учить, во взрослом же состоянии этого автоматического отключение не происходит, что делает систему неэффективной, так как свой график развития просто так вытащить не получится, его нужно корректировать в плане тренда.

Когда мы развиваемся, мы движемся по определенной амплитуде и на определенной высоте графика, которые соответствуют текущему уровню фазового состояния, о котором мы будем говорить чуть позже. И если мы выходим через этот коридор колебаний, то система расшатывается, а если слишком сильно выходим, то может и разрушаться. Резкий же и экологичный переход - скачок происходит когда система полностью подготовлена.

### **Стремление к вершинам не идеально**

Как и послеродовая депрессия, внезапное изменение состояния может произойти, когда человек испытывает слишком много положительных эмоций, с которыми он не в состоянии справиться. Эти эмоции действуют как пики, а не как постепенное нарастание, и когда тренд достигает этого уровня, эмоции внезапно выплескиваются в противоположную сторону.

Организации, содействующие охране окружающей среды, являются примером этой концепции. Запрещение практики, приводящей к загрязнению, похвально, но внезапное закрытие заводов или источников энергии может нанести серьезный удар по производству и бизнесу. Система может пошатнуться, но со временем она восстановится, однако меры, принимаемые для восстановления статус-кво, могут привести к дальнейшим экологическим потерям и в итоге сравнивая ситуацию когда ничего не делали и когда произвели этот резкий переход, ситуация в целом будет примерно одинаковая, то есть

система скомпенсируется, но если скачек будет слишком сильным, то в итоге загрязнений станет еще больше.

Финансовые пузыри следуют аналогичной схеме: они постепенно раздуваются с течением времени, что делает цикл их взрыва намного более продолжительным. Такие силы и их перераспределение изучаются теорией игр и теорией вероятностей.

### **Синусоидальные циклы**

Постоянные неудачи и препятствия в нашем развитии часто могут быть связаны с нашим личным графиком, а не с внешними факторами или несправедливым миром. Чтобы преодолеть эти препятствия, важно понять другие элементы, которые способствуют развитию системы, и определить области для улучшения. То есть, если вы все время над чем-то работаете, вроде как приходите к развитию, но потом вдруг все падает обратно, стоит обратить внимание на всю систему, она должна развиваться тоже равновесно, только тогда она будет переходить на другие уровни, иначе как будто случайно будут появляться проблемы вокруг.

### **Вложенные циклы**

Каждый аспект нашей жизни работает в циклах, которые вложены друг в друга. Например, наш жизненный цикл состоит из стадий, состоящих из месячных циклов, дневных циклов и даже циклов роста и старения клеток. Все эти циклы работают в рамках большего колебательного контура графика. А так происходит везде. во всех системах, так что полезно бывает посмотреть на разные временные промежутки, частоту и оценить что еще рядом с этой системой как и куда движется фрактально.

### **Эффект флюктуации**

Колебания могут быть индикатором нестабильности в системе, а значит ее контролируемости.. Рассмотрите консервативные инвестиции, которые приносят разную доходность, например 4%, 8%, 2% и 10%. Несмотря на эти колебания, средняя доходность остается на уровне 6%. Аналогичный сценарий возникает при колебаниях между увеличением на 25% и снижением на 19%, что по-прежнему дает в среднем 6%. И так работает эта система в среднем, она уравнивает разные элементы и появляется вопрос в том зачем рисковать. Также азарт значительного увеличения заработка часто может привести к перерасходу средств, увеличивая вероятность окончания с убытком вместо средних 6%. Это подчеркивает важность учета долгосрочного эффекта колебаний в системе и избегания импульсивных решений, основанных на краткосрочных выгодах.



### Переход к следующей фазе

Колебания системы двигают ее по большой волне, и, достигнув вершины, если она набралась достаточного опыта и учла все детали своего движения, она переходит на новый уровень устойчивости. Это сродни эволюции, когда система продолжает развиваться в другом мире по сравнению с теми, кто не достиг этого уровня. Однако если на пике не будет приобретен необходимый опыт, система начнет давать сбои и пойдет вниз. Это похоже на стандартный график развития бизнеса.

Линия тренда определяется как на малом, так и на большом уровнях. На малых уровнях мы следим за большой волной, а на самом большом уровне определяем, развивается ли система, наблюдая за ее восходящим или нисходящим движением и возможными точками фазового перехода.

Фазовые переходы подобны превращению воды в снег. Это преобразование происходит за короткий промежуток времени, когда внешняя среда готова и сама система подготовлена. Это как переход на новый уровень в компании или процесс понимания сложной системы. Через сбор информации, изучение формул и проведение тестов система вдруг проясняется и становится частью жизни человека, как будто меняется вся матрица вокруг

него. Это именно тот процесс, который вы чувствуете, когда начинаете вдруг осознавать какую-то мысль и начинаете жить ей.

При переходе системы на новый уровень основные правила остаются неизменными, но изменяются параметры, принципы, цели, восприятие, причем так, будто это становится совсем иная система. То, что когда-то было небольшой компанией, теперь может стать большой, расплюзющейся организацией. Эта эволюция создает совершенно другой организм, но принадлежащий к тому же роду, что и его предки. Чтобы гарантировать успех, очень важно начать адаптацию и сборку новой системы, по крайней мере, за 15% до достижения пика на графике развития. Если этого не сделать, то после пика компания, скорее всего, система потерпит крах, но если эту подготовку провести, произойдет фазовый переход вверх и начнется новый цикл роста. А колебания будут происходить в другом тоннеле.

Процесс перехода из одной фазы в другую можно сравнить с разными этапами жизни и изменениями в отношениях. Точно так же, как человек растет из детства во взрослую жизнь или отношения меняются с рождением ребенка, переход предполагает изменение системы. То есть отношения остаются, основные правила тоже, но они становятся чем-то совсем иным.

Крайне важно накапливать опыт и знания постепенно, а не сосредотачиваться исключительно на одном аспекте, чтобы быть готовым к переходу. Этот процесс также требует энергии, и прямо перед переходом может возникнуть усиление вибрации или нестабильности, которые необходимо преодолеть. Так как это скачок, а для него нужна энергия, а значит разность потенциалов, то перед изменением появляются колебания, именно поэтому прямо перед каким-то достижением у нас часто как будто начинает все разрушаться и мы преодолеваем последние препятствия, либо бросаем все, как раз на последнем шаге.

**Фазовый переход** — это не просто внезапный прыжок или удача, а трансформационный процесс, выводящий на новый уровень. Подобно тому, как компания развивается, переходя из одного состояния в другое, сам переход представляет собой путешествие, а не разовое событие.

Переход на новый уровень может быть трудным и пугающим процессом, особенно когда кажется, что что-то идет не так, а цель находится в пределах досягаемости. Однако важно преодолеть эту фазу, как и в спорте, где упорные тренировки ведут к росту и прогрессу. И там вы тоже встречаетесь с состоянием когда уже не может дальше ничего делать, нет больше сил, но преодолев это стояние, вы переходите на новый уровень, это такой микро фазовый переход но все же, это момент, когда вы даете команду наращивать свою силу и выносливость.

Закон Мура, утверждающий, что компьютерные чипы с каждым годом становятся в два раза меньше и вдвое дешевле, следует экспоненциальной кривой. Хотя может показаться, что этот рост будет безграничным, теория фазового перехода предполагает, что придет время, когда этот рост замедлится, достигнет пика, а затем перейдет на новый уровень. То же самое верно и для развития искусственного интеллекта, который в настоящее время следует той же траектории, что и закон Мура. И если оценить кривую, то станет понятно где примерно будет замедление, а где фазовый переход, либо провал вниз. Если же произойдет фазовый переход то чипы будут становиться не меньше, а их процесс изготовления вовсе поменяется.

Проходя через разные этапы жизни, мы испытываем колебания в поведении и эмоциях. Это можно увидеть в детстве, когда мы проходим фазы спокойного развития, за которыми следуют всплески возбуждения и энергии, ведущие к переходу на новый уровень. Этот паттерн сохраняется по мере того, как мы становимся старше, становясь менее частым, но

все еще присутствующим, например, во время кризиса среднего возраста, который является этим колебанием перед переходом на уровень мудрости.

Если колебания сходятся, это приводит к синхронизации и резонансу. Это видно по тому, как работает музыка и психология масс, где все находятся под влиянием одного и того же и больше не могут сопротивляться. Эта конвергенция может вызвать проблемы, такие как обрушение моста из-за синхронизированных колебаний, что известно как резонанс.

### **Сила вибраций**

Вибрации играют значительную роль в нашей жизни и мире, в котором мы живем. Они являются сущностью различных состояний и могут привести нас в состояние транса и, в конечном счете, в нирвану. Человеческое тело само производит вибрации, такие как сердцебиение, а окружающий мир состоит из волн и вибраций, которые взаимодействуют друг с другом. Звук, тепло, свет и даже такие эмоции, как любовь, — все это формы вибраций. Понимание силы вибраций может помочь нам лучше понять мир и наше место в нем.

### **Сpirаль**

Все движется по циклическому образцу и похоже на движение по спирали, причем каждый цикл похож, но отличается, поскольку происходит на другом уровне. Направление тренда, вверх или вниз, можно рассматривать как синусоиду, если смотреть с другой точки зрения. Процесс роста и развития часто следует за постепенным переходом, при этом необходимому обучению предшествует переход на следующий уровень. Это очевидно в учениях многих духовных практик, где нужно пройти весь путь, прежде чем достичь новой стадии. То есть нельзя перескакивать на другой уровень. крайне важно пройти каждую ступень, иначе недостаток опыта на одной из них скнет вас обратно, либо будет так раскачивать систему, что это не принесет никакого успеха и внутреннего равновесия. Такой постепенный процесс перехода виден и в подходе людей к трудным задачам. Часто люди склонны откладывать на потом, потому что они не готовы, поскольку тело инстинктивно знает, что оно должно сначала научиться и получить необходимый опыт, прежде чем принять вызов. Этот тип перехода происходит без резких скачков, обеспечивая устойчивое равновесие.

Например, если человек не поработал сам, он не может взять и начать управлять, он не будет находиться на своем уровне и будет его просто раскачивать привнося разрушение, так как у него не будет той базы. И не пройдя предыдущие этапы, он не сможет научиться всему чему надо сразу на более высоком уровне. так как чтобы грамотно управлять верхним уровнем, нужно понимать все те уровни на которых он стоит и из которых он состоит, это нужно прожить.

Личное развитие — это путешествие, которое требует надлежащего продвижения по разным уровням. Пропуск шагов или неполный опыт и обучение на одном уровне могут помешать прогрессу и привести к слабой основе. Вот почему важно работать над собой, понимать каждый уровень и полностью усваивать его уроки. Даже во время развития плода он внутри утробы проходит различные этапы эволюции, которые имеют решающее значение для правильного роста, то есть он проживает в ускоренном темпе базу для того чтобы потом двигаться дальше. Двигаетесь ли вы быстро или медленно, важно пройти каждый уровень, чтобы заложить прочную основу для будущего роста.

### **Эволюция жизни**

Как живые существа, мы постоянно развиваемся и развиваемся, но вопрос в том, куда мы движемся и каким будет наш путь. Мы находимся на пороге перемен — будь то появление новых видов, генные достижения или интеграция ИИ и исследование других планет. Исход этой эволюции неизвестен и может привести к войне, уничтожению микробами или порабощению ИИ. Мы должны определить направление этого прогресса и убедиться, что мы на пути к лучшему будущему.

Появление вируса, например, не сможет уничтожить систему и является естественным явлением, которое со временем стабилизируется. то есть внезапный удар не может все развалить, но если мы перешли через тот пик и не собрали необходимые элементы развития, то дальнее движение только вниз, а что обеспечит это движение уже не важно, так как если это будет вирус и мы даже его поборем, появится что-то еще, так как тренд развернулся и разность потенциалов высокая. Если мы пойдем по ложному пути, последствия могут быть ужасными, но если мы останемся стойкими, то сможем выдержать даже самые разрушительные удары, и жизнь вернется в нормальное русло. Это страшная мысль, но ключ в том, чтобы быть готовым к любому исходу.

### **Направление эволюции**

Мы часто думаем, что имеем полный контроль над своим будущим, но на самом деле мы следуем установленной программе. Наши физические и умственные качества предопределены, и, несмотря на внешние события, такие как войны, все в конце концов приходит к равновесию. Однако наши действия и выбор могут нарушить этот баланс и негативно повлиять на нашу эволюцию.

Неясно, каким будет окончательный результат нашей эволюции. Это может быть улучшение человеческого вида с помощью генной инженерии или искусственного интеллекта, а может привести к созданию совершенно нового вида или даже планетарного организма. Направление, в котором мы развиваемся, можно увидеть по достижениям и тенденциям в обществе.

От атомов до простейших, животных и, наконец, людей эволюция всегда была частью естественного порядка. Мы просто последняя итерация этого непрерывного процесса развития и самопознания одной из ветвей эволюции, у которой есть своя миссия. Важно понимать, что сопротивление изменениям бесполезно и что эволюция будет продолжаться, независимо от того, участвуем мы в ней или нет. Это не про то кто сильнее, а про то что система идет своей дорогой и не свернет. Система была разработана для развития и достижения определенного результата, и если мы не изменимся вместе с ней, нас могут заменить, чтобы достичь намеченного результата.

### **Эволюционное путешествие человеческого вида**

Мы — неотъемлемая часть большей системы, в которой энергии трансформируются и принимают различные формы, будь то материальные или иные. Наше существование продолжается в этой системе, поскольку смерть в этом контексте невозможна.

Единственное изменение состоит в том, что мы можем перестать существовать как индивидуум или как вид. Выбор за нами, как мы хотим дальше существовать. Будь то человечество или новый вид, подобный ИИ, или даже превращение в простые элементы, составляющие часть чего-то большего. В конечном счете, точка от начала времен, с которой началась эволюция, — это то, кто мы есть и где мы будем жить дальше.

Чтобы лучше понять эту концепцию, давайте проанализируем все задействованные аспекты. Хотя это может показаться сложным, важно, чтобы каждый понял эту идею и применил ее на практике.

### **Заключение**

В заключение, чтобы по-настоящему усвоить принципы, которые мы оценивали, вы должны копнуть глубже и заниматься повторным изучением. Это постепенный процесс, и для полного усвоения принципов требуется время. Однако стремление понять мир никогда не заканчивается, так как он постоянно меняется и развивается. Мы должны стремиться к балансу и развитию, комбинируя разные элементы и переходя на новые этапы. Конечная цель состоит в том, чтобы постоянно учиться, и это постоянное путешествие. Важно помнить, что, согласно закону неопределенности Гейзенберга, чем точнее измеряется одна характеристика, тем менее точным оказывается измерение другой характеристики. Таким

образом, мы всегда должны осознавать тот факт, что нам еще многое предстоит узнать и открыть и конца у этого пути нет.



#### **Пример: разбор отношений через три принципа**

Отношения можно рассматривать как систему, находящуюся в равновесии, где вся система должна быть в состоянии справиться со всеми проблемами и препятствиями. К отношениям можно применить принцип общего фрактального равновесия и противоположностей. то есть притягиваются они на различиях, так как должны дополнять систему уже из двух элементов и учиться друг у друга. но должен быть и общий центр. Если оба человека в паре близки к центру, то они все равно находятся с разных сторон от него, по сути свой противоположны, но настолько развиты, что становятся уже самодостаточными развитыми системами, а вместе создают очень сильную энергию и связь.

Баланс противоположностей достигается за счет сближения и взаимной поддержки. Например, если один человек не умеет готовить, а другой не умеет строить дом, когда они собираются вместе, каждый из них может предложить свои уникальные навыки и учиться друг у друга. Однако, если оба человека не имеют никаких знаний о кулинарии, они могут изо всех сил пытаться сделать обед, но у них обоих не выйдет. И это пример на основе

навыков, но помимо этого есть и эмоциональные, моральные различия, разница в темпераменте, типе мышления, которые тоже друг друга развиваются и поддерживают. Именно этот процесс сближения и взаимной поддержки в конечном итоге приводит к сбалансированным и гармоничным отношениям.

#### **Эволюционный принцип и отношения**

Принцип эволюции подчеркивает важность объединения различных элементов для создания чего-то нового, а не простого копирования. Это понятие применимо и к отношениям. Если два человека слишком похожи, они могут создать проблемы для своего потомства, так как различия необходимы для того, чтобы новый организм стал более совершенным.

Проводили эксперимент, где женщинам давали нюхать потные вещи мужчин и спрашивали кто им больше понравился, в итоге женщины выбирали тех мужчин, которые по многим параметрам генотипа отличаются от них. Это подтверждает идею о том, что противоположности притягиваются. Если два человека одинаковы, это может привести к отсутствию роста и развития в отношениях. Наличие различных мнений и точек зрения является ключом к тому, чтобы отношения оставались интересными и динамичными.

Тонкий баланс между сходством и различием играет решающую роль в отношениях. Хотя у людей должны быть общие интересы, моральные принципы и сильная система, которая служит центром их отношений. То есть чтобы эти два элемента двигались и развивались, они должны кружиться вокруг единого центра, который может быть моралью, целями, ценностями, чем то большим и внешним относительно них самих.

Эту синхронизацию между двумя людьми можно сравнить с фазовым переходом, когда их объединенные энергии умножаются, чтобы создать новую, более крупную сущность.

Например, если у одного человека энергетический уровень равен 2, а у другого — 3, их общая энергия будет равна 5. Однако, когда они синхронизируются, их энергетический уровень увеличивается, и они начинают получать дополнительную энергию из окружающей среды, повышая свой энергетический уровень, например до 13. Под энергетическим уровнем я имею ввиду потенциал, возможности.

Принцип отношений как фрактал играет существенную роль в том, как сближаются пары. На высшем уровне фрактала встречаются мужчина и женщина, во многом разные по своей сути. Если рассматривать фрактал в стороне, то там видно как формируются дружеские отношения, где различные люди сближаются в соединение друзей, объединенных важными ценностями или целями, то есть там работает такой же принцип. Отношения претерпевают колебания, переходя с одного уровня на другой, с изменением интенсивности и глубины их эмоций. Сначала это начинается с сильной, недолгой любви, затем переходит в более глубокую и сильную связь, которую действительно можно назвать любовью.

Любые отношения со временем развиваются, и колебания являются естественной частью этого процесса. Насыщенные периоды могут привести к пробоям, а восходящие тренды могут сигнализировать о росте. Отношения меняются из года в год, и даже самые крепкие переживают кризисы, так как это естественный и необходимый ход вещей.

Отношения могут развиваться через несколько фазовых переходов, таких как влюбленность, любовь, брак и рождение ребенка. Когда два человека начинают отношения, у них часто есть существенные различия, но любовь и связь могут расти, когда они разделяют схожие ценности, мораль или цели. По мере развития отношений люди начинают уравновешивать друг друга, учиться друг у друга и уменьшать разницу потенциалов между собой, что приводит к более сильной и стабильной связи, но уменьшению эмоциональных всплесков.

Так как отношения меняют обоих и подстраивают их под общую систему равновесия, то их навыки и параметры синхронизируются, поэтому они становятся единым целым и часто

становятся похожими друг на друга. И даже если вначале люди не сильно сходились, но потом синхронизировались, то их связь со временем становится очень сильной и для человека потерять второго будет действительно событием потери части себя.

В отношениях партнеры учатся друг у друга и развиваются навыки, которые вместе делают их сильнее. Вот почему их часто называют двумя половинками, дополняющими друг друга. Однако, если отношения стагнируют и перестают развиваться, это может привести к кризисам и возможному ухудшению. Чтобы предотвратить это, пары должны продолжать учиться и приспособливаться друг к другу, постоянно двигаясь и развиваясь, как танцоры вокруг центра. Если человек не может найти то, что ему нужно в отношениях, он может искать это в другом месте.

По тому как движутся колебания, вы можете оценить куда идет тренд отношений и на каком вы сейчас уровне, а если резко произошло что-то супер хорошее, можно предполагать коррекцию и наоборот.

Путешествие по фазам отношений часто сопровождается чувством нервозности, напряжения и даже разногласий. Однако этот опыт необходим, чтобы помочь нам расти и развиваться в наших отношениях. Вот почему некоторые эксперты советуют не торопиться со вступлением в брак, поскольку каждый этап необходимо полностью прожить и испытать, чтобы подготовиться к следующему шагу. Проходя через эти разные этапы, люди постепенно погружаются в новый мир, изучая и адаптируясь к изменениям, которые с ним приходят. То есть тут как и в других системах, перед фазовым переходом будет определенная нервозность или проблемы и это нормально. Это нужно преодолевать и резкие взлеты и попытка перейти быстро на другой порядок отношений, как и в других системах будет не самым лучшим решением, иначе можно попасть в шторм этих колебаний.

В заключение, отношения постоянно развиваются и меняются, как фрактал. Взлеты и падения отношений нормальны и могут рассматриваться как фазовые переходы. Эти переходы могут вызвать нервное возбуждение и напряжение, но при правильном подходе могут привести к более глубокой и сильной связи между партнерами. Важно пережить каждый этап отношений, получить опыт и научиться, чтобы быть готовыми к следующей главе вашей совместной жизни. Будь то влюбленность, женитьба, рождение детей или адаптация к новым этапам, ключом к успешным отношениям является совместный рост и равновесие.

# ВОТ КАК ВСЁ УСТРОЕНО

Люди, знающие одно и то же, не равны в своих  
знаниях



Калабухов Антон

В заключение отметим, что понятие фракталов в отношениях и динамике человеческих связей представляет собой сложную и увлекательную тему, заслуживающую дальнейшего изучения. В настоящее время пишется книга на эту тему, в которой подробно рассматриваются тонкости того, как через данные принципы оценивать разные события, как понимать мир проще и видеть из чего он состоит. Если вам интересно узнать больше об этой теме, краткий обзор книги можно найти по адресу <https://www.litres.ru/anton-sergeevich-kalabuhov/vot-kak-vse-ustroeno/>. Так что, если вам интересно, как меняются отношения и что движет ими, обязательно ознакомьтесь с этой работой и расскажите свое мнение, так как учитывая его, мы будем корректировать данную книгу так, чтобы она принесла пользу читателям.

законы вселенной