

# **ВРЕМЯ. РИТМ. ЖИЗНЬ**

Материалы конференции Института ритмологии  
Лучезарновой Евдокии (ИрЛЕм)

25-26 апреля 2019 года  
Санкт-Петербург

Выпуск 5

Санкт-Петербург  
РИТМОВЗЛЁТ  
2020

УДК 1/14  
ББК 87  
В81

### **Время. Ритм. Жизнь.**

В81 Материалы конференции Института ритмологии Лучезарновой Евдокии (ИрЛЕМ), 25-26 апреля 2019 г. – Санкт-Петербург : РИТМОВЗЛЁТ, 2020. – 208 с. – ISBN 978-5-6042978-4-1.

В сборнике представлены материалы конференции Института ритмологии Лучезарновой Евдокии (ИрЛЕМ), состоявшейся 25-26 апреля 2019 года в Санкт-Петербурге и посвящённой Году времён координатной жизни. Статьи содержат описание результатов изучения и применения Ритмометода 7Р0 (Ритм – Ритмика – Ритмология) Е.Д. Лучезарновой (Марченко).

Сборник представляет интерес для специалистов в области философии, психологии, социологии, филологии, естественных наук, для деятелей искусства и культуры, студентов, аспирантов и преподавателей высших учебных заведений, научных сотрудников НИИ, а также для широкого круга читателей.

УДК 133.2  
ББК 86.42

### **ВРЕМЯ. РИТМ. ЖИЗНЬ**

Материалы конференции  
Института ритмологии Лучезарновой Евдокии (ИрЛЕМ)  
25-26 апреля 2019 года, Санкт-Петербург

Выпуск 5

Подписано к печати 00.00.2020. Формат 60x84/16.  
Усл. печ. л. 12,09. Тираж экз. 000. Заказ №

Издательство «РИТМОВЗЛЁТ», Санкт-Петербург.

Отпечатано в соответствии с предоставленным оригинал-макетом  
в типографии издательско-полиграфической фирмы «Реноме».  
192007, Санкт-Петербург, наб. Обводного канал, д. 40.  
тел./факс: (812) 766-05-68. E-mail: renome@comlink.spb.ru

ISBN 9978-5-6042978-4-1

© РИТМОВЗЛЁТ, 2020  
© ИРЛЕМ, 2020

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **ВВЕДЕНИЕ**

Старостина Е.Е. Исследовательские задачи Института ритмологии .....5  
Стрыжков И.А. О понимании ритмологического исследования .....7

### **ПРАКТИКА РИТМОВРЕМЕНИ**

Белова Н.Н. Ритмомера как ритмологическая стратегия  
качественного исследования .....13  
Белова Н.Н. К контролю пустотности и наполненности. Наблюдение  
за принимающими ритмомеру «Устранение врагов. Лучистость» ....18  
Мак М.З. Понятие потока в концепции Ритмометода 7Р0 Евдокии  
Лучезарновой .....25  
Смирнова О.В. Имя человека как знак: ритмологическое прочтение,  
взаимодействие имён .....37  
Суворова Т.А. Опыт анализа концепции времени в работах  
Е.Д. Лучезарновой и практическая ценность данной концепции  
в условиях современного мира .....45  
Тужикова Л.В. Ритмомеры как уникальная методика  
Ритмометода 7Р0: теоретический и практический аспекты .....58

### **РИТМОЛОГИЯ И НАУКИ**

Безлюдько Л.В. Творческая самореализация личности в процессе  
обучения изобразительному искусству .....65  
Гордеев М.Ю. Особенности психологического консультирования  
немотивированных клиентов .....73  
Ицкович О.И. Психология трансформации сознания в ритме  
нового времени .....84  
Кичигин В.П. «Выход в несовершенный мир» и вход  
в ритмособытие (переизлучённое может стать знаком,  
т.е. прочитанным) .....94  
Кичигина В.В. Методика написания публичного текста  
(обобщение личного опыта) .....103  
Кравченко С.Н. Время – главный фактор в познании  
строения мироздания .....108

Малюткина Е.П. Психологическая помощь при посттравматическом стрессовом расстройстве после смерти близких .....	115
Мионов Д.А. Исследования ритмологии. Ритмосемиотика.....	127
Наумова Е.В. Особенности произведений научно-популярного стиля Е.Д. Лучезарновой .....	138
Суворова Т.А. Японская культура с точки зрения ритмологии.....	146
Цимакуридзе Н.Т. Ритмометод 7P0 как зарождающаяся дисциплина	157
Цимакуридзе Н.Т. О соотношении понятий «Ритмометод 7P0 ЕДЛМ» и «ритмология» .....	166
Цимакуридзе Н.Т. О природе Ритмометода 7P0 ЕДЛМ .....	169
Шкарин Д.Л. Ритмометод 7P0 в свете обновления семиотической парадигмы.....	177
Якунова Э.Н. Социально-психологические факторы формирования профессиональной зависти .....	186

#### **К ВОПРОСУ О... (НАБРОСКИ, ЗАМЕТКИ...)**

Исайкина И.П. Приглашение Ритмометода в мою жизнь .....	197
Пономаренко О.Ф. Из личного опыта формирования событий (практика работы в ритмометод) .....	202
Фокин П.А. От «ритмологии для каждого» к «ритмологии о каждом». Методика работы со знаками .....	203

## **ВВЕДЕНИЕ**

*Старостина Е.Е.*

### **ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ ЗАДАЧИ ИНСТИТУТА РИТМОЛОГИИ**

При составлении данного сборника мы намеренно отказались от линейного расположения статей. Именно многомерное переплетение тематических линий характеризует качественное своеобразие ритмологии как науки, в расширенном смысле этого слова. И потому во введении хотелось бы заострить внимание на принципиальных моментах: почему ритмология сегодня оказывается на особом привилегированном положении в общекультурном пространстве современной цивилизации.

В первую очередь мы коснемся диалектической пары «универсализация – специализация». Развитие научного знания нового времени постепенно ведёт к явному перевесу второй составляющей над первой, специализации над универсализацией. Мы можем наблюдать проявления этого процесса во многих общекультурных феноменах: фрагментация научного знания, распад целостной картины мира, отрицание возможности объективного познания действительности и теоретическая разногласия. Попытки справиться с этой ситуацией привели современных учёных к признанию значимости междисциплинарных исследований, построенных на альтернативных основаниях, использующих иные, менее консервативные парадигмы. И всё же признание значимости интегрированного знания зачастую остаётся в естественных и социогуманитарных науках лишь декларацией. Монодисциплинарные подходы заставляют рассматривать мир сквозь узкое окошко локальной научной парадигмы. Междисциплинарные же подходы нередко порождают эклектику и хаос. И здесь речь уже идёт не о типовой смене научных парадигм (в понимании Томаса Куна). Всё чаще в научном сообществе раздаются голоса о необходимости перехода к принципиально новой ступени познания как такового. А это означает не просто редукцию целого к части, и не перемешивание разнородных частей, но выход к новой универсальности, на что у традиционных наук пока нет внятного предложения.

И как раз в этом плане ритмология оказывается в выигрышном положении, имеет существенное преимущество, поскольку построена на признании универсального значения субстанции времени. Именно этим и объясняется

тематическая «всеядность» ритмометода, проявленная в разнообразии представленных в сборнике исследований, при том, что природа времени неизмеримо богаче и сложнее любого объекта своего управления.

Второй момент связан с родственной парой «аналитичность – синтетичность». Долгое время в научном знании преобладал явный перевес аналитичности над синтетичностью. Стремление разобраться «как оно есть» постепенно достигло своих естественных пределов, когда количество схем, объясняющих явление, стало поглощать само явление. Очевидно, что созрела необходимость перехода к синтезу. Но творческий потенциал стал реализовываться прежде всего в техническом преобразовании человека и среды его обитания. Трансгуманистическое технотворчество оказалось единственным удобоваримым ответом на всеобщий упадок экзистенциального смысла. И опять-таки в этом пункте ритмология имеет существенное преимущество над традиционными науками, поскольку ориентирована не столько на «сущее как оно есть», сколько на возможности или «сущее каким оно может быть». В этом моменте проявлен практический смысл ритмологии, её прикладное значение. И в этом же состоит её уникальная особенность, иногда не принимаемая извне, со стороны. Мы могли бы зафиксировать её следующим образом: если стандартные науки требуют повторяемости фактов, то ритмология – это наука о неповторяющихся фактах. И как раз накопление знания об уникальном, единичном, особенном входит в круг важнейших задач наших исследований.

И третью диалектическую пару, на которую бы мы хотели обратить внимание, можно условно обозначить «рефлексия – саморефлексия». Естественно, что любая научная дисциплина помимо рефлексии внешнего мира ставит себе задачу саморефлексии. Это выражается прежде всего в методологических дискуссиях и в инвентаризации ценностных установок, направляющих исследовательские программы. В этом плане ритмология снова демонстрирует свой особенный статус, поскольку тема наблюдателя и наблюдения образует системную связь всего метода в целом. Проявляется же это в открытости и готовности к контакту с любыми иными системами знаний и мировоззрений. Нам хорошо известно, что закрытая система как таковая неизбежно движется к своему вырождению. И только саморефлексия и рост потенциала наблюдателя позволяет системам эволюционировать практически безгранично. И тут огромную роль играют специфичные тонкости, составляющие суть диалектики «своего – иного». Рутинное отношение к иному предполагает либо его поглощение своим, либо растворение в нём. Другое дело, когда включается творческая рефлексивная игра взаимных

отражений и отображений. Именно поэтому мы развиваем в рамках своих исследовательских проектов направление под условным названием «ритмология глазами неритмологов и наоборот». Пробные шаги в этом направлении представлены и в данном сборнике.

Обобщая сказанное, хочется отметить, что преимущества наших исследовательских подходов и задач действительно позволяют нам работать на содержательное опережение социокультурной ситуации в целом. А то, что опережает среду, то её и формирует в соответствии с правилом «мы – будущее наших детей».

От лица редколлегии выражаем благодарность всем, кто откликнулся на предложение публикации своих исследований. Желаем получить максимальное удовольствие от чтения текстов данного сборника. Ирлем!

*Стрыжков И.А.*

## **О ПОНИМАНИИ РИТМОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ**

Рассмотрим понятие исследования и его конечный результат в категориях «плотность-пустотность», которыми оперирует ритмология. В этом ракурсе мы можем представить процесс исследования как «разуплотнение» исследуемого явления. Познанное в процессе исследования «исчезает», замещаясь описанием, понятием, формулой, знанием и т.п. В этом смысле знание, например, об элементарных частицах и законах их существования пустотно, в то время как исследуемые элементарные частицы есть один из уровней плотности материи. Знание о законах поведения, мышления человека пустотно, в то время как мышление и поведение человека также являются определённым уровнем плотности. С этой точки зрения исследователь, обладающий способностью порождать знание в процессе исследований, более «пустотен», или менее «плотен», чем то, что он исследует. Обобщая, можно утверждать, что человек относительно исследуемого им мира более пустотен, нежели то, что он исследует.

В 2011 году создатель Ритмометода 7P0 Е.Д. Лучезарнова в интервью на тему «Ритмология как наука и ритмологические исследования» специально подчеркнула это обстоятельство с целью объяснить, что ритмология так же, как и любая другая наука, проводит определённые исследования, а значит,

имеет дело с некой «плотностью», требующей познания. Ритмологическое исследование, подчеркнула она, начинается там, где заканчивается исследование научное. В научном исследовании создателем и носителем «пустоты», знания о мире является учёный – наблюдатель, исследователь. Ритмология начинается с того, что наблюдатель, исследователь занимает место «плотности», или исследуемого явления. Ритмология исследует закономерности «поведения» мозга человека в специфическом для неё ракурсе, а именно – в его взаимодействии с субстанцией времени. Время пустотно по своей природе, оно не принадлежит «предметному миру», оно организует его существование. С точки зрения времени любой человек как «часть» плотного мира есть такая же плотность, как и любая иная «часть» мира. Однако человек обладает разумом, и именно разум и его носитель – мозг – выделяют человека среди других явлений плотного мира. Как существо разумное человек может реагировать на время иначе, чем иные составляющие мира, его мозг способен не только хранить время, но и отзываться на импульсы времени, может размещаться во времени и взаимодействовать с ним. Поэтому целью ритмологических исследований является взаимодействие времени с мозгом человека.

Ритмология ставит вопросы о том, как время воздействует на мозг человека, как мозг реагирует на импульсы времени, что препятствует и что способствует появлению у человека ощущения времени, как становится возможным переход от отсутствия реакции на время к ощущению времени и далее – к работе мозга со временем и во времени. Ритмологическое исследование есть поиск ответа на эти вопросы в ходе наблюдения, анализа, коррекции процессов взаимодействия времени и человека.

Стоит отметить, что поиск ответов на эти вопросы в логике научного исследования не приводит к достижению цели исследования ритмологического, так как научное исследование предполагает, что исследователь заведомо более пустотен, нежели исследуемый им предмет. В этой логике влияние времени на мозг человека должно рассматриваться как проявление определённого уровня плотности мира, и мозг, и время в этой логике становятся «плотными», а пустотным – мозг исследователя. Если влияние времени на мозг человека рассмотреть, например, с точки зрения социологии, то в её логике связь человека и времени есть зависимость человека и его «внутреннего» времени от «общего», или внешнего времени. При этом «внешнее» время представляется как оговорённая, согласованная группой людей последовательность событий, вменённая «всем», кто так или иначе будет связан с этой последовательностью.

В качестве примера можно привести подчинённость любого человека расписанию движения поездов, автобусов или самолётов. Эти виды транспорта движутся в оговорённых временных интервалах. Им подчинены все участники этого движения, и отдельный человек, нарушающий данные временные последовательности, «выпадает» из социального времени. Как видим, социология рассматривает и человека, и время как некие «плотные» составляющие единого мира социальных отношений, что позволяет социологам выявлять существенные характеристики этой жизни, объяснять её сущность в связи с понятием «время», принятым в той или иной философской или научной концепции.

Ритмология, как было отмечено выше, рассматривает время как субстанцию, существующую вне плотности данного мира, а одним из существенных свойств времени называет пустотность. Из этого ритмологического постулата следует, что влияние времени на мозг человека необходимо исследовать в логике взаимодействия пустоты и полноты, в которой человек будет являться «плотностью», а время – пустотой. Если не принимать эти постулаты за основу ритмологических изысканий, то ритмологическое исследование будет неотличимо от исследований философских, психологических, естественнонаучных и т.д. Но чтобы сохранить специфику ритмологии, реализовать её логику исследования, необходимо согласиться с тем, что в отношении «человек-время» исследователь не может быть «пустотней» времени. Он должен представить, как минимум, себя в качестве некой «единицы плотного мира», испытывающей на себе влияние некой пустоты, или влияние субстанции времени. Исследователь, который не только умозрительно, но и на практике осуществил эту смену логик, а затем реально ощутил и зафиксировал влияние субстанции времени на его мозг, по сути, становится ритмологом. Такой исследователь способен осознанно следовать логике познания отношений человека и времени как логике отношений «полноты» (себя, своего мозга) с «пустотой» (субстанцией времени). Иными словами, ритмологическое исследование может проводить ритмолог – человек, прошедший путь открытия и «испытания на себе» реальности взаимодействия его мозга с субстанцией времени.

Отсюда следует, что каждый, кто начинает осваивать ритмологию как науку и метод взаимодействия со временем, может стать одновременно и участником, и исследователем этого взаимодействия. Действительно, первым мозгом, который при помощи ритмологического инструментария соприкасается со временем, является собственный мозг познающего время в ритмологическом понимании этого явления.

Многолетние наблюдения ритмологов за тем, как время работает с их мозгом, за тем, как мозг начинает взаимодействовать со временем и далее – работать с ним, показали, что на «старте» этого процесса «плотный» мозг человека, как правило, фиксирует только то, что возможно заметить в привычной логике «полноты». То же, что является специфической реакцией мозга на время, либо не замечается (хотя реально есть и импульс времени, и реакция на него мозга), либо отторгается. В качестве примера можно привести реакцию учёного, согласившегося принять участие в ритмологическом опыте на тему влияния субстанции времени на качество жизни человека. Он начал читать ритмологические книги, зная, что каждая из них является не только и не столько носителем тематической информации, сколько носителем времени. Он знал, что необходимо наблюдать за изменениями, которые начнутся в его жизни в процессе чтения этих книг. Однако, первое, с чего он начал – это с критики текстов: «Как можно говорить всерьёз о таких понятиях, как время, жизнь, человек, если я на десятке страниц текста нашёл десяток логических несостыковок и ошибок!» С тем, что данные тексты выстроены в иной, нежели научная, логике, мозг учёного, наполненный прежним опытом исследований, согласиться не мог. Он искал в ритмологических текстах только то, что было подчинено логике научной. Но каждая его «находка» рассыпалась, поскольку ритмологическая картина мира, раскрываемая в читаемых им книгах, существенно отличалась от той, на которую опирался всегда. В определённые моменты нащупываемая мозгом учёного логика вдруг разрывалась утверждениями либо вопросами, которые никак – в привычном опыте – не состыковывались с предыдущими утверждениями, заявленными в читаемых им текстах.

При этом время, заключённое в данных книгах, совершало свою работу и создавало события, которые описываемый учёный проживал, фиксировал и даже отмечал их необычность и позитивность. Но его мозг не был в состоянии зафиксировать связь между прочитанным и прожитым. Для внешнего же наблюдателя, имеющего достаточный ритмологический опыт, данная связь была очевидна. Однако указания на эту связь не воспринимались мозгом учёного, так как в логике полноты такой связи существовать не может. Таким образом, первая же встреча со временем «обычного» мозга позволяет задать ряд важных исследовательских вопросов: «Какие и как время создаёт условия для того, чтобы мозг человека перешёл от сопротивления ему (на начальной стадии, фиксируемой в ритмологии как «ворчащий мозг») к ощущению времени и его влияния на человека?»; «Какие внутренние изменения должен пройти мозг человека, чтобы от сопротивления новизне перейти к опозна-

ванию этой новизны влияния времени?»; «Как эти изменения возникают, с чего начинаются?»; «Каковы необходимые и достаточные предпосылки для начала реагирования мозга человека на импульсы времени?»; и т.д.

Многочисленные наблюдения происходящих со временем и во времени изменений в работе мозга, связанные с поиском ответов на эти и подобные вопросы, позволили зафиксировать, что с момента начала прочтения ритмологических книг, прежде всего – ритмов как основных носителей времени, у человека повышалась скорость и точность принимаемых решений, мозг успевал за единицу времени обрабатывать большие, нежели ранее, объёмы информации, обнаруживать неполноты или неточность информации там, где раньше ему казалось, всё было абсолютно точным, творческих, нетривиальных решений принималось больше, нежели до чтения ритмов.

Так, например, было выявлено первое условие, при котором мозг человека «соглашался» с существованием «чего-то», что не обладает фиксируемой плотностью, но реально влияет на восприятие, мышление, на активность мозга. Таковым условием выступил позитивный опыт, легко получаемый человеком на практике. Связь между чтением ритмов и активностью мозга устанавливалась непосредственно: после прекращения чтения ритмов человек замечал, что его мозг «погружается в рутину», вновь «зацикливается», исчезает новизна восприятия мира, снижается творческая активность. Возобновление чтения ритмов вновь возвращает мозг к состоянию «взлёта». Было отмечено, что на этой стадии человек запоминает состояние максимальной активности мозга, оценивает это состояние как позитивное, в результате чего появляется потребность воспроизводить его. Опыт же показывает, что без ритмов это состояние воспроизвести не удаётся. Дальнейшее наблюдение за этой взаимосвязью «ритм – активность мозга» показывает, что в «обычных условиях» человеку необходимо прикладывать массу усилий для получения результата, который при прочтении ритмов «вдруг» рождался без каких-либо усилий.

Тем, кто приобретал подобный опыт и устанавливал для себя прямую связь между чтением ритмов и активностью мозга (в одном из исследований Института ритмологии чтение ритмов в течение года практиковали более 900 человек, которым о ритмологии на момент участия в данной лаборатории ничего не было известно), становилась очевидной «выгода», «польза» такого чтения. После чего происходило разделение на две группы – часть участников подобных ритмологических исследований соглашалась, что «в этом что-то есть», после чего в этой группе люди самостоятельно обращались к ритмологическим книгам, к ритмам, стремясь продолжить и закрепить

полученный позитив. Таких в приведённом опыте ИрЛЕм оказалось более 34%.

Другая часть участников не остановилась на этом. В этой группе люди пошли дальше, так как после получения первых позитивных результатов они стали задаваться вопросами о том, что же такое ритмы, почему они оказывают такое влияние на активность мозга, на улучшение многих аспектов жизни человека в целом, почему мозг не может без ритмов поддерживать этот позитив самостоятельно? Другими словами, эти участники ритмологических исследований перешли на следующий этап – этап познания времени как фактора, с очевидностью влияющего на активность мозга и на улучшение жизни в целом. С точки зрения исследователя-ритмолога на этом этапе возникают новые вопросы: «Чем «пользователи времени» принципиально отличаются от «познающих время?»»; «Какие внутренние и внешние факторы влияют на возникновение потребности познавать время?»»; «Как время влияет на порождение этой потребности?»»; «Возможны ли и при каких условиях переходы от “пользователя времени” к “познающему время”?» и т.д.

Как показали многолетние наблюдения, процесс перехода мозга от неприятия к освоению времени является процессом его «разуплотнения». В этом процессе мозг человека становится способным отличать логику «полноты» от логики времени, приобретает готовность и способность к переходам от «полноты» и логики «полноты» к логике «пустоты», или к логике времени, к логике ритма, или ритмологии. При этом он проходит стадии, описанные Е.Д. Лучезарновой в книге «Откровенное знакомство», это рубли от «ворчащего» до озарённого, способного самостоятельно поддерживать свою активность во времени. На этих высших стадиях активности мозга человек становится профессиональным ритмологом, способным организовать переход во время тем, кто с ним ещё не знаком. Именно поэтому так важны ритмологические исследования на каждом из этапов взаимодействия времени с мозгом человека. Их результаты становятся инструментарием, усиливающим работу профессиональных ритмологов как во взаимодействии с «пользователями времени», так и с теми, кто готов к освоению пустоты времени.

## ПРАКТИКА РИТМОВРЕМЕНИ

*Белова Н.Н.*

### РИТМОМЕРА КАК РИТМОЛОГИЧЕСКАЯ СТРАТЕГИЯ КАЧЕСТВЕННОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

*Аннотация.* В статье рассматривается практический опыт Института ритмологии (ИрЛЕм), в частности ритмомеры, в свете появления и распространения в науке качественных методов исследования. Сравнительный анализ показывает, что любая ритмомера в первой своей части предполагает проведение качественного исследования жизненной ситуации феномена. Институт накоплен большой опыт по проведению качественного (ритмологического) исследования.

*Ключевые слова:* качественные исследования, обоснованная теория, методы, ритмомеры, ритмология, Ритмометод.

В настоящее время в социальных и гуманитарных науках стали применяться так называемые качественные исследования. Возникновение качественных исследований относят к началу XX в., а как оформившуюся область методологии социальных наук примерно к 1970-м годам. Качественные исследования определяют как вид исследования, в котором данные получают нестатистическим, неколичественным образом. Такие исследования пользуются популярностью в западноевропейской и американской социологии.

В России эти методы начали использоваться сравнительно недавно. Большой частью применяется, так называемая, «обоснованная теория». Появились издания на русском языке, позволяющие изучить методы качественных исследований и их возможности, например, [1, 2, 5, 6, 7, 8].

Качественные исследования отличаются предпочтением качественной формы работы с феноменом (описание, анализ, интерпретация) измерительным процедурам, отсутствием строгой стандартизации процедур сбора, обработки и анализа данных, которая характерна для количественных исследований. Данные должны содержать минимум допущений и относиться к реальному переживанию или опыту человека.

Используются три основных источника сбора данных:

а) отчёты испытуемых, полученные в ходе исследовательского интервью или изложенные письменно (при этом предпочтение отдаётся интервью);

б) рефлексивные самоотчёты исследователя, исследователь может активно участвовать в исследуемом процессе;

в) всевозможные личные документы и общекультурные тексты, содержащие развёрнутые описания внутренней жизни человека.

Интервью тоже имеют существенную особенность [2, 5, 6]. Используются, так называемые, неструктурированные интервью. Особенность неструктурированных интервью в том, что вопросы в них не обязательно формулируются строго одинаковым образом в каждом исследовании для каждого испытуемого и не обязательно задаются в строго определённом порядке, исследователь просто расспрашивает испытуемого об изучаемом вопросе. Он может выступать в роли равноправного собеседника, не забывая при этом, что одновременно ведёт исследовательскую работу.

Количество испытуемых может быть любым и определяется самим изучаемым вопросом. Иногда оптимальным считается использование 3-10 испытуемых.

Существует ряд разновидностей качественных исследований: феноменологическое исследование, биографическое, нарративное, этнографическое, «обоснованная теория», дискурс-анализ и др. В них применяются несколько различные процедуры сортировки и кодировки данных, выделения категорий и паттернов. Однако они не расходятся между собой принципиальным образом и предполагают схожие серии шагов.

1. Оригинальные тексты протоколов делятся на утверждения или смысловые единицы.

2. Смысловым единицам присваиваются этикетки (коды, ярлыки).

3. Смысловые единицы группируются по темам и затем сводятся к общим темам, кластерам тем, или смыслов (категориям). Общая тема должна иметь соответствие некоторому значимому аспекту проживания.

4. Выделяется осевая (главная) категория, которая выявляет процесс изменения во времени.

5. На завершающем этапе исследователь формулирует связным, развёрнутым, содержательным образом «общее структурное описание», или «синтетическое описание», характеризующее изучаемое проживание.

Сравним указанный перечень с процессом проведения ритмомеры.

1. Во время прочтения (просмотра, прослушивания) текста ритмомеры участник проводит анализ событий своей жизни в разрезе темы ритмомеры. Выявляет повторы, циклы, проблемы, ущербы.

Это действие соответствует первому шагу качественного исследования – сбору данных и выделению в них смысловых единиц.

2. Исходя из выделенных событий жизни определяются «слова-организаторы» для выхода на ритм и ритмологию; проблемам и ущербам сопоставляются этикетки для их дальнейшего разуплотнения.

Другими словами, присваиваются определённые коды для дальнейшего исследования и ритмологических действий.

3. Выделенные фрагменты жизни становятся основой для протягивания того или иного типа нити.

Это действие соответствует третьему шагу качественного исследования: группировке и выявлению общих категорий.

4. Участник выявляет ритмологическую канву своей жизни, складывает «мозаику» из фрагментов текста, наблюдений и воспоминаний в картину жизни.

В общем плане качественного исследования это как раз соответствует выделению осевой темы и характеристики процесса изменения во времени.

5. Фиксируется нить, проблемы и ущербы аннигилируются.

На последнем этапе принимающий ритмомеру (в отличие от классического качественного исследования) не только формулирует и описывает проживание, но и предпринимает ритмологические действия для улучшения своей ситуации.

Таким образом, можно с полным основанием считать, что на первом этапе ритмомеры каждый участник проводит качественное (ритмологическое) исследование своей жизни. Далее наступает момент ритмологической коррекции. С приобретением ритмоопыта результаты исследования становятся объёмней и интересней, удаётся отмечать всё больше нюансов, активизируется память и наблюдательность. Соответственно возрастает и эффект от приёма ритмомеры, который участник отмечает как улучшение своей жизни.

Ритмолог, работая одновременно или последовательно с несколькими участниками, помогает каждому проводить его исследование, вместе с тем проводит исследование процесса изменений у всех участников ритмомеры, выявляя общие моменты и фиксируя результаты.

Каждый, кто принимает ритмомеру с целью проанализировать свои события и улучшить свою жизнь, ориентируется на своё состояние, свои ощущения, свои события и по их изменению делает выводы о качестве проведённого исследования и результативности проделанной коррекции. Для него вопрос надёжности исследования не стоит, так как результат говорит сам за себя.

В науке же обеспечение надёжности данных качественного исследования имеет особое значение. Разработан ряд мер, дающих право гарантировать надёжность полученных результатов [4, 5, 6].



Во-первых, надёжность обеспечивается следующими действиями исследователя:

- сопоставление высказываний с реальными фактами; особенно, если речь идёт о событиях, которые можно проверить по официальным документам;
- выявление противоречий в высказываниях одного и того же индивида или разных источников информации;
- сопоставление с аналогичными обстоятельствами и событиями в жизни других людей;
- сравнение полученных данных с другими источниками информации и прежде всего количественными (если они имеются) для определения степени типичности, репрезентативности данного «случая».

Во-вторых, для обеспечения обоснованности и подтверждаемости данных применяется процедура внешнего аудита исследовательского процесса, предполагающая использование независимого консультанта или аудитора, детально разбирающего весь процесс исследования и его результаты.

Для повышения надёжности результатов при исследовательской интерпретации данных применяется ряд специальных процедур. К ним относят метод триангуляции – перекрёстной интерпретации тремя исследователями, работающими в команде.

Обычно триангуляция осуществляется:

- а) как сопоставление разных интерпретаций трёх различных исследований;
- б) как сравнение интерпретаций с позиций разных методов;
- в) как сопоставление данной ситуации с аналогичными результатами, полученными в других исследованиях;
- г) как повторение результатов на том же объекте через определённый промежуток времени.

Триангуляция повышает надёжность данных путём выявления коллективного мнения (или междисциплинарного взгляда) относительно одного эмпирического объекта.

В случае индивидуального проекта возможно привлечение двух-трёх коллег со стороны для обсуждения спорных или сомнительных интерпретаций, чтобы представить наиболее очевидную для всех, единую трактовку изложенного эпизода или рассказа в целом.

Ритмомеры являются одним из наиболее популярных направлений среди практикующих Ритмометод. С ними работает большое количество ритмологов. Тем самым имеются все возможности для организации коллективного исследования результатов ритмомер.

К настоящему времени в процессе работы с ритмомерами накоплен достаточный опыт, который требует исследования, обобщения и может быть опубликован для знакомства с ним широкого круга читателей, социологов, психологов, педагогов.

### *Список литературы*

1. Васильева Т. Обоснованная теория в поле качественного исследования // Страусс А., Корбин Дж. Основы качественного исследования: обоснованная теория: процедуры и техники. – М. : УРСС, 2001. – С. 225-250.
2. Квале С. Исследовательское интервью. – М. : Смысл, 2003.
3. Лучезарнова Е.Д. Апофеоз, или Обретение лучезарности. – 4-е изд., исправл. и дополнен. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – С. 247-259.
4. О проверке надёжности данных: Биографический метод: история, методология, практика / Под ред. Мещеркиной Е., Семёновой В.В. Гл.: Э. Хоффман. Валидность и надёжность в устной истории.
5. Семёнова В.В. Качественные методы: введение в гуманистическую социологию : учеб. пособие для студентов вузов / Ин-т социологии РАН. – М. : Добросвет, 1998.
6. Страусс А., Корбин Дж. Основы качественного исследования: обоснованная теория: процедуры и техники. – М. : УРСС, 2001. – 257 с.
7. Улановский А.М. Качественная методология и конструктивистская ориентация в психологии // Вопросы психологии, – 2006. – № 3. – С. 27-37.
8. Улановский А.М. Проблема феноменологического описания и описательный подход в психологии : учёные записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. Вып. 2 / Под общ. ред. Б.С. Братуся, Е.Е. Соколовой. – М. : Смысл, 2006. – С. 106-124.

Белова Н.Н.

## К КОНТРОЛЮ ПУСТОТНОСТИ И НАПОЛНЕННОСТИ. НАБЛЮДЕНИЕ ЗА ПРИНИМАЮЩИМИ РИТМОМЕРУ «УСТРАНЕНИЕ ВРАГОВ. ЛУЧИСТОСТЬ»

*Аннотация.* В статье описывается результат, полученный при приёме ритмомеры «Устранение врагов. Лучистость». Для фиксации результата и его описания использованы методические приёмы качественного исследования, в частности, обоснованной теории.

*Ключевые слова:* ритмомеры, Ритмометод, ритмология, методы, качественные исследования, обоснованная теория.

В Институте ритмологии (ИрЛЕм) накоплен большой опыт проведения ритмомера. Ритмомеры аннигилируют проблемы, ущербы, мистерию, помогают справиться с тем, что нас не устраивает в жизни. И помогают перейти во время, а значит заместить сложившуюся ситуацию лучшей, более приятной, более устойчивой. Автор Ритмометода называет ритмомеры границей между проблемным и событийным миром [6]. Советует укрепить эту границу, проделав все ритмомеры. «Ритмомеры, конечно, проходите все, потому что ритмомеры – это ваше кольцо защиты» [7]. «Ритмомерные часы необходимы для адаптации и акклиматизации в этом мире, чтобы комфортно было среди обычной жизни. Создают комфорт обычной жизни, поскольку поставляют знакоряды» [3].

В данной статье предпринята попытка описать изменения при принятии ритмомеры «Устранение врагов. Лучистость» и их динамику с помощью некоторой системы категорий. В наблюдении за принимающими ритмомеру применены качественные методы исследования, базирующиеся на методологии «обоснованной теории» [1, 8, 9]. Массив используемых в качестве данных текстов получен методом интервью в ходе принятия ритмомеры [2].

В эксперименте участвовали 13 человек. Ритмомера принималась в обычном режиме, в течение 6,5 часов, в три дня, которые соответствовали стрелочкам Ритмология, Ритм, Ритмика. И затем с каждым была проведена заключительная беседа примерно через неделю после принятия ритмомеры. В качестве текстовой информации использованы интервью с участниками в каждый из дней ритмомеры и заключительное интервью (всего по 4 интервью с каждым).

В результате проявилась типическая картина, в которой удалось выделить некоторые категории и проследить их динамику от первого до четвёртого интервью. Этими категориями явились: отношение к теме, состояние, напряжение-соответствие, опыт, наполненность и её контроль, пустотность и её контроль. Динамика изменения перечисленных категорий, которая была выявлена в процессе исследования, показана в следующих таблицах. В левом столбце перечислены фазы изменения категорий, в правом столбце приведены наиболее характерные высказывания участников эксперимента, подтверждающие изменение соответствующей категории.

### 1. Отношение к теме.

1. Слабая фиксация темы.	«Мне всегда казалось, что все люди братья, остальное недоразумение».
2. Расширение темы; разделение врагов на внутренние и внешние; связь между внутренней и внешней угрозой; для тела, имени, эго-я; взаимодействие с врагом на разных расстояниях.	«Диапазон темы расширился и продолжает расширяться»;
	«На новой работе считали, что я заняла чьё-то место, напарница говорила неллицеприятное»;
	«Есть недруги, их нужно отодвинуть на безопасное расстояние».
3. Наличие наблюдателя; зависимость от степени погружения в проблему; возможность контроля и разрешения проблемы с помощью обычных методов и Ритмометода.	«Чувствую после ритмомера, что эволюционирую, думаю по-другому. Уверенность в себе, понимаю, что не конец света, а можно работать и что-то исправлять».

### 2. Состояние.

1. Ощущение агрессии со стороны окружающих, предвзятое отношение, колкости; тревога, паника, раздражение, униженность, страх, обида, зависть, усталость, обесточенность, постоянный стресс, нежелание иметь дело с кем-то (чем-то).	«В магазине постоянный стресс, были моменты, когда искренне возмущалась кассиру»;
	«Абсолютное неверие в себя»;
	«На работе чувствую негатив, постоянно подколы и колкости в мой адрес. Любые ошибки вешают на моё имя».

2. Осознание необходимости отпустить ситуацию; осознание целесообразности степени погружения в событие; враждебна сама система, а не конкретный человек; вычленение себя.	«Нужно внутри разделить себя и общество и тогда можно познать свою реакцию на событие»;
	«Важно разделить чувства и понятия»;
	«Негативная ситуация возникла, т.к. погружение было больше 70%»;
	«На мужа возникло недовольство, но скоро успокоилась»;
	«Врагом оказалась бюрократическая система, нужно искать способы её обхода»;
	«Внутренние сомнения, страхи, ответственность должны быть в целесообразных дозах».
3. Устойчивость, уверенность, наличие внутреннего наблюдателя, спокойная радость, приятно быть рядом, интересно общаться.	«Мозг работает по-другому, сразу вижу схему»;
	«После ритмомеры поняла механизм магазина, знаю, где проверить цену, можно сначала попросить проверить на кассе»;
	«На работе все были очень дружелюбны, заведующая помогла донести сумки, несмотря на то, что я опаздывала на час».

### 3. Напряжение – соответствие.

Обратили внимание на слова из ритма «Развязка кармы», с которых начат фильм: «Вне – напряжения закон», а также на замену слова в Струне.

Струна Серая (жизнесовмещений)

Любое *напряжение* снять могу,  
Сама же с *напряжением* играю.

Любое *соответствие* снять могу,  
Сама же с *соответствием* играю.

1. Постоянное напряжение.	«Пока муж дома, всё хорошо, как только вышел, сразу паника»;
	«На работе часто в состоянии напряжения, а поэтому очень устаю»;
	«Я всегда была в коллективе изгоем. Напрягает, что не всегда лестно отзываются за моей спиной»;
	«Постоянное напряжение. Напрягаться должен мозг, а напрягается тело, тело всё время болит».
2. Соответствие.	«Когда человек своё место находит, то нет ни напряжения, ни сопротивления»;
	«После разуплотнения удалились те, кто создавал напряжение»;
	«Старалась общаться с коллективом, участвовать в разговорах, было даже интересно».

### 4. Опыт врага. Опыт лучистости.

1. Опыт врага. Сам негативный опыт является врагом.	«Опыт насилия в детстве»;
	«Возник панический страх, связанный с прошлой ситуацией»;
	«Страх ареста, политического воздействия»;
	«Училась читать по книге о героях войны»;
	«Страх общественного мнения, некомпетентности мешает реализоваться»;
2. Опыт в процессе ритмомеры.	«Сделала большое усилие, чтобы купить цветы, но букет не понадобился, как я и предполагала».
	«Не завела время – на работе раздражение, завела – всё хорошо»;
	«То, что враги внутренние вызывают врагов снаружи, известно давно. Но я не задумывалась, что наружный враг вызывает внутреннее искажение. Прежний опыт порождает врага внутри, стал зажатым, уязвимым»;

	«Сегодня отследила, что внутреннего раздражения на неё нет, всё перевожу в шутку»;
	«Пытались спросить работу по звонкам, сказала «нет» и мне было легко. Такое состояние понравилось».
3. Опыт применения Ритмометода.	«После озарина “Лучистость” увидела светящееся тело»;
	«Увидела, какими строчками с нами пообщался БИИ “Лучистость”»;
	«Полотна делала и раньше, но таких результатов, которые заметила здесь, – не было»;
	«Видела стыковки дня, связь с тем, что открывала».

### 5. Наполненность и её контроль.

1. Отсутствие комфортных условий.	«Хронические болезни»;
	«Не знаю где и откуда взять деньги».
2. Новый способ действия и восприятия.	«Часто выхожу на эмоции, но могу их всё-таки пригасить»;
	«Хожу по магазинам для того, чтобы найти чего нет и там развернуться, что я могу сделать другое?»;
	«Не видела людей, которые были бы неприятны, хотелось наладить мосты с кем придётся общаться. Нужно искать соединяющие позиции»;
	«Начала изучать своё тело»;
	«Сегодня на всё хватило сил и сейчас силы есть»;
	«Физически ощутила, как органы тела слышат музыку»;
	«Устранение внутренних и внешних врагов как листание страничек».
3. Коррекция с помощью Ритмометода.	«Выступала в качестве эксперта по пищевой промышленности на съезде предпринимателей области. Заранее сделала Жёлтое солнце, реставрировала цветные струны. Всё прошло хорошо»;

	«Обратила внимание на горизонтальные кольца: Камней, Чувств, Эмоций»;
	«У меня вопрос: что я могу? Я это вычленила, но ещё не сделала. Может быть, обратиться к ритмологу любви и результата?»;
	«Поняла, что нужна поддержка эго-я, планирую вырастить струну “сердце-клубок”»;
	«Грудю проблем собрала на ритм “Капли святого духа”».

### 6. Пустотность, её чистота и контроль.

1. Отсутствие собственной точки зрения. Невосприятие другой точки зрения.	«Не способна чётко высказать свою позицию, страх возразить»;
	«Я всегда права»;
	«Искренне борюсь за справедливость»;
	«Сложно принять другую точку зрения, хочется, чтобы они мыслили и делали так же, как я»;
	«Сделала вопреки тому, что сама же сказала».
2. Способность прогнозировать ситуацию. Способность воспринимать несколько точек зрения.	«На работе не бесят, нет раздражения»;
	«На мозговом штурме отследила, что есть общее мнение и лично моё, и из чего оно сформировано»;
	«Стала более тонко видеть, от кого что ждать»;
	«Когда слушала сотрудников на ритмометре, мне настолько были очевидны истоки проблем»;
	«Обменивалась с подругой информацией, очень удивилась её поверхностному восприятию, раньше не замечала».
3. Активное применение Ритмометода, коррекция с помощью Ритмометода.	«Планирую поработать с вертикальными кольцами: Поведения, Правил, Позиции»;
	«Занимал вопрос о звуковых струнах, рубеже от ритма»;

«Нужно проанализировать именную ситуацию с клиентами»;
«С подружкой говорила откровенно о сокровенном, привела схемы из кн. “Освобождение от информации”, раньше бы не достигла результата»;
«Начала рассматривать вещи через призму времени».

Через неделю после применения ритмомеры только у двоих из 13-ти человек показатели по перечисленным категориям оказались близкими к уровню первого дня. В обоих случаях у участников оказалась недостаточно проработана эмоциональная сфера. Вероятно, это и послужило причиной неполной развёртки результата ритмомеры. Примерно то, что описано в книге «Радастея» в главе «Желированная лаборатория» [4], некоторые из проходящих тренировку в этой лаборатории нуждались в предыдущих лабораториях. Этим двоим участникам эксперимента было рекомендовано принять ритмомеры, соответствующие их проблеме.

Результат исследования подтвердил, что ритмомеры помогают настроиться на позитив, на продление жизни, на радость жизни, на её многофункциональность. Именно это всегда и подчёркивает автор Ритмометода Е.Д. Лучезарнова. «Любую проблему можно решить пространственными, горизонтальными средствами, но лучше её решать из времени, она тогда решается. И на все проблемы у нас тоже есть ритмомеры. Из времени, благодаря ритмомере, вы можете убрать любую проблему. Тогда мозг из раздражённого состояния переходит в возбуждённое» [5].

#### Список литературы

1. Васильева Т. Обоснованная теория в поле качественного исследования // Страусс А., Корбин Дж. – Основы качественного исследования: обоснованная теория: процедуры и техники. – М. : УРСС, 2001. – С. 225-250.
2. Квале С. Исследовательское интервью. – М. : Смысл, 2003.
3. Лучезарнова Е.Д. Откровенное знакомство. Часть 3. Я превращаюсь в Луч. – 3-е изд. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – С. 359-362.
4. Лучезарнова Е.Д. Радастея. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ. 2015. – С. 133-142.
5. Марченко Е.Д. Вскрытие капсулы времени. СПб. : РАДАТС, 2010. – С. 18-19.

6. Марченко Е.Д. Активизация Хладастей. – СПб. : РАДАТС, 2010. – С. 34.
7. Ритмомеры : тетрадь для практических работ по материалам серии книг Евдокии Лучезарновой «Ритмомеры» / Лучезарнова Е.Д., Авторский Центр «РАДАТС». – М. : РИТМ 25, 2012. – С. 2.
8. Семёнова В.В. Качественные методы: введение в гуманистическую социологию : учеб. пособие для студентов вузов / Ин-т социологии РАН. – М. : Добросвет, 1998.
9. Страусс А., Корбин Дж. Основы качественного исследования: обоснованная теория: процедуры и техники. – М. : УРСС, 2001, – 257 с.

Мак М.З.

### ПОНЯТИЕ ПОТОКА В КОНЦЕПЦИИ РИТМОМЕТОДА 7P0 ЕВДОКИИ ЛУЧЕЗАРНОВОЙ

Одной из важнейших тем, требующих изучения в концепции Ритмометода 7P0 Евдокии Дмитриевны Лучезарновой, является тема *потока*.

В настоящее время мы наблюдаем стремительное развитие Ритмометода как практической системы знаний, которая представляет интерес не только в качестве инструмента саморазвития, но становится востребованной услугой на рынке консультационных услуг. В этой связи необходимо определить фундаментальные и детальные отличия предлагаемых в Ритмометодике техник и форм работы от существующих направлений в сходных сферах консультационной деятельности.

Мы имеем представление о сложности данной темы и полном отсутствии обоснованных разработок, способных подтвердить или опровергнуть гипотезы и предположения, позволяющие объяснить суть феномена *потока* в концепции Ритмометода.

Вопрос о природе *потока* в Ритмометодике 7P0 Евдокии Лучезарновой порождает у тех, кто знакомится с материалами и начинает изучение метода как отдельной области знаний, множество вопросов. Зачастую первое, что узнаёт человек от давно занимающихся, это то, что существует понятие «потока», который возникает при определённых условиях, и связывается это понятие исключительно с категориями Ритмометода 7P0.

Необходимость привлечения внимания к этой теме в целях осмысления и исследования понятия объясняется тем, что в отсутствие определения

и описания свойств явления возникают различные трактовки, не способные достоверно отразить суть данного явления, что в свою очередь не исключает спекулятивных высказываний о наличии или отсутствии потока, его качестве, продолжительности и прочих признаках. То есть, можно сказать, что необходимость изучения данной темы возрастает, поскольку отсутствие исследований и чётких теоретических обоснований в определении данного феномена неизбежно порождает отвлечённые рассуждения, зачастую основанные исключительно на догадках, предположениях и субъективных мнениях отдельных людей. Однако каждый человек, так или иначе прикоснувшийся к методикам, материалам или другим формам проявления Ритмометода, получает своё представление и собственную интерпретацию поточного состояния, или *потока*. И на основании обобщённого полученного опыта постараемся дать определение понятию потока в Ритмометодe 7P0:

*Поток* – явление, обозначающее в концепции Ритмометода 7P0 Евдокии Лучезарновой особое состояние реальности, которую способен фиксировать человек, даётся в форме постулата, определяет сущность феномена ритмовремени.

*Поток* в Ритмометодe 7P0 обладает свойствами, частично совпадающими со свойствами, описывающими «состояние потока» в научной психологии. Также есть определённые аналогии с описанием «вхождения в поток» в религиозной практике (буддизм, даосизм), однако ни одно из существующих описаний и определений *потока* не даёт полноценного представления о *потоке*, возникающем при использовании Ритмометода 7P0.

Природа *потока* не изучена. Состояние *потока* возникает при наличии одного или нескольких условий:

- Присутствие автора Ритмометода 7P0 Евдокии Лучезарновой и направление внимания на определённую тему, объект или совокупность объектов. В этом случае состояние *потока* переживают все участники события, оказавшиеся в зоне внимания носителя *потока* (в данном условии – автора метода).

- Индивидуальное использование материалов Ритмометода 7P0 в соответствии с рекомендациями автора.

- Взаимодействие с человеком, использующим материалы Ритмометода 7P0 в соответствии с рекомендациями автора, по конкретной теме и поставленной задаче.

- Знакомство с материалами Ритмометода 7P0 с познавательной или эстетической целью.

Состояние *потока* в Ритмометодe 7P0 называют также «*потоком* ритмовремени». «Ритмовремя» можно определить как совокупность впечат-

лений и импульсов, которые возникают в сознании человека и становятся побуждающим и вдохновляющим элементом реальности, при этом выполняется условие признания уникальности или избранности, то есть ритмовремя появляется в результате сознательного использования текстов, созданных автором Ритмометода, их прочтения или прослушивания.

Таким образом, выявляется одно из главных условий, характеризующих именно *поток*, возникающий в Ритмометодe 7P0 – интеллектуальное авторское присутствие, в любой форме.

Как уже было сказано, природа этого явления практически не изучена и обнаруживается только на основании индивидуального опыта отдельного человека. О достоверности переживаний занимающимися различными поточными состояниями, которые возникали в результате практики Ритмометода, можно судить по тому, что эти состояния возобновляемы и во многих случаях прогнозируемы. То есть при прочтении определённых текстов разными людьми в разное время можно ожидать схожего эффекта – побуждающего, вдохновляющего, умиротворяющего и т.д. Кроме того, поточное состояние позволяет структурировать реальность в строго индивидуальном порядке, когда окружающий мир и внутренняя интерпретация выстраиваются в стройную, логичную непротиворечивую систему, что позволяет решать жизненные задачи с наименьшими затратами, а часто даже с получением дополнительных возможностей и дотаций.

Для того чтобы получить представление о *потоке* в Ритмометодe, нужно дать определение этому понятию в различных сферах человеческой деятельности.

В целом *поток* можно рассматривать как базовый, онтологический элемент.

Любому *потоку* присуще движение как свойство материи.

**Отличие определений потока в психологии, философии, физике, математике.**

**Словарь.** Поток – постоянное перемещение масс жидкости или газа в определённом направлении. Поток (геометрическая теория меры) – обобщение понятия подмножества. Поток (интуиционизм) – понятие интуиционистской математики.

**Поток в психологии.** Поток, потоковое состояние (англ. *flow*, лат. *influent*), – психическое состояние, в котором человек полностью включён в то, чем он занимается, что характеризуется деятельным сосредоточением, полным вовлечением в процесс деятельности.

Потоковое состояние в психологии не считается уникальным, оно достижимо с помощью различных техник и методик. Нахождение в потоковом состоянии не ограничивается какой-то одной определённой сферой, процессом. Оно распространяется на все сферы деятельности, в которые вовлечён конкретный человек.

В попытке конкретизации понятия постараемся выявить характеристики потока или поточного состояния:

– Поток как таковой подразумевает наличие движения одного или множества объектов, воспринимаемых как единое целое, существующее, как процесс. Поток существует в определённом интервале времени и может охватывать конкретное пространство.

Можно выделить ряд основных параметров, характеризующих поток – его начальный пункт (источник), конечный пункт, интенсивность, траектория, скорость и другие параметры.

Все эти параметры легко определить на примере материальных потоков.

Насколько могут быть такие характеристики аналогичны потокам, о которых идёт речь в контексте Ритмометода – сказать сложно. Однако полное отсутствие каких-либо определений параметров также не даёт нам возможности подойти к оформлению понятия.

Также важно отметить, что представление о потоках даёт и основу для моделирования процессов за счёт возможности менять его направление, мощность и т.д.

Эта возможность может проявляться как направление внимания, фокусировка внимания, переключение внимания, т.е. можно говорить о вариантах интерпретации разума как формы логического выбора.

Таким образом, возникает мысль о связи начала потока, источника потока с разумом. Иными словами, именно разум обладает способностью направлять или принимать потоки. И чем сложнее и тоньше организация разума, тем большим влиянием обладает данный разум.

Чем выше и сложнее категории реальности, которые способна осознать личность, тем большим потоком она владеет.

Подчеркнём, что данные утверждения – это гипотеза, логическое допущение.

Следующее предположение заключается в том, что возникающая при определённых условиях межличностная связь позволяет как бы встроиться в более сильный поток, транслируемый более развитым сознанием.

Способы получения такого потока описаны выше, т.е. личностный контакт или поточная связь возникают при непосредственном и опосредованном

взаимодействии. Непосредственное взаимодействие происходит при личной встрече, беседе и т.д., когда удаётся попасть в зону внимания личности – источника потока. Опосредованное – при взаимодействии с материалами, книгами, записями самого процесса интеллектуальной деятельности, при которой возникло поточное состояние.

Возможно, в отдельных случаях, для описания процесса поточного взаимодействия подходит сравнение с явлением интерференции волн, аналогично различным формам физических излучений, одновременно предполагая наличие некоторого суггестивного влияния одной личности на сознание другой личности. Однако, следует сразу подчеркнуть недостаточность такого сравнения, поскольку поточное состояние в Ритмометодe 7P0 может возникать различными способами, в том числе, как было сказано выше, в результате самостоятельного прочтения авторских текстов.

Для решения вопроса определения концепции *потока* в Ритмометодe 7P0 Е.Д. Лучезарновой постараемся провести сравнение признаков данного понятия в различных системах человеческого познания.

Конечно, рассматривая тему *потока* в общечеловеческом опыте, невозможно обойти стороной опыт духовных и религиозных практик.

Наиболее известными являются понятия потока, принятые в традициях буддизма и даосизма.

Так, поток сознания в буддизме (меняющийся поток (сантана) индивидуального сознания (читта)) описывается с помощью вспыхивающих и гаснущих частиц «дхарм», которые собственно и составляют постоянно меняющийся поток сознания. Дхармами называют качества проявления психики. В буддистском учении особо важным является вступление в поток чистого сознания, освобождение прежде всего от привязанности к религиозным догмам, таким как учение о божестве и вечности души, которые, по мнению буддистов, являются по сути преградами, так как вся вселенная есть только абсолют, Дхарма.

Таким образом, можно сказать, что смысл понятия потока в буддизме определяется так: нельзя не только дважды войти в одну и ту же реку, но нет и того, кто мог бы дважды попытаться это сделать, поскольку каждое новое мгновение существует новая личность, причинно связанная с предыдущей и обусловленная ею.

Более раннее учение, которое даёт своё определение понятию потока – даосизм. В понятиях классической литературы Дао осмысливается как всё пронизывающая сила, как одновременно и средство, и цель существования.

Цель существования в даосизме – это не движение от низшего к высшему, как в монотеистических религиях, а нечто необъяснимое и непонятное. Знание и понимание – термины, вообще не применимые в даосизме. Поток в даосизме означает «умение интуитивно почувствовать путь и отдаться ему».

Рассмотрим, как появлялось понятие потока в психологии.

Первым автором, в работах которого мы находим предпосылки к объяснению феномена *потока*, на наш взгляд, стал Вильгельм Вундт как создатель концепции экспериментальной и социальной психологии. Именно В. Вундт экспериментальным путём смог доказать, что сознание ритмично по своей природе. В качестве экспериментального прибора он использовал хорошо известный музыкантам метроном. В. Вундт установил ряд свойств сознания, используя самонаблюдение испытуемого, который должен был описывать субъективные переживания, возникающие у него при слушании звуков метронома.

В. Вундт дал определение так называемому объёму сознания, который равен количеству элементов, которые субъект может осознавать как единое целое за один акт перцепции (т.е. восприятия), ввёл такое понятие, как объём внимания, который гораздо меньше, чем объём сознания. Анализируя далее внимание, он констатировал, что фиксационная точка внимания (т.е. точка максимального сосредоточения внимания) не совпадает с точкой фиксации взора (т.е. человек может смотреть на одну точку или букву, а обращать внимание на другую).

В предложенной В. Вундтом модели сознания фиксационная точка внимания расположена в центре поля внимания и окружена более широким полем сознания. Также существуют пороги внимания и сознания, которые можно описать в виде сцены, которая имеет круглую форму и в целом освещена (в центре в большей степени, чем по её краям). На эту сцену поднимаются и с неё сходят различные содержания сознания – элементы сознания и более сложные образования, составленные из элементов.

Ученик В. Вундта Эдвард Брэдфорд Титчнер считал, что «концентрическая модель» сознания, предложенная учителем, не учитывала возможных изменений состояний сознания во времени. Поэтому он представлял сознание в виде «двухуровневого» потока, верхний «уровень» которого включает в себя ясные содержания сознания, нижний – смутные. Э. Титчнер предполагал, что в этом потоке постоянно происходит процесс перехода состояний сознания с верхнего на нижний уровень и наоборот.

Далее развитие научной мысли приводит к понятию «поток сознания». Данная метафора принадлежит Уильяму Джеймсу, для которого поток созна-

ния – это процесс, функция, активность, характеризующаяся, в частности, избирательностью, субъектностью и т.д. По Джеймсу, сознание не состоит из фрагментов. Прежде всего, такие слова, как «цепь» или «последовательность», точно не описывают его в том виде, как оно проявляется. Сознание не есть нечто соединённое, связанное, оно течёт. Также для Джеймса основным постулатом, фактом, не вызывающим никаких сомнений, является существование состояний сознания.

Следующий этап развития науки о сознании – возникновение гештальт психологии, основоположниками которой являются Макс Вертгеймер, Курт Коффка и Вольфганг Келер. Главным принципом данного направления является учение о целостности психических явлений (гештальтов), которым присущи собственные характеристики и законы, но не разделяющей сознание на элементы, как это было принято в ассоциативной психологии. Также вводится понятие «инсайта» (от англ. *«понимание, озарение, внезапная догадка»*) как интеллектуального явления.

Все перечисленные направления научной мысли так или иначе продолжают своё существование и развиваются. Объединяет их то, что объектом изучения является сознание человека, способы его существования, свойства, функции. Психологические исследования неизбежно отсылают к необходимости философского определения сознания.

Особый интерес в нашей теме представляет выдающийся учёный Михай Чиксентмихайи, который заявил о себе как исследователь вопросов креативности и личного благополучия, а также стал основателем такого известного направления, как позитивная психология, автором множества книг о психологии, счастье и творчестве. Профессор психологии, бывший декан Чикагского университета М. Чиксентмихайи обозначил собственный подход к теме счастья. В 1990 году была опубликована книга «Поток. Психология оптимального переживания», принесшая автору всемирную известность.

Ключевые идеи Чиксентмихайи кратко можно изложить в нескольких постулатах:

– Состояние потока можно определить как внутреннее равновесие, которое возникает, когда удаётся сконцентрировать внимание на поставленной задаче или направить внимание на достижение цели; состояние полной увлечённости. В этом состоянии удаётся абстрагироваться от любых помех, черпать вдохновение в чём угодно.

– Поток, или оптимальное переживание, позволяет упорядочивать реальность, как бы управлять хаосом. Появляется возможность находить нужные решения поставленных задач, получать новый опыт.



– Состоянию потока можно научиться через определённые виды занятий – физические, творческие, интеллектуальные. При этом отмечается, что имеет значение не уровень профессионализма в выбранном занятии, а степень вовлечённости в процесс. Для возникновения состояния потока занятия должны приносить радость и наделяться высоким смыслом.

– Состояние потока достигается при условии стремления к новым уровням в любой деятельности. Здесь речь идёт не о борьбе с препятствиями, а о приятии вызова. Вызов – как допуск и признание избранности.

– Состояние потока предполагает естественную концентрацию внимания, не требующую особых усилий. Отсутствуют сомнения, негативные переживания, что в равной мере может быть как следствием наступившего поточного состояния, так и позволяет в него войти. В состоянии потока нет рефлексии, поскольку само действие увлекает вперёд.

– Для достижения состояния потока необходимо осознавать цель своей деятельности, её результат. В поточном состоянии становятся ясны конкретные задачи и способы их выполнения.

– Для поддержания состояния оптимального переживания важно иметь возможность получать обратную связь, подтверждающую, что движение к цели идёт верно. Хотя не всегда это условие может быть выполнено.

Но, как говорит Чиксентмихайи, не обязательно представлять конечную цель своих действий – обратная связь есть уже в процессе движения к ней.

– В состоянии потока ощущается контроль над своими действиями и всем, происходящим в процессе, который становится гораздо значительнее, чем в обычном состоянии. Поточный контроль позволяет не попасть в зависимость от собственной деятельности или утратить влияние на реальность.

– При достижении состояния потока происходит своего рода растворение границ собственного «я», которое полностью подчинено цели деятельности. При этом личность по окончании деятельности становится сильнее, чем раньше.

В итоге М. Чиксентмихайи высказывает мысль о том, что нахождение в состоянии потока и выпадение из него происходит по причинам, не зависящим от условий, в которых существует и развивается человек, группа людей, целое поколение. На внутреннее состояние, с которым люди идут по жизни, влияют все те же условия потока, о которых написано выше: постановка сложной, но посильной цели и задач в соответствии с умениями и навыками, концентрация внимания, получение обратной связи, чувство контроля, способность видеть вызов в проблемной ситуации. Соблюдение этих условий

позволяет чаще испытывать оптимальные переживания и делать их своим привычным состоянием. Намерение, решительность и внутренняя гармония придают нашей жизни смысл и целостность, превращая её в одно нескончаемое потоковое переживание. Человек, достигший такого состояния, вряд ли когда-нибудь будет испытывать неудовлетворённость. Каждый момент его жизни будет иметь значение и дарить радость.

В настоящее время определение поточного состояния сознания, данное М. Чиксентмихайи, ближе всего позволяет описать явление, которое мы определяем как авторский поток Ритмометода 7Р0.

Можно принять способ интерпретации состояния потока как совокупность объективных, определяемых, изменяющихся состояний человека, таких как физические, эмоциональные, интеллектуальные возможности, выносливость, скорость восстановления сил и другие характеристики, в том числе устойчивое ощущение счастья. Тогда, следуя логике «оптимального переживания» и опираясь на идею создания потока с помощью различных практических действий, можно сказать, что таковым и является *поток* как продукт творчества Евдокии Дмитриевны Лучезарновой, и инструментом, позволяющим «научиться потоку», является собственно Ритмометод 7Р0.

Однако мы понимаем, что такое определение является не вполне достаточным, поскольку само ощущение *потока* в Ритмометод, которое описывают люди, практикующие метод, субъективно и глубоко индивидуально. Подвергать сомнению, так же, как и брать за основу личные переживания отдельных личностей, дело неблагоприятное.

И всё же достоверность собственных жизненных достижений лично для каждого человека, получившего возможность поточной работы с помощью Ритмометода 7Р0, не вызывает никаких сомнений.

Безусловно, в настоящее время, автор Ритмометода, Евдокия Дмитриевна Лучезарнова, продолжает формировать инструменты Ритмометода как собственный творческий продукт. При этом механизмы и способы передачи поточного состояния от автора к читателям (слушателям, зрителям, ученикам и т.д.) остаются недоступными пониманию. Автор использует прямое сравнение собственного творческого акта с возникновением состояния *потока*, более того, творческий акт создания потока является многомерным и упорядочивающим реальность.

Таким образом, возникает определение, что различные поточные состояния зафиксированы определёнными текстами, и, прочитывая авторские произведения, можно получить то или иное состояние потока, в соответствии с авторским замыслом.

Возвращаясь к мысли о том, что Ритмометод 7P0 сам по себе становится инструментом, с помощью которого можно «натренировать» в себе поточные состояния, выходим на объяснение необходимости воспитания «трениров» или профессиональных ритмологов, задачей которых как раз является наработка, сохранение и передача состояния потока. Кстати, стоит обратить внимание на возможность разных трактовок слов – «поток» как таковой и «состояние потока». Используя словосочетание «состояние потока», мы избегаем возможных спекулятивных заявлений о наличии или отсутствии потока как материального объекта.

Так или иначе, но каждому человеку необходимо дать себе объяснение, ответить на вопрос «Что такое поток?», сумев при этом активизировать свои чувства, понятия, возможность интерпретации и анализа, стараясь не попасть в ловушку бездумного отрицания или безусловного приятия.

Для полноценного поиска ответа придётся стать истинным исследователем себя и собственной жизни.

Сейчас мы приходим к выводу, что концепция *потока* в Ритмометод 7P0 Евдокии Дмитриевны Лучезарновой является феноменом, непосредственно и опосредованно связанным с её личностью и творчеством.

Феномен заключается в том, что продукт сознания отдельной личности может быть принят и использован для нужд и интересов других личностей.

При этом, исходя из наблюдений, мы предполагаем, что для такой передачи состояния потока, достаточно проявления интереса к авторскому интеллектуальному продукту или эстетического удовольствия от него как от произведения искусства.

Безусловно, данная тема сейчас кажется неисчерпаемой, с огромным количеством вопросов и гипотез, требующих исследования.

*«Пока вы находитесь в потоке, пока вы находитесь в лучах, лучи просто льют на вас всё – всё выверено и выстроено, всё точно. Но как только идёт попытка выйти – моментально точность заканчивается».* (Е.Д. Лучезарнова. От ума до разума. – СПб. : РАДАСТ, 2006. – С. 26.)

*«Есть такая поговорка: “Рыба ищет, где глубже, а человек – где лучше”. Так вот, озарий всегда ищет переизлучённое пространство. То есть оиущение потока переизлучения у озариев очень сильное, оно – на суперчувстве».*

*С этим потоком вы можете встретиться в Центрах Озаригн, там, где как раз и живут озарии и где всё всегда переизлучено. Когда вы только переходите границу Центров Озаригн, всё меняется: вдруг мысли потекли быстрее, вдруг мозг прояснился, вдруг сердце отпустило (страхи, пани-*

*ка, всё осталось за дверью). Вы вошли в совершенно иное, переизлучённое, пространство, туда, где живут лучи. А озарии очень тяготеют к лучам».* (Е.Д. Лучезарнова. Жизненно необходимо быть полезным Основному лучу, – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2016. – С. 170.)

*«Вернувшись в зал, целеводитель прижимали к сердцу, и к мозгу, и кто к чему, поскольку внутри целеводителя содержался поток, перетекающий постепенно в их собственное существо, заполняя внутри мозга сознание и бессознательное, каждую клеточку тела состоянием роскошной свободы, прекрасного самочувствия и удивительной лёгкости, ясности восприятия».* (Е.Д. Лучезарнова. ИРЛЕМ. – СПб. : РАДАТС, 2008. – Гл. 13 «Лучевое взаимодействие».)

*«Во времени можно жить, размещаться и работать через знакоряды. Когда штурвальный по-настоящему ориентировался и больше интересовался жизнью самого Штурвала времени, состоящего из Янтр, Танок и Хладастей, жизнью самих Страдастей и постоянно задавал вопрос: “Как это? Как это в самом времени? Какие потоки выделяются? Что такое Радастея? Что это за Корабли Радастей, которые приходят с других планет, из других лучей, созданные из необыкновенного пространства?”».* (Е.Д. Лучезарнова. Координатная полноценность. – М. : РИТМ 25, 2010. – С. 116.)

#### Список литературы

1. Вундт В. Введение в психологию Einführung in die Psychologie. – М. : КомКнига, 2007. – 168 с.
2. Вундт В. Введение в философию. – СПб., 1903 – PDF. Архивировано 13 февраля 2012 года.
3. Вундт В. Проблемы психологии народов. – М. : Академический проект, 2010. – 136 с. – (Психологические технологии). Вундт В. Этика: Принципы нравственности. Области нравственной жизни. – Изд. 2. – М. : ЛИБРОКОМ, 2011. – 264 с.
4. Дормашев Ю.Б., Романов В.Я. Переживание потока. В кн.: Психология мотивации и эмоций / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман. – М. : АСТ: Астрель, 2009. – 704 с. – (Хрестоматия по психологии). – С. 383-387. – ISBN 9785-17-058328-7 (ООО «Издательство АСТ»). – ISBN 978-5-271-23290-9 (ООО «Издательство Астрель»)
5. Виктор Франкл. Человек в поисках смысла. – М. : Прогресс, 1990. – 368 с.

6. Лучезарнова Е.Д. Размышления и афоризмы / Авторский Центр «РАДАТС». – М. : Академический проект, 2016. – 256 с.
7. Лучезарнова Е.Д. Откровенное знакомство: в 4-х частях, Часть 4. Всё обо всём, – 3-е изд. – Санкт-Петербург: РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 312 с.
8. Лучезарнова Е.Д. Откровенное знакомство: в 4-х частях, Часть 3. Я превращаюсь в Луч, – 3-е изд. – Санкт-Петербург: РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 416 с.
9. Лучезарнова Е.Д. Откровенное знакомство: в 4-х частях, Часть 2. Свет выбирает меня, – 3-е изд. – Санкт-Петербург: РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 288 с.
10. Лучезарнова Е.Д. Откровенное знакомство: в 4-х частях, Часть 1. Я выбираю жизнь, – 3-е изд. – Санкт-Петербург: РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 16 с.
11. Лучезарнова Е.Д. Жизненно необходимо быть полезным Основному лучу. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2016. – 272 с.
12. Лучезарнова Е.Д. Разумное тело. – СПб: РИТМОВЗЛЁТ, 2016. – 248 с.
13. Марченко Е.Д. ИРЛЕМ. – СПб. : РАДАТС, 2008. – 536 с.
14. Чиксентмихайи Михай. Эволюция личности. – М. : Альпина нон-фикшн, 2013. – ISBN 978-5-91671-129-5.
15. Csikszentmihalyi M. Beyond boredom and anxiety. – San Francisco, 1975.
16. Csikszentmihalyi, Mihaly. Flow: The Psychology of Optimal Experience. – New York : Harper and Row, 1990. – ISBN 0-06-092043-2.
17. Csikszentmihalyi, Mihaly. Creativity : Flow and the Psychology of Discovery and Invention. – New York : Harper Perennial, 1996. – ISBN 0-06-092820-4.
18. Csikszentmihalyi, Mihaly (1998). Finding Flow: The Psychology of Engagement With Everyday Life. Basic Books. ISBN 0-465-02411-4 (a popular exposition emphasizing technique)
19. Gardner, Howard, Csikszentmihalyi, Mihaly, and Damon, William. Good Work: When Excellence and Ethics Meet. – New York : Basic Books, 2002..
20. Geirland, John (1996). «Go With The Flow». Wired magazine, September, Issue 4.09.

*Смирнова О.В.*

## **ИМЯ ЧЕЛОВЕКА КАК ЗНАК: РИТМОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОЧТЕНИЕ, ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ИМЁН**

*Аннотация.* В статье представлен опыт изучения темы «Имя человека», опыт взаимодействия со своим именем и с другими именами.

*Ключевые слова:* имя, Ритмометод 7P0, знак, ритмология.

При подготовке к написанию этой статьи я не собирала отдельно информацию о том, как освещалась тема «Имя» в мире, моя задача – рассказать, как я соприкасалась с этой темой до занятий Ритмометодом 7P0 и при изучении Ритмометода.

Каждый человек имеет имя, и это его каким-то образом отличает от других людей. Люди с одинаковыми именами, наверное, чем-то похожи. Такие утверждения, как «не имя красит человека, а человек имя», «как корабль назовёшь, так он и поплывёт» были мне известны. Интересовалась я и значением своего имени. И узнала, что имя Ольга – это заимствованное скандинавское имя Хельга (Helga), что означает «святая» [1]. Это значение мне очень понравилось. И запомнился фильм «Легенда о княгине Ольге», советский фильм, воссоздающий образ Ольги, княгини Киевской Руси; мне понравились качества характера этой мужественной женщины. В таком ракурсе у меня это имя и обозначалось, и оно мне стало нравиться. Так как надо заметить, что в раннем подростковом возрасте это имя мне не очень нравилось. Кроме того, я знала о том, что есть святцы (церковные книги), в которых упоминаются имена святых; и некоторые люди использовали их, чтобы подбирать имена своим детям. Таким образом, я узнала, чем отличается день рождения от именин. Именины – это личный праздник кого-либо (у православных и католиков), приходящийся на день, в который церковь отмечает память одноименного святого [2]. Вот такие познания по теме «Имя человека» были у меня до занятий Ритмометодом.

И. В Ритмометодe тема «Имена» рассматривается с точки зрения их знакового прочтения, и, благодаря такому прочтению, человек может регулировать и управлять событиями своей жизни. «Имя – звуковое сочетание, отличное от звуков природы, позволяющее обозначить и проявить себя разуму» [3, с. 211]. «Имена, как некие буквенно-звуковые схемы, живут по своим

законам, независимо от людей. И живут имена по закону солитонов (от англ. *solitary* – “уединённый”). Солитоном называется нелинейная уединённая волна, представляющая собой устойчивое образование: сохраняет свою форму и скорость при собственном движении и столкновении с себе подобными волнами» – читаем мы в учебнике программы «Ритмология для каждого» «Ничего случайного не бывает» [3, с. 206]. Имя живёт в информационной среде, которая обычно достаточно конфликтная. И если имя не свободно от конфликтной информации, то оно сразу погружается в эту информационную среду (подробнее об этом говорится в фильме «Я как тело, имя, суть») [4]. Святые же – это те, кто смог вывести своё имя из конфликтной информации, и эти имена стали жить над этой информационной средой, поэтому эти имена устойчивы и находятся в положении «над». Этим ритмологически и объясняется, что люди обращаются к именам святых с ожиданием помощи от них.

Автор Ритмометода 7P0 Евдокия Дмитриевна Лучезарнова, наблюдая за именами, за тем, как разные солитоны проявляются, определила, что часть имён удерживают струны [3, с. 117]. Нам известно, что мы живём в Струнной вселенной. Остальные имена располагаются на так называемом Лике [3, с. 139]. Между парными именами (мужскими и женскими), разошедшимися в противоположные друг от друга стороны, начинают натягиваться и удерживаться цветные струны [3, с. 116]. Имена на Лике, встречи с этими именами, определяют наше положение относительно пространства и времени [3, с. 138].

Для того чтобы научиться знаковому прочтению имен (не сразу мне удалось научиться понимать, как имена взаимодействуют), я выполняла ритмики из книги «От лица до лица» [5]. И постепенно, овладевая Ритмометодом 7P0, расширяя своё сознание, я глубже проникала в эту тему, постепенно она раскрывалась для меня, и многое становилось понятным. И тема «Имена» стала одной из самых активных моих тем при взаимодействии с начинающими изучать Ритмометод 7P0, потому что почти каждому человеку интересно узнать, как это «имена планируют жизнь людей, определяя их судьбу» [3, с. 207], и как человеку освободиться от этого влияния.

Имя является одним из элементов знаковой книги человека, которую можно прочитать благодаря ритмологии. Например, я узнала, что имя Ольга расположено в зрачке левого глаза на Лике [3, с. 140]. Лик делится на две части. Левая (женская) часть лика рассказывает о нашем положении в пространстве – левый глаз видит пространство [3, с. 138]. И в пространстве можно, благодаря этому имени, иметь дотации. Когда имя с лика, можно

не сразу действовать, а подождать (у тебя ещё есть время на это) – и тогда ты получаешь возможность научиться думать, прежде чем делать.

Занимаясь ритмологическим прочтением своего имени, я также узнала, что при рождении меня хотели назвать Натальей, но отец настоял, чтобы назвали Ольга. Имя Ольга помогает занимать центральное положение в событии. Как показала жизнь, мне сложно было это делать, а имя Ольга мне помогает в этом. Именно поэтому у меня и был некоторый конфликт с моим именем в раннем подростковом возрасте. Более комфортным было для меня имя Наталья – имя с меньшей возможностью концентрации событий. И мне всегда было более комфортно с Натальями, чем с Татьянами. «Рядом с Татьяной вы можете прожить одновременно несколько событий – так сконцентрировано будет для вас пространство» [3, с. 144]. «Рядом с Натальями событие разворачивается более медленно и не так проявлено как рядом с Татьянами» [3, с. 144].

Также интересно моё взаимодействие с противоположным имени Ольга именем Александр. Имя Александр расположено на Лике в зрачке правого глаза [3, с. 140]. Это имя всегда было рядом со мной, то есть всегда были рядом люди с этим именем. И у меня жизнь рядом с носителями этого имени всегда была напряжённой, а почему так происходило, мне было не понятно. Хочется же, чтобы тебя больше любили, чем напрягали. И именно занятия Ритмометодом 7P0 позволили мне понять, что для обучения, развития и эволюции имя Александр как раз очень полезно. А учиться мне нравилось всегда. Оказывается, для развития мозга я подсознательно и выбирала, чтобы имя Александр было всегда рядом. «Правая (мужская) часть лика подсказывает о нашем положении во времени – правый глаз видит время» [3, с. 138]. Эти имена (Александр и Ольга) не могут существовать одно без другого. Это два равновеликих имени. Если Ольга своевременно встречается с Александром или любым другим именем мужского глаза, она начинает понимать время [3, с. 142].

Занимаясь Ритмометодом 7P0, я научилась ритмологически прочитывать знаковые ситуации. Одной из таких ситуаций можно назвать свою реакцию – когда ты начинаешь сильно на что-то реагировать. Я как носитель имени Ольга сначала сильно реагировала, когда при встрече мне указывали на то, что «опять недоразумение». «Главная особенность имени Ольга в том, что оно демонстрирует пространственные недоумения, несоответствия и показывает недочёты происходящего, а также то, что вы не успели сделать» [3, с. 140]. Пришлось поработать со своей реакцией на это и с отношением окружающих: «Странно, это же ваше недоразумение, я-то тут причём?»

Мне стали встречаться чаще ритмологи, которые восклицали: «Как здорово, сейчас проявятся все недоразумения, и мы их разуплотним». То есть, когда я убрала свою внутреннюю реакцию на ситуацию, ситуация изменилась и снаружи. При сильной реакции на своё имя можно воспользоваться методикой «С-бетонирование имени» [6, с. 264].

Под шапкой имени Ольга я также приобрела достаточный опыт разуплотнения негатива при осмыслении ситуаций, которые напрягают. На Радасте «Этого стыдно не знать» Евдокия Дмитриевна рассказала, насколько это почитаемый труд – труд тех, кто имеет это имя – труд разуплотнения. Потому что, конечно, приходилось много работать над собой с таким именем, которое собирало столько недоумений. Но, по существу, навыком разуплотнения владеют все ритмологи. И ритмологический постулат «всё осмысленное разуплотняется за ненужностью» многими ритмологами достигается. Сейчас этот постулат звучит: «Всё осмысленное после замещения лучшим разуплотняется за ненужностью».

Ритмологически прочитывая подсказки имён, можно диагностировать, а потом и корректировать состояние своих струн. Такой пример. Когда я ещё только начинала осваивать Ритмометод, на работе моя непосредственная начальница с именем Светлана меня постоянно напрягала. Когда я совсем не смогла выдерживать напряжение, которое она мне создавала, и я даже хотела уволиться, но вспомнила, что можно прочесть ситуацию по имени, прочесть, как зовут человека, который вызывает напряжение. Прочитав это, сделала коррекцию, выполнив методику, которая называется «Восстановление струн» [7, 29]. Таким образом, благодаря прочтению этой напрягающей ситуации, я смогла её откорректировать. Этот человек больше меня не напрягал. Светлана, являясь носительницей имени с фиолетовой струны, была вынуждена создавать для меня напряжение, показывая, что у меня состояние этой моей струны не было идеальным; поэтому возникало это напряжение [3, с. 136].

Ещё один пример: однажды, войдя в вагон поезда, я обнаружила там то, что мне не понравилось. То, что там происходило, можно было назвать одним словом: «хаос». Тут же слышу, что упоминают имя, которое находится на чёрной струне. Мне стало понятно, если беспорядок с чёрной струной, то «если вокруг вас начинают концентрироваться какое-то из этих имён (с чёрной струны), то вам нужно быть очень внимательными, так как вы, скорее всего, находитесь на грани хаоса и порядка. Запаса времени на принятие решения у вас уже нет, и вам пора срочно действовать» [3, с. 128]. Тогда я внутри себя проговариваю имена с этой струны, как бы натягивая её. То есть

осмыслила эту ситуацию, поняла, почему это происходит. После этого ситуация изменилась – приходит проводница и успокаивает подростков, которые и создавали этот беспорядок (группа школьников во время каникул тоже в этом вагоне ехали). Такому быстрому эффекту прочтения подсказок снаружи и внутри можно научиться, изучая Ритмометод 7P0. Начать обучение можно с программы «Ритмология для каждого» «Ничего случайного не бывает» самостоятельно или с личным ритмологом.

Ещё один пример прочтения ситуации, которая напрягает. Обычно люди стараются избегать того, что их напрягает, потому что они не владеют ритмологическими знаниями, не умеют читать знаки и подсказки своей жизни.

Я работала со школьниками. Одним из ярких примеров прочтения напрягающей ситуации по именам была история с мальчиком по имени Гарик. В 5-м классе (начало изучения иностранного языка) он постоянно мешал мне проводить урок, т.к. он энергетически был сильнее меня, я не могла с ним справиться ни строгостью, ни уговорами. Он продуцировал отрицание меня и предмета, который я преподавала. По имени мне его не удавалось прочитать, то есть, получается, что в той ситуации не имя подсказывало. И так как я не могла прочитать ситуацию, она у меня усугублялась. Тогда я попробовала расширить для себя картину прочтения и посмотреть его фамилию. А фамилия у него оказалась производной от другого имени – Яков (мужское имя на «Я»). И теперь уже мне удалось понять, почему этот мальчик так себя ведёт. Дело в том, что начинала вести в этой группе предмет, который я преподавала, студентка по имени Яна, потому что я была в отъезде. И у мальчика с этой студенткой выстроились приятные для него отношения, т.к. имя студентки и имя, производное от его фамилии, находятся на одной струне (я прочитала эти имена, как имена на «Я» – имена с белой струны). А когда у человека выстраивается струна, человеку очень комфортно становится. Когда же вместо студентки появилась я, человек с другим именем, для мальчика прежней связи не стало. А так, как имя человека влияет на него, а он об этом не знает, то подсознательно он начинает отрицать человека с другим, не подходящим по каким-то параметрам, именем. Как только я это обнаруживаю и понимаю, конфликт у нас постепенно угасает. И, кроме того, мы становимся друзьями. Обучала я этого мальчика с 5 по 9 класс. Как длительно могла бы ситуация быть напряжённой, если бы я не имела возможность благодаря Ритмометоду её прочесть. «Среди имён жить невероятно интересно, но всегда напряжённо. Напряжённо работает мозг, так как ему нужно ставить задачи, которые он с удовольствием будет решать» [3, с. 159].

II. Далее представлен результат наблюдения за влиянием имён в коллективе одной группы школьников на способность этого коллектива к обучению.

В настоящее время группы, коллективы для обучения создаются без осмысления, какие имена присутствуют в этих группах, классах. И иногда очевидно только ритмологу, почему, например, именно в этой группе обучающимся сложно учиться. Конечно, и другие параметры способствуют или не способствуют обучаемости людей. Но и то, люди с какими именами собрались в данной группе, тоже влияет на обучаемость в данной группе (см. табл. 1).

Таблица 1

<i>Класс</i>	<i>Имена</i>	<i>Имена от фамилии</i>
5-7 класс	Анастасия	
	Илья	
	Илья	
	Валерия	
	Алексей	
	Яна	
	Сержена	
7 класс	– Анастасия	
8 класс	+ Павел	+ Виктор (Александр)
10-11 класс		– Виктор (Александр)

В таблице представлено, какие имена были в группе обучающихся. С 5-го по 6-й класс среди имён присутствовало имя Анастасия. Когда девочка с этим именем находилась в этой группе, мне как учителю, было легко проводить процесс обучения. Это имя находится на самой информационной струне Инфра, и присутствие этого имени в группе помогало в обучении. Ситуация в группе изменилась после того, как девочка ушла из группы. В этой группе в 7 классе мне как учителю стало сложно обучать. Когда же в 8 классе в группу пришёл ученик с фамилией от имени Виктор (имя находится на струне Инфра) и с отчеством от имени Александр, процесс обучения опять активизировался. Изменилась именная картина в этой группе; появились имена, активизирующие процесс мозговой деятельности; и процесс

обучения активизировался. Далее в 10-м классе, когда этот мальчик ушёл из группы, снова стало труднее заинтересовывать детей на процесс обучения. И сами дети это заметили, и не раз вспоминали этого мальчика. Ситуация с этой группой – интересный пример, показывающий имеющееся влияние имён на процесс обучения. Также надо отметить, что такая ситуация наблюдалась в группе, в которой учитель был с именем Ольга, и отчество учителя не было производным от имени с информационных струн, таких как Инфра и чёрная, которые способствуют успешной работе с информацией. Поэтому именно для этого учителя более информационные имена помогали обучать.

III. В Ритмометодe предлагается при анализе своей жизни, например, на курсе «Ничего случайного не бывает» анализировать именную картину или какого-то события, или, например, какие имена вас окружали во время учёбы, работы [8, с. 106]. Такой анализ позволяет увидеть, какие струны у вас проявлены в этом событии, а каких не хватает, а они необходимы, и откорректировать. Кроме того, увидеть, какие имена с Лика представлены в вашем окружении, то есть увидеть своё положение между пространством и временем. А также можно, например, находясь в своём коллективе, анализировать имена, находящиеся рядом. Это позволяет не погружаться сильно в данное событие, всегда быть как бы над ситуацией. В своём профессиональном коллективе я наблюдала, что педагогам с отчеством-именем на чёрной струне или на струне Инфра (или с именем Александр в отчестве) легче обучать и быть лидером.

Я проанализировала, какие имена меня окружали в моей профессиональной деятельности. Анализ имён коллектива, в котором я работала, представлен на рисунках (рис. 1, 2). Прежде для меня акцент при анализе имён был на то, что у меня в коллективе выстраиваются струны Инфра, чёрная, красная и оранжевая. Наличие имён с этих струн говорит о том, что в таком коллективе благоприятная ситуация для обучения, а также здесь можно заниматься творческой деятельностью [3, с. 120]. Состав коллектива, конечно, каждый год немного меняется. Результаты на момент написания этой статьи представлены здесь. И, когда я сделала анализ всех имён, я увидела, что в коллективе больше имён с Лика, а не имён со струн (рис. 2). Думаю, что это объясняется тем, что педагоги занимаются обучением других. Это менее плотная деятельность. Это не деятельность с предметами, с энергией. Педагоги работают больше с информацией, а информация ближе ко времени. Анализ имён в этом коллективе показывает, что среди педагогов может быть больше людей с именами с Лика. У меня и самой имя находится на Лике, и я занималась обучением других достаточную часть моей жизни.

И теперь, если сравнить те познания по теме «Имена», которые я имела до изучения Ритмометода, и то, какими знаниями и навыками я сейчас владею, конечно, это сравнение подтверждает пользу изучения и использования Ритмометода. Изучая Ритмометод и конкретно то, что связано с темой «Имя», я узнала, как проявляется солитон имени Ольга; и теперь я могу пользоваться им, зная, какие задачи можно решить, имея это имя, и как помочь другим через это имя.

Ритмологическая работа со своим именем позволяет развить свой мозг, сделать его легко обучаемым. «Нет хороших и плохих имён. Все имена – лишь подсказки-этикетки, которые позволяют нам ритмологически читать знаковую книгу для грамотного выполнения плана своей жизни» [3, с.135].

«Став солитоном,  
Среды исследование можешь продолжать,  
Сам от неё храним».  
(из ритма «Солитоновая статья» [9, с. 245])

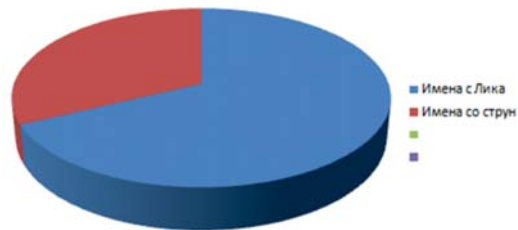


Рис. 1

Имена со струн (женские – 17, мужские – 2)

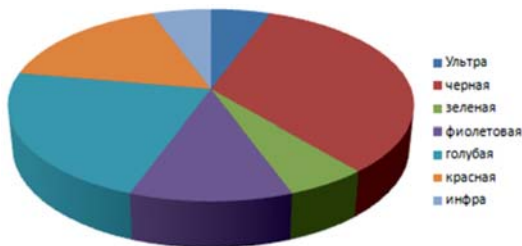


Рис. 2

### Список литературы

1. Словарь личных имён. – URL: [https://dic.academic.ru/dic.nsf/personal\\_names/1691/Olga](https://dic.academic.ru/dic.nsf/personal_names/1691/Olga). – Текст : электронный.
2. Словарь русского языка в 4 т. – Фундаментальная электронная библиотека. – URL: <http://feb-web.ru/feb/feb/dict.htm> Дата обращения: 14.06.2019. – Текст : электронный.
3. Лучезарнова Е.Д. Ничего случайного не бывает. Ритмология для каждого: теор. часть. – СПб. : Ритмовзлёт, 2015. – 408 с.
4. Я как Тело, Имя, Суть : встреча с Е.Д. Марченко. – СПб. : РАДАТС, 2002.
5. Марченко Е.Д. От лица до лика, – СПб. : РАДАТС, 2000. – 96 с.
6. Лучезарнова (Марченко) Е.Д. Откровенное знакомство : в 4-х частях. Часть 2. – М. : РИТМ 52, 2013. – 288 с.
7. Лучезарнова Е.Д. Ритмика для события. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 176 с.
8. Лучезарнова Е.Д. Ничего случайного не бывает. Ритмология для каждого : тетр. для практич. работ. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 368 с.
9. Лучезарнова Е.Д. Звёздные ритмы времени. В 13 т. Том 1. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 272 с.

Суворова Т.А.

### ОПЫТ АНАЛИЗА КОНЦЕПЦИИ ВРЕМЕНИ В РАБОТАХ Е.Д. ЛУЧЕЗАРНОВОЙ И ПРАКТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДАННОЙ КОНЦЕПЦИИ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО МИРА

В естественных науках и философии до сих пор не существует чёткой концепции времени. Распространённое понимание времени как четвёртой координаты (четвёртого измерения) при выходе с бытовой плоскости порождает вопросы, связанные с источником возникновения четырёхмерности нашего пространства. Например, физик-теоретик Марк Ван Раамсдонк из Университета Британской Колумбии предполагает: «Думаю, сейчас мы понимаем, что пространство-время – по сути, всего лишь геометрическая репрезентация запутанной структуры этих фундаментальных квантовых

систем» [1, 2]. Так как термин «запутанность» в квантовой механике означает «...квантовомеханическое явление, при котором квантовые состояния двух или большего числа объектов оказываются взаимозависимыми (например, можно получить пару фотонов, находящихся в запутанном состоянии, и тогда если при измерении спина первой частицы спиральность оказывается положительной, то спиральность второй всегда оказывается отрицательной, и наоборот)» [3].

В философии мы сталкиваемся с ситуацией, когда существует масса вариантов определения времени как субстанции, но единого, удовлетворяющего всех и полностью описывающего явление времени толкования нет. С логической точки зрения, это естественная ситуация – если человечество ещё не имеет точного научно-экспериментального описания времени, то время для нас является объектом изучения, а не уже изученным феноменом. Следовательно, мы с любой точки зрения – в том числе и с философской – не можем иметь исчерпывающего ответа на вопрос о сущности и свойствах времени.

В данной ситуации есть прямой смысл внимательно рассматривать все детально проработанные концепции, связанные с попытками дать свой вариант описания времени как субстанции, свойств времени и взаимодействия времени и человека. Ибо в противном случае есть вероятность утери тех крупиц истины и наблюдений, которые необходимы для дальнейшего продвижения в этом вопросе.

В данной статье мы рассматриваем только одну такую концепцию (остальные – темы для других, отдельных публикаций). Это ритмология, созданная и разрабатываемая писателем, общественным деятелем, профессиональным астрономом-солнечником Е.Д. Лучезарновой.

### Типы времени в ритмологии

Слово «время» является одним из самых употребительных слов в ритмологии. Причём помимо обычного деления на часы и сутки, у Е.Д. Лучезарновой мы встречаемся с попыткой разделить время в соответствии с тем, в какой среде оно протекает. Так, есть Белое (работающее в энергии), Чёрное (в информации), Серое (в знаках), Зари (управляет всеми тремя вышеупомянутыми типами времени), а также Ритмовремя [4].

В ритмологии информация и энергия постулируются как принципиально разные, обладающие взаимоисключающим набором свойств, субстанции [5, 6]. Их взаимоотношения напоминают взаимоотношения восточных Янь и Инь – которые необходимы друг для друга, но при этом полярно противополо-

жны. И, соответственно, процессы изменений этих субстанций, происходящие под влиянием времени, согласно ритмологии, протекают по разным законам. Другими словами, система «энергия плюс время» ведёт себя совсем не так, как система «информация плюс время». При этом поведение времени, его влияние на систему меняется в зависимости от его попадания в энергетическую или информационную среду – то есть время, согласно ритмологии, оказывается не однородным, универсально на всё действующим фактором, а фактором, способным то ли меняться, то ли «поворачиваться» той или иной стороной своих свойств в зависимости от среды, в которую оно попадает.

Именно из-за разницы поведения времени при контакте с энергией или информацией мы получаем ту ситуацию, когда, с точки зрения ритмологии, есть смысл говорить или о «белом» или о «чёрном» времени.

Ситуация с «серым» временем несколько сложнее. Из его названия легко сделать вывод, что оно одновременно регулирует процессы и в информации, и в энергии. Но в ритмологии «серое» время связывают со знаками.

Что слово «знак» означает в понятийном пласте ритмологии?

«Знак всегда идёт от ритма. Знак всегда направлен к ритму» [7, с. 4]. В этой же книге мы читаем, что «Ритм является звуко-буквенно-словарно-информационным блоком, содержащим в себе время» [7, с. 3]. Это определение ритма в ритмологии нам ещё понадобится.

Итак, знак в случае ритмологии – это какое-то проявление взаимодействия времени и того, с чем данное время соприкасается.

Открыв комплект из книги и тетради для самостоятельных работ «Ничего случайного не бывает», мы обнаруживаем целую систему знаков, согласно которой те или иные параметры окружающего нас мира подсказывают об идущих в нём процессах, являясь своеобразными «сигнализаторами» того, что было в прошлом и что будет в будущем. Именно по этой системе знаков в ритмологии предлагают как анализировать своё прошлое, так и прогнозировать предстоящий ход событий.

Безусловно, точность и верность таких прогнозов являются темой отдельного практического исследования, так как, с нашей точки зрения, без надлежащей проверки отвергать или принимать что-либо поддающееся практической проверке является занятием легкомысленным.

Но возвращаемся к вопросу о достоверности знаков, сигнализирующих о процессах во времени, к самой концепции знака как объекта, созданного временем, и поэтому неизбежно несущим информацию о создавших его процессах во времени, нам тут же есть смысл вспомнить то, о чём неоднократно писали толкователи христианского философа и Святого Августина,



утверждавшего, что будущее для человека предсказуемо по признакам, говорящим, что неминуемо будет – неминуемо, потому что само высшее начало, Бог, находится вне времени и может воспринимать всё время одновременно, как разом существующее для него целое [9].

Другими словами, ритмологическая концепция знаков как признаков надвигающегося времени не нова. Интересен и тот факт, что в ритмологии есть и ещё один момент, напрямую перекликающийся с учением Святого Августина – концепция существования высшего, лежащего над временем, мира. О существовании такого мира в ритмологии напрямую говорится, например, в ритме «Путь по Лучу» [10]. Интересно, что описанный в данном ритме мир проявляет и определённое сходство с буддистской Нирваной – личность героя, как таковая, там растворяется и заменяется несколько странным, с бытовой точки зрения, вариантом индивидуальности.

Если же посмотреть на знаки с позиции семиотики, то мы оказываемся перед лицом попытки создать своеобразную коммуникационную систему между человеком и окружающим его миром. В этом мире, как постулирует ритмология, существует информация, достоверно сигнализирующая о процессах и о том, чем эти процессы кончатся сами по себе, в случае отсутствия их искусственной коррекции со стороны человека. Этот знаковый «язык» природы имеет свою кодировку, он рассказывает о текущих в мире процессах и, по концепции Лучезарновой, механизмы, вызывающие появление и передачу данной знаково-ритмологической информации, пока практически не изучены. Поэтому в настоящий момент знаковую систему предлагается наблюдать на уровне совпадений, количество которых не может быть объяснено как случайностью, так и действием уже изученных процессов.

Ценность этой гипотезе придаёт то, что её предлагается проверить на фактологическом уровне, и после данной проверки работать с фактами, на их основе не только создавая и используя семиотические процессы между человеком и окружающим миром, но и параллельно с этим поэтапно разбираться в сути этих процессов.

Но возвращаемся к «серому» времени: «Серое время не характерно для планеты Земля, равно как и нехарактерно для разума типа “человеческий”...» [4]. Если учесть мнение ритмологии о том, что люди ещё плохо умеют работать со знаками [7, 8], то мы видим, что в ритмологии «серое» время оказывается не просто на стыке энергии и информации – а в той зоне взаимодействия энергии и информации, которая ещё почти не освоена человеком, которая особо тесно связана с также неосвоенными знаками.

В книге «Времена календарей» мы встречаемся ещё и со временем Зари, которое позиционируется как управляющее всеми тремя нижестоящими типами времени.

Итак, мы имеем дело не с простым понятием времени, а с подразделением времени на его типы, с иерархией данных типов времени. При этом данная иерархия оказывается вполне явно замкнута на традиционный календарь – если посмотреть на саму структуру книги «Времена календарей», то даже при беглом знакомстве окажется, что каждое из времён, по идее автора, имеет кольцеобразно-волновую структуру. То есть, например, разным дням месяца соответствуют пики активности разных вариантов одного и того же типа времени. Потом месяц заканчивается – и это движение по кругу активности возобновляется.

Точно так же каждому месяцу соответствует свой вариант активности каждого из четырёх типов времён. И каждому году – свой.

То, что эти типы активности времён идеально совпадают с Григорианским календарём, не случайно – по идеям ритмологии, время связано с человеческим мозгом. В неразумной живой и неживой природе полноценное взаимодействие между временем и субъектом или объектом отсутствует. Хотя неразумные субъекты и объекты подвержены действию времени, они, в отличие от разума, не в состоянии сами как-либо влиять на время, не в состоянии запускать или останавливать идущие во времени процессы, не в состоянии по своему желанию перемещаться из одного временного процесса в другой.

То есть время оказывается частично идеальным – то есть существующим и активно взаимодействующим внутри разума – и частично материальным, влияющим на процессы в мире вещества.

Здесь есть смысл вспомнить широко известные эксперименты из области квантовой механики, согласно которым фотон при проходе через щель меняет свои свойства в зависимости от присутствия или отсутствия наблюдателя, ведя себя или как волна, или как частица.

Фактически, ритмологическая концепция времени пытается поставить время в ряд с квантовыми эффектами – потому что, как в вышеупомянутом эксперименте наблюдатель и наблюдаемый образуют одну систему, и поэтому наблюдатель имеет возможность каким-то образом влиять на электрон, так и в концепции ритмологии человек, входящий в любую из систем с объектами и субъектами неживой и живой природы, влияет на их состояние, а они сами повлиять на него не могут. Эта возможность влияния напрямую связана со временем (вспоминаем, что по ритмологии время связано

с разумом). Причём о существовании этого единства системы «наблюдатель и наблюдаемый» прямым текстом говорится, например, в ритме «Нет войне в Чечне и всюду».

Если учесть, что по своему диплому создатель ритмологии является, как уже выше указывалось, астрономом-солнечником, то сложно поверить в отсутствие её знакомства, хотя бы поверхностного, с идеями и понятийным аппаратом квантовой механики.

Теперь, разобравшись с этим нюансом понимания времени в ритмологии, постулат о том, что время может храниться в написанных человеком текстах и структурироваться согласно человеческому календарю, становится достаточно понятным и заметно более логичным. Поскольку ритмологическое понимание времени оказывается отделённым от обычной концепции времени как универсальной структуры, находящейся вне человека, то в ритмологии существует и своя концепция возможностей человека активно взаимодействовать со временем.

Из всего вышесказанного можно сделать ошибочный вывод, что в ритмологии предлагается считать все процессы, идущие в мире, кольцевыми или спиральными. Для рассеивания этой иллюзии необходимо обратить внимание на книгу «Времена жизни». В ней прямым текстом на самой первой странице указывается, что, если «Времена календарей» связаны с взаимодействием человека и окружающего его мира, то «Времена жизни» связаны с самим человеком, его внутренним миром. И в этой книге мы уже не встречаем цикличности – мы имеем дело с 6-ю иерархически организованными уровнями внутреннего времени. Это отсутствие цикличности в идеях, связанных со внутренним миром человека, отлично стыкуется с регулярно транслируемыми через ритмологию идеями о цикличности, спиралеобразности всех процессов в неживой природе – и о полной недопустимости подобной работы разума человека, которому нужна неповторимость и уникальность, т.е. прямолинейное и безвозвратное движение вперёд.

### **Ритм как хранилище времени**

Вернёмся к высказыванию, что «Ритм является звуко-буквенно-словарно-информационным блоком, содержащим в себе время» [7]. Так как мы уже показали неразрывную связь мозга и времени в ритмологии, то можем сделать следующий шаг – а именно, вспомнить тот общеизвестный научный факт, что все звуковые и зрительные образы, в том числе и связанные с человеческой речью, вызывают импульсы в нейронах мозга. Если брать, например,

звуки речи – то мы имеем систему колебаний, которую мозг обрабатывает внутри себя и способен в соответствии с этой системой не только воспринимать и адекватно реагировать на получаемые извне воздействия, идущие по правилам этой системы (то есть по правилам понятного для мозга языка), но и самому генерировать новые сигналы и подсистемы сигналов, которые соответствуют данной языковой модели. Тот же самый процесс – только с участием зрительных образов, а не звуковых колебаний – происходит при контакте с письменными записями.

Процессы, связанные с такой деятельностью мозга, изучены ещё весьма слабо. Но то, что они имеют огромное влияние на поведение человека и на его мышление, оспаривать трудно.

Итак, то, что совершенно точно можно сказать о текстах ритмов (как и о любых других текстах) – это то, что мозг, обрабатывая их, меняется. Эти изменения связаны с тем, что обработка абсолютно любой информации вызывает изменения структуры мозга или за счёт возникновения новых межнейронных связей, или за счёт разрушения старых [14]. Даже процесс забывания влияет на эти структуры [15].

Это даёт нам переход с несколько зыбкой и нуждающейся в серьёзном изучении связи работы мозга и квантовых эффектов в ту область, в которой наука ориентируется уже достаточно надёжно – то есть в область процессов, которые связаны с поступлением в мозг той или иной информации и влиянием данной информации на конкретное поведение и поступки человека.

Именно в данной области идеальное (информация) превращается в реальное, оказывающее самое прямое воздействие на мир вещества, действие. Конечно, установка информации как некоей идеальной субстанции является несколько спорным моментом, но он вызван тем простым соображением, что, при несомненной материальности своих носителей, сама информация является условным кодом, который становится чем-то осмысленным и действительным только в среде людей, чей мозг способен воспринять тот код, на котором записана информация (слова, формулы, т.д.) и обработать данную информацию в соответствии с данными правилами. Вне этой среды информация занимает двойственное положение – с одной стороны, структуры, которые её несут, продолжают своё существование, а с другой стороны, сама хранящаяся в них информация совершенно недоступна восприятию и пониманию данной среды, не существует для данной среды.

О том, насколько сильно влияет информация на наше восприятие мира, можно увидеть из примера с шахматами, приводимого современным философом М.А. Розовым: «...полная аналогия с шахматами: деревянную фигурку

можно двигать как угодно, но ферзь или пешка ограничены в своих возможностях; реальный объект имеет бесконечное количество характеристик, но мы фиксируем только некоторые из них, заданные программой описания» [16].

Итак, от нужной для нашего дальнейшего анализа констатации факта влияния информации как на биологические структуры мозга человека, так и на его поведение, мы возвращаемся к концепции времени у Е.Д. Лучезарновой.

«Время есть изменение» [17, с. 4]. «Время всегда живёт между. Вот почему важно, когда я беру снег и он начинает таять на ладони. В момент таяния выделяется время. Когда же у меня на ладони появляется капля, времени уже нет, это просто капля» [17, с. 6].

Итак, время, с точки зрения ритмологии – это субстанция, которая порождает процесс качественных изменений, приводящих к принципиально иному состоянию объекта или субъекта. Появление времени в его субстанциональной ипостаси в нашем мире возможно только в сам момент качественного изменения. Это приближает ритмологическое понятие времени к физической концепции «свёрнутых» измерений, согласно которой наш мир является многомерным, но при этом развёрнутым только по 4-м измерениям из всех существующих. Согласно данной концепции, все остальные измерения нашего мира имеют крохотную, сопоставимую только с размерами элементарных частиц, протяжённость и поэтому принципиально не наблюдаемы на уровне макромира. Если представить традиционно понимаемое время как четвёртое измерение, то по вектору этого измерения ритмологическое время окажется чем-то вроде или вышеупомянутого «свёрнутого» измерения, или набора таких «свёрнутых» измерений. При этом сама традиционная четвёртая ось координат получает статус четвёртого пространственного измерения.

В этом варианте мы имеем уже вполне осмысленное значение ритмологического постулата про хранящееся в ритмах время. Этот постулат оказывается не чем иным, как предельно спрессованным, сверхсжатым заявлением о том, что те буквы, слова и звуки, из которых состоят ритмы, приводят мозг в то состояние, итогом которого является то, что в ритмологии называется «человек попал во время» – то есть оказался способен или сам производить какие-либо качественные изменения в себе и/или в окружающем мире, либо, как минимум, хорошо ориентироваться в тех качественных изменениях, которые его так или иначе касаются.

### Ценность концепции времени, предлагаемой Е.Д. Лучезарновой

В современном мире мы сталкиваемся с недавно возникшей и не существовавшей в течение всего срока зарождения и становления человеческой цивилизации ситуацией. Речь идёт о тотальной замене практического, личного опыта на теоретический, заимствованный опыт. Примерно до середины XX века практически все люди свой основной жизненный опыт, свои основные представления о жизни получали через своё личное нахождение в тех или иных ситуациях, через опыт действий, производимых их телами, результатов этих действий, а также через воздействие природной и социальной среды на органы чувств и результатов этого воздействия. Количество индивидуумов, получавших свой опыт через внеличностное проживание – то есть через книги – было незначительным по объёму своего влияния на людей, и вариаций опыта, предлагаемого через информаносители, было достаточно мало.

В современном обществе складывается совсем иная картина. Во всех странах, достаточно активно вовлечённых в научно-технический прогресс и в компьютеризацию, основная часть населения сейчас активно получает опыт не через его личное проживание, а через чтение интернет-материалов, прослушивание и просмотривание аудио- и видеороликов. Уже есть поколение, для которого неличное, не связанное напрямую с их телесным проживанием получение информации стало основным с самых первых лет их жизни. Можно сказать, что эти люди сформированы уже не столько своим собственным опытом или переданным им опытом их родителей (который часто оказывается действительно устаревшим, плохо накладывающимся на реалии современной жизни и современного мира) – а полученной ими из интернета информацией.

В этих условиях возникает парадоксальная ситуация, когда реального человека уже формирует информационная среда, созданная чужим опытом и чужим интеллектом (интернет). Причём данная идеальная среда является крайне разнородной, содержащей массу взаимоисключающих идей, мнений, концепций и т.д. Часть из этой информации (произведения искусства) напрямую влияют на эмоционально-чувственную сферу человека, активно её формируя и видоизменяя не в соответствии с реальной материальной жизнью, а в соответствии с условными, созданными авторами художественных произведений мирами.

Кроме того, в интернет на настоящий момент существует огромное количество неточной, а иногда и откровенно фейковой информации. Помимо

этого, мы имеем и огромное количество компьютерных игр, которые являются той информационной интерактивной средой, при помощи которой на мистериальном уровне люди имеют возможность выполнить приятные и желаемые для них действия, невозможные в реальном мире.

То есть в случае интернет мы имеем информационную среду, которая достаточно часто никак не является объективным отражением существующего мира – но при этом является реальной и авторитетной для пользователей интернета.

Каковы бы ни были причины и мотивы массы людей, которые внесли свой вклад в отрыв интернета от материального мира – но мы сейчас столкнулись с феноменом, когда люди оказались сразу в двух мирах – материально-вещественном и информационном. Эти миры находятся рядом, они не заменяют друг друга и не являются точными копиями друг друга.

Люди, привыкшие к классическим формам взаимодействия человека с миром, часто делают упор на то, что раз интернет не является вещественным, то он не является и «настоящим». Но здесь мы сталкиваемся с тем отлично известным физиологам фактом, что мозг человека имеет дело не с самими материальными или идеальными источниками сигналов – а только с самими сигналами, с теми реакциями, которые эти сигналы вызывают внутри человеческого тела [18]. Другими словами, нашему мозгу безразлично, увидели ли мы закат своими глазами или на фото в интернете. Точно так же нашему мозгу во многом всё равно, испытывает ли его владелец счастье от победы на реальном или на виртуальном футбольном поле. Разница между материально получаемыми и получаемыми через интернет переживаниями и впечатлениями, безусловно, влияет на наш организм, который начинает страдать от своей недозагрузки и недоиспользования. Но приходится признать, что на уровне мозга мы оказались отлично приспособлены к получению информации, совершенно не подкреплённой материальными источниками, и способны общаться с ней так же, как и с обычной информацией, полученной нами путём физиологического проживания в условиях тех или иных ситуаций.

В такой ситуации неизбежно появление большого количества методик, направленных на формирование того или иного поведения, умения на базе чистой теории. И если в ситуациях, связанных с мышечной деятельностью, с приобретением навыков использования своего тела для тех или иных действий такой подход является спорным, то для приобретения тех типов навыков, для использования которых необходимы только мозг и интеллект, такой подход выглядит логичным и работоспособным.

В самой ритмологии, в том числе и в книге «Время – это так...», неоднократно упоминается постулат, что время входит в человека через мозг, но при этом во времени могут находиться и мозг, и тело человека.

Если мы учтём некоторые поэтичность и образность, свойственные стилю изложения Е.Д. Лучезарновой, и попытаемся интерпретировать вопрос с вводом времени в человека при помощи более привычных формулировок, то, например, возвращаясь к примеру с тающим снегом, мы видим ситуацию, в которой человек при помощи мышления наблюдает процесс качественного изменения. Человек через свой интеллектуальный и чувственный опыт входит в поле процессов, связанных с качественными изменениями, привыкает иметь дело именно с тем типом ситуаций, когда у него на глазах исчезает что-то старое и появляется что-то принципиально новое. Безусловно, логично предположить, что такой стиль мышления будет отличаться от стиля мышления, основанного на акцентировании и преимущественном наблюдении тех процессов, которые не приводят к качественным изменениям.

Логично представить, что такую привычку к качественным изменениям, к мышлению, имеющему дело с постоянными серьёзными изменениями, влекущими за собой появление чего-либо принципиально нового, можно выработать и посредством чисто вербальных, связанных со словами и кодовыми языковыми системами, методик. То есть в этом варианте время может «храниться» и проявляться уже не как последовательность природных процессов, за которыми наблюдает человек (хотя в ритмологии не отвергается и этот вариант так называемого «набора времени»), но и как совокупность слов, влияющих на мозг через описание подобных процессов, или через разрыв стандартных образных цепочек. В обоих этих случаях мозг человека оказывается вовлечён в процессы, которые по своим характеристикам близки к процессам, описываемым в ритмологии как процессы взаимодействия со временем, процессы накопления времени и т.д.

Кроме того, возможно дальнейшее разделение времени по типам его проявления, по типам тех процессов в мозге человека, которые данное время активизирует. Так, нельзя не упомянуть о ритмовремени – этим термином Е.Д. Лучезарнова называет тот тип времени, который, судя по многим её высказываниям, является для неё главнейшим из всех типов времени. Ритмовремя не может передаваться через природу и природные носители, так как их структура на том уровне, который может фиксировать человек при помощи своих ощущений, недостаточно сложна для этого. Передать ритмовремя в мозг может только человеческая речь, причём не всякая, а организованная в особо сложные конструкции, описывающая сложные процессы и при

этом использующая неоднозначную и многовариантную систему понятий. Тексты ритмов являются примером такой речи.

Подобный тренаж мозга является принципиально интересным для людей, любым образом связанных с вопросами адаптации человека в современном мире. Поскольку в XXI веке, как и в конце XX, наблюдается очень быстрая качественная смена реалий окружающего мира, на данный момент как учёные, так и рядовые граждане оказываются перед лицом вопросов, связанных с успешной и быстрой адаптацией человека в новой среде – то есть, говоря языком ритмологии, перед лицом необходимости ввода человека во время, улучшением способности человека работать со временем.

В настоящий момент науке не известны универсальные и массово работающие способы быстро повысить адаптивную способность людей, их способность к замене устаревших привычек и парадигм мышления на новые, необходимые для успеха в реальном современном мире. Медленная (или вообще отсутствующая) приспособляемость к новой среде жизни уже приводит к широко известной ситуации мировоззренческого и поведенческого разрыва «компьютерного поколения» и предыдущих поколений, что ведёт не только к резкому расслаиванию общества по возрастам, но и к появлению массы трудоспособных, но не способных к эффективной работе в условиях компьютеризации людей, что не может не иметь негативные последствия как для экономики, так и для социальной обстановки в целом.

В этом контексте есть смысл проверить практическую эффективность ритмологии, сравнив реальный среднестатистический адаптационный потенциал людей, занимающихся по этим методикам, и их ровесников, никак не связанных с ритмологией.

Этот вопрос стоит попытаться решить именно с точки зрения практических результатов, так как вопрос преимущества текстов ритмов над другими текстами в смысле содержания в них времени на данный момент может быть решён только так. Это связано с тем, что современная наука ещё не имеет надлежащего экспериментально-теоретического базиса, который бы позволил теоретически рассчитать влияние того или иного текста на развитие тех или иных способностей людей. Мы верим, что задача влияния информации на мозг (в любом виде поступления данной информации – в звуковом, буквенном, зрительно-диаграммном, т.д.) со временем будет решена. Но из-за чрезвычайной сложности и индивидуальности работы мозга каждого человека такие методики точных теоретических расчётов взаимодействия мозга и поступающей в него информации на настоящее время остаются делом будущего.

### *Список литературы*

1. Mark Van Raamsdonk. – URL: [https://en.wikipedia.org/wiki/Mark\\_Van\\_Raamsdonk](https://en.wikipedia.org/wiki/Mark_Van_Raamsdonk). – Текст : электронный
2. Фундаментально ли время во Вселенной. – URL: [https://naked-science.ru/article/physics/fundamentalno-li-vremya-vo?utm\\_source=yxnews&utm\\_medium=desktop](https://naked-science.ru/article/physics/fundamentalno-li-vremya-vo?utm_source=yxnews&utm_medium=desktop). – Текст : электронный
3. Квантовая запутанность / Википедия. – URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki/ю> – Текст : электронный.
4. Лучезарнова Е.Д. Времена календарей. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2016.
5. Лучезарнова Е.Д. Освобождение от энергии. Т. 1, 2. – СПб. : РАДАТС, 2005.
6. Лучезарнова Е.Д. Освобождение от информации. – 3-е изд. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2019. – 632 с.
7. Лучезарнова Е.Д. Знакомься – знак! Знакомьтесь, знаки! – М. : РИТМ 25, 2010.
8. Лучезарнова Е.Д. Ничего случайного не бывает. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015.
9. Возникновение мира: современная наука и святоотеческая экзегеза. – URL: <https://pravoslavie.ru/31091.html>. – Текст : электронный.
10. Лучезарнова Е.Д. За моей невозможностью. – СПб. : РАДАТС, 2003.
11. Эксперимент квантового ластика. – URL: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Эксперимент\\_квантового\\_ластика](https://ru.wikipedia.org/wiki/Эксперимент_квантового_ластика). – Текст : электронный.
12. Лучезарнова Е.Д. Информощедрость. – СПб. : РАДАТС, 2003.
13. Лучезарнова Е.Д. Времена жизни. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018.
14. Обработка информации в мозге человека. – URL: <https://studfiles.net/preview/4533623/>. – Текст : электронный.
15. Усиленная обработка нежелательных воспоминаний помогла их забыть. – URL: [https://nplus1.ru/news/2019/03/12/forgetting?utm\\_source=yxnews&utm\\_medium=desktop](https://nplus1.ru/news/2019/03/12/forgetting?utm_source=yxnews&utm_medium=desktop). – Текст : электронный.
16. Розов М.А. О природе идеальных объектов науки. – URL: <https://iphras.ru/page50030643.htm>. – Текст : электронный.
17. Лучезарнова Е.Д. Время – это так... – М. : РИТМ 25, 2011.
18. Дэвид Иглмен. Мозг: Ваша личная история. – URL: [https://www.e-reading.club/bookreader.php/1047090/Iglmen\\_\\_Mozg\\_\\_Vasha\\_lichnaya\\_istoriya.html](https://www.e-reading.club/bookreader.php/1047090/Iglmen__Mozg__Vasha_lichnaya_istoriya.html). – Текст : электронный.
19. Григорьев Б.В. Семиология. Теория и практика знаковой деятельности. – Владивосток : Изд. ДВГУ, 2003.

20. Моисеев Н.Н. Компьютеризация, её социальные последствия // Вопросы философии. – 1987. – № 9.

21. Жданов Г.Б. Плюсы и минусы тотальной компьютеризации // Высокие технологии и современная цивилизация : материалы конференции. – М., 2008.

22. Носов Н.А. Виртуальные и компьютерные технологии и культура // Высокие технологии и современная цивилизация : материалы конференции, – М., 2007.

*Тужикова Л.В.*

### **РИТМОМЕРЫ КАК УНИКАЛЬНАЯ МЕТОДИКА РИТМОМЕТОДА 7P0: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ И ПРАКТИЧЕСКИЙ АСПЕКТЫ**

Методику «Ритмомера» Евдокия Дмитриевна Лучезарнова, автор Ритмометода 7P0, дала слушателям «ИрЛЕм» достаточно давно. Первый сборник ритмомер был издан в 2005 году, затем в 2008 году появилась вторая книга. В 2013 году после Радаста «БИИ-Циферблат» Институт ритмологии предложил своим слушателям принимать ритмомеры в новом формате. Методика постоянно развивается и корректируется её автором.

В данной статье предлагается рассмотреть теоретический и практический аспекты данной методики: понятие ритмомеры, её отличительные особенности, направления деятельности и исследование этапов ритмомеры и полученных результатов.

Понятие ритмомеры очень многогранное, и автор даёт разные определения ритмомеры:

«Ритмомера – это инструмент, позволяющий решить многие проблемы» [1, с. 3];

«Ритмомеры – это граница прохода во время». «Ритмомеры являются той границей, которая позволяет человеку из обычного пространственного существа, привычного, обычного, стереотипного, перейти в состояние, которое называется “время”, и начать жить в полную меру удовольствия и наслаждения разумностью» [3, с. 22];

«Ритмомеры вокруг событийного поля образуют прозрачную плёночку. Если они все приняты, то у вас начинает срабатывать Закон замещения» [3, с. 23];

«Ритмомеры – это выполнение Законов Радаста по отношению к законам обычного мира» [3, с. 22];

«Ритмомеры можно применить и к себе, и ко всем живущим на этой планете» [3, с. 22];

«Всегда всё можно откорректировать, коррекция идёт через ритмомеры» [2, с. 18];

«При потере ритмологичности всегда остаются ритмомеры, которые нужно применять» [6, с. 202];

«Любую проблему можно решить пространственными, горизонтальными средствами, но лучше её решать из времени, она тогда решается. И на все проблемы у нас тоже есть ритмомеры. Из времени, благодаря ритмомере, вы можете убрать любую проблему» [2, с. 18];

«Ритмомеры убирают всё то, что мешает войти во время, насладиться собственной жизнью и испытать состояние счастья» [9, с. 25].

Целью ритмомеры является протягивание нитей и выход из ущерба, проблемы, мистерии при помощи ритмологии, ритма, ритмики.

Рассмотрим структуру ритмомеры. Название ритмомеры двойное. В первой части содержится проблема, во второй – эффект или результат, который должен получить человек. Например, «Растворение обиды. Жизнерадостность», «Вычленение зависти. Разумность». В настоящее время разработано 35 ритмомер.

Ритмомеры по направлению делятся на информационные, энергетические и пространственные. Например, «Энергосовмещение. Сгусток энергии», «Информообмен. Сгусток информации», «Распознавание мести и лести. Основательность и стойкость».

Работа с ритмомерой состоит из трёх этапов. На первом этапе проводится ритмологический анализ и опорной частью является ритмология. Здесь вводятся такие понятия, как ущерб, проблемы и мистерии.

Чтобы понять суть действия ритмомеры, стоит обратиться к таким темам, как виды памяти и стадии развития мозга. В ритмомере сам текст является инструментом и основой для протягивания нитей. В результате работы активизируются все виды памяти: цветовая – через просмотр видеосюжета ритмомеры, смысловая – через прослушивание ритмомеры в авторском исполнении, оформленная – через прочтение опубликованного текста ритмомеры. Далее предлагается по теме, которая вызывает неудобства, собрать нити – ущербную, проблемную и мистериальную. Понятия «ущерб, проблемы» связаны со стадиями работы мозга человека. Автор Ритмометода рассматривает несколько стадий мозга. Первая – стадия пробуждения – жизнь мозга

в ущербах. В книге «Вскрытие капсулы времени» даётся определение ущербов – это когда с человеком расправилась природа, кому-то что-то недодала. Например, могла недодать зрения, или слуха, или здоровья. В другом источнике – «Апофеоз, или Обретение лучезарности» – даются определения и характеристики белой и чёрной ущербности, свойственных практически каждому в тех или иных дозах. Автор даёт рекомендацию: если вы встретили человека в состоянии ущербности, значит, его мозг спит и его надо пробуждать. Пробуждается мозг ритмомерами.

Следующей стадией развития мозга является стадия раздражения – это жизнь мозга в проблемах. Обида, страх, предательство, зависть, месть, воровство и т.д. «То есть проблема – это то, что не навсегда, а на какой-то отрезок времени». «Любую проблему можно решить пространственными, горизонтальными средствами, но лучше её решать из времени, она тогда решается. И на все проблемы есть ритмомеры. Из времени, благодаря ритмомере, вы можете убрать любую проблему. Тогда мозг из раздражённого состояния переходит в возбуждённое. В состоянии возбуждённого мозга у нас нет проблем, здесь просто события» [2, с. 18].

Иногда человек может попасть в мистирию, а именно проигрывание событий в песнях, танцах, театральных постановках. Образ, созданный в результате проигрывания той или иной роли, заставляет человека прожить часть жизни неосознанно, подчиняясь законам мистирии. Ритмомера помогает аннигилировать мистириальную нить и вернуть человека на собственную траекторию.

На втором этапе предлагается работа с ритмом, опубликованным в ритмомере: чтение, переизлучение, заучивание наизусть. Ритм – это субстанция, выводящая человека из определённого цикла и выстраивающая переход человека из прошлого в будущее. Поэтому в ритмомере ритм создаёт так называемый «канал» от прежнего варианта жизни человека к новому, обозначенному вторым названием ритмомеры. В ритме нет ущербов и проблем, есть те события, которые будут способствовать развёртке будущего, формируемого ритмикой. В то же время ритм подсказывает недоработки, трещинки, которые могут стать помехой в дальнейшей коррекции жизни человека.

На третьем этапе проводится ритмика. Ритмика – это проведение времени через пространственные субстанции для материализации или дематериализации. Именно на этом этапе происходит строительство того будущего, которое затем по каналу, заданному ритмом, перейдёт в настоящую жизнь человека.

Автор говорит о ритмомерах: «Я подбирала ритмомеры к каждой форме существования человека и тех, кто рядом с ним. Это такой сложный процесс: нужно было настроиться на всех вас и подобрать именно ту ритмомеру, которая даст возможность разместиться вам в Чёрном времени, или в Белом времени, или во времени Зари, или в Сером времени. Важно, чтобы Ритмометод вы познавали со всех сторон, из всех времён» [6, с. 124].

В продолжение методики создан спектакль «Выбор ритмомер», который помогает увидеть то или иное привычное событие из времени и подсказывает, как эффективно проводить коррекцию через ритмомеры, если вдруг становится неудобно. На канале «Ритмовремя-ТВ» создана рубрика «Ритмомерный веер», где профессиональные ритмологи делятся практическим опытом проведения той или иной ритмомеры.

2019 год объявлен годом времён жизни, и в книге «Времена жизни» автор акцентирует внимание на том, что начинаются «Времена жизни» с ритмомер [3, с. 22].

Итак, ритмомера – это уникальная методика, которая позволяет человеку с помощью времени самому корректировать собственную жизнь, убирая ущербы и проблемы и сохраняя драгоценное время жизни.

Задачи ритмомеры:

- Сберечь драгоценное время жизни человека.
- Разместить человека во времени.
- Пробудить мозг человека и довести его до стадии возбуждения.
- Активизировать память человека.
- Помочь провести коррекцию собственной жизни.
- Убрать помехи, вывести человека из состояния ущербности, решить проблемы.
- Помочь человеку, имеющему координаты, сохранить состояние ритмологичности.

Предлагаю рассмотреть результаты небольшого исследования, которое было проведено в 2019 году. Целью исследования было изучение этапов принятия ритмомеры и полученных результатов.

Целевая аудитория: в опросе приняли участие 18 человек, среди них: профессиональные ритмологи (личные, сопровождения, консультирования, здоровья) – 8 чел., бескоординатные – 2 чел., координатные, имеющие ритмостаж от 2 до 20 лет – 8 чел.

На вопрос «Как часто Вы принимаете ритмомеры?» получены ответы:

- Принимаю ритмомеры по необходимости, т.к. приняты ранее все ритмомеры – 9 чел.;
- Принимаю ритмомеры 1 раз в квартал – 1 чел.;
- Принимаю ритмомеры 1 раз в месяц – 6 чел.;
- Принимаю ритмомеры 1 раз в неделю – 2 чел.

*Вы планируете продолжить принимать ритмомеры?*

- Да – 18 чел.

*Вам удалось вытянуть:*

- Ущербную нить – 13 чел.;
- Проблемную нить – 17 чел.;
- Мистериальную нить – 8 чел.
- Другие ответы:

С личным ритмологом проще вытягиваются нити и результаты ярче. Стала больше разуплотнять и уплотнять.

*Вы смогли зафиксировать взаимодействие со стрелочкой Ритм в ритмомере?*

*Проявились слова или фразы из ритма:*

- Да – 13 чел.;
- Не отследили – 5 чел.

*Ритм легко или сложно запоминался:*

- Легко – 5 чел.;
- По-разному, в зависимости от ритмомеры – 8 чел.;
- Сложно – 5 чел., особенно в информационных ритмомерах.

*Ритм помог увидеть непроработанные трещинки:*

- Да – 11 чел.;
- Ритм подсказал другие темы, на которые необходимо обратить внимание – 4 чел.;
- Не отследила – 3 чел.;
- Другие ответы:

Особенно проявляются слова или фразы после переизлучения ритма. Ритм многогранен, даёт импульс, подвигает тебя на какие-то действия. Ритм подсказывает, что нужно вернуться к этой теме, убрать помехи.

*Вам удалось отследить результаты принятия ритмомеры?*

Улучшилось состояние:

- Да – 15 чел.;
  - Сложно сразу отследить свое состояние – 3 чел.
- Удалось решить проблему:
- Да – 10 чел.
  - Частично – 8 чел.

Другие ответы:

Настроение после ритмомеры всегда на порядок выше, чем было.

*Вам удалось отследить результаты принятия ритмомеры?*

Удалось вывести из себя стереотипы:

- Да – 11 чел.
- Частично – 4 чел.
- Нет – 3 чел.

Другое:

После каждой ритмомеры уходят стереотипы, меняется отношение к событию.

Ритмомеры, принятые с ритмологом, позволяют собрать воедино многие темы, увидеть в объёме свою настоящую жизнь.

Ритмомеры помогают изменить жизнь к лучшему и более осознанному проживанию и пониманию происходящего в жизни.

Меняется отношение к теме. Через ритмомеры стала относиться лояльно к коллегам по работе.

Изменилась сама, переосмыслила многое в своей жизни.

Часто одна ритмомера плавно переходит в другую, подсказывая, над чем далее необходимо поработать, чтобы окончательно освободиться от проблемы или ущерба.

Итак, тема «Ритмомеры» – актуальная, многогранная и требует разностороннего изучения и глубокого исследования в теоретическом и практическом аспектах.

Возможные темы для дальнейшего исследования методики «Ритмомера»:

- Исследование применения ритмомер по направлениям: энергетические, информационные, пространственные.

- Влияние ритмомеры на качество жизни человека.

- Изучение использования в своей практике методики ритмомер профессиональными ритмологами.

- Изучение определённой тематической ритмомеры.



– Ритмомеры – это выполнение Законов Радаста по отношению к законам обычного мира.

– Ритмомеры вокруг событийного поля образуют прозрачную плёночку. Если они все приняты, то у вас начинает срабатывать Закон замещения.

– Ритмомеры как способ сохранения состояние ритмологичности.

#### *Список литературы*

1. Ритмовремя // Вестник координатного мира. – № 3 (107), № 6 (105).
2. Марченко Е.Д. Вскрытие капсулы времен. – СПб. : РАДАТС, 2010 – 32 с.
3. Лучезарнова Е.Д. Времена жизни. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 112 с.
4. Разница между методикой и технологией. – URL: <https://thedifference.ru/chem-otlichaetsya-metodika-ot-texnologii/>. – Текст : электронный.
5. Гладкая В.В. Технология и методика: сущность, структура (к вопросу о профессиональной компетентности). – URL: <https://nsportal.ru/blog/nachalnaya-shkola/all/2012/03/25/tekhnologiya-i-metodika-sushchnost-struktura-k-voprosu-o->. – Текст : электронный.
6. Марченко Е.Д. Координатная полноценность. – М. : РИТМ 25, 2010. 248 с.
7. Лучезарнова Е.Д. Жизненно необходимо быть полезным Основному лучу. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2016. – 272 с.
8. Марченко Е.Д. Введение в Метод 7P0. – М. : РИТМ 25, 2010. – 32 с.
9. Марченко Е.Д. Серия книг Ритмомеры. – М. : РИТМ 25, 2010 – 2015. 25 с.

## **РИТМОЛОГИЯ И НАУКИ**

*Безлюдько Л.В.*

### **ТВОРЧЕСКАЯ САМОРЕАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОМУ ИСКУССТВУ**

*Аннотация.* Статья посвящена исследованию возможностей творческой реализации личности в процессе освоения навыков изобразительного и декоративно-прикладного искусства. Рассматриваются психологические и философские аспекты темы, а также возможность охарактеризовать особенности творческой самореализации личности в процессе обучения изобразительному искусству в разделе декоративно-прикладного искусства

*Ключевые слова:* творческая самореализация, личность.

Современные исследования, посвящённые проблеме творческой самореализации, свидетельствуют о том, что её успешность способствует не только развитию профессиональных, социальных и личностных компетенций, но и обеспечивает удовлетворяющий самого человека уровень качества жизни.

Особую значимость творческая самореализация личности приобретает в трудные жизненные ситуации, спровоцированные как внешними вызовами, так и индивидуальными, личностными трудностями, возникшими вследствие недостатка внутренних ресурсов, утраты жизненного целеполагания и других негативных проявлений в жизни человека. В настоящее время в связи с бурными процессами интеграции и глобализации мирового сообщества возникает немало противоречий, особенно среди школьников, которые всё чаще сталкиваются с противоречиями между потребностью активного самовыражения в разных сферах жизнедеятельности и отсутствием эффективного механизма самореализации, обусловленного внешними и внутренними препятствиями, стремлением достичь успеха в обществе и профессии, стать независимыми и конкурентоспособными, и неспособностью определить приоритетную сферу в своём самоосуществлении.

Проблема творческой самореализации личности, бесспорно, возрастает в современном обществе – в столь большом и сложном мире человеку необходимо «найти себя», определить свой жизненный путь. В современном социально-гуманитарном познании наблюдается растущий интерес

не только к понятию «самореализация личности», но к взаимосвязанным понятиям – «самосознание», «ценности», «жизненные стратегии», «жизненный мир», «жизненное пространство». Данная ситуация не случайна, а связана «как с логикой и закономерностями развития соответствующих областей гуманитарного знания, так и с современным социокультурным контекстом».

Можно предположить, что творческая самореализация личности будет осуществлена при соблюдении следующих психолого-педагогических условий:

- мотивация к творческой деятельности;
- целенаправленность и систематичность в художественно-творческой деятельности;
- создание творческой среды, способствующей развитию декоративно-прикладного искусства среди школьников.

Творческая самореализация личности – это процесс, длящийся в течение всей жизни. Она возможна тогда и только тогда, когда сам человек осознает свои потребности, интересы и возможности.

Новую смысловую наполненность данной темы позволяет получить концепция Е.Д. Лучезарновой о «знаковом проявлении в жизни», а именно личность способна осознать собственную реализацию при условии понимания «неслучайности» собственной жизни, умения видеть «знаковую развёртку» творческого процесса.

«Художникам очень знакомо это состояние, если они свои картины где-то выставляли. На выставке всегда ожидание того, кто оценит, кто придёт, поймёт, и для кого это написано в конечном итоге, если даже мы его до конца не знаем – этого зрителя, слушателя. Это состояние всех людей искусства: всегда надо увидеть того, для кого ты это сделал».

И когда второй шаг мы делаем, начинаем служить всем людям в надежде найти единственного: кто же, наконец, поймёт того, кто есть – то есть “пойми меня: я есть твой знак, ты обязан меня прочесть, потому что я сам себя прочесть не могу, я не есть свой знак – я есть знак твой”» [2, с. 160].

То есть умение достичь такого состояния, когда основной мотивацией к творческой деятельности становится осознание значимости и важности этой деятельности. Как пишет Е.Д. Лучезарнова, «состояние, когда ты знак, это абсолютно роскошное состояние, когда ты вестник, потому что человек понимает, что он сейчас весь сияет, становится таким ослепительным, становится живым магнитом, который притягивает всех вокруг. Все с удовольствием к нему подходят, а он стоит, как статуя, как монумент. Тогда он говорит: “Я свою цель должен выполнить. Я должен до конца оставаться

в своём плане. Я обязан это сделать”. Это творческое горение – “Я обязан это сделать”. И если его спросить: “Кто тебя обязал? Для кого ты всё это делаешь? Зачем ты всего этого достигаешь?” – человек не может ответить по-настоящему, но он настолько горящий, что все к нему тянутся, он всегда привлекателен. Состояние знака всегда привлекательно» [2, с. 161].

### **Использование изобразительного искусства в разделе декоративно-прикладного искусства для творческой самореализации личности**

Декоративно-прикладное искусство как раздел изобразительного искусства имеет антропологическую сущность. Под орнаментом понимают узор, построенный на ритмически повторяющемся расположении элементов. В основе орнамента могут быть мотивы растительного и животного мира, геометрические фигуры и линии, изображения различных предметов. Люди верили в охранную силу орнамента с момента зарождения человеческой культуры и придавали ему символический смысл, полагая, что он обладает оберегающими свойствами от всевозможных бед (так как человек жил в условиях постоянной опасности), приносит счастье и благополучие.

Впоследствии орнаментальное искусство стало традиционным народным и ремесла служили способом хоть немного разнообразить и украсить тяжёлый и небогатый крестьянский быт, скоротать долгие зимние вечера за интересным делом. Орнаментом или резным узором было украшено всё, начиная от конька избы и кончая домашней утварью, предметами труда, одеждой. Он приобрёл значение основного декоративного элемента, в котором воплощалась творчески-созидательная энергия ремесленника. Ремесленное производство – товарное. Ремесленник должен был подчинить всю эту технологию обычаям, обрядам, вкусам, человеческим потребностям своей эпохи, передать импульс своего творчества другим людям. Дурновкусия стеснялись, его скрывали даже особи, отмеченные властью. Так начал зарождаться эстетический вкус.

Если рассматривать орнаментальное искусство как проявление первичного ощущения единого ритма жизни, то можно отметить, что само декоративно-прикладное искусство возникло как форма выражения этого ритма.

Е.Д. Лучезарнова [1] в своей философской концепции «живого ритма» говорит о том, что главное назначение ритма – организация жизни. Ритм как организатор жизни является несущим импульсом, позволяющим создавать вариации реальности, повторы или вносить изменения в окружающую реальность через различные формы фиксации и описания.

Народное искусство любого этноса является энциклопедией разнообразных знаков и символов, в которых «закодированы» представления о миро-здании, отношении к окружающему миру. Возможность прочтения на изделиях, выполненных народными умельцами, знаков и символов, раскрытие графических схем становится большим стимулом познавательной деятельности, приносит интеллектуальное удовлетворение. Раскрытие их смысла помогает проникнуть в «творческую мастерскую» декоративно-прикладного искусства, делает его восприятие более осознанным и эмоциональным. Информационная ценность одного и того же орнаментального мотива меняется в зависимости от того, каков запас знаний и впечатлений у человека, воспринимающего его. От этого зависят смысл и значение орнаментальной композиции и формы, её обрамляющей. Таким образом, орнаментальные мотивы оказываются своеобразными «онтологическими узлами» подобных связей.

Культура в целом рассматривается как система ценностей и смыслов, заложенных в различных культурных текстах, в нравах, обычаях, традициях, жизнедеятельности людей, социальной практике. Классифицируя ценности на материальные и духовные, нужно отметить, что различие между ними условно. Материальные объекты имеют, как правило, духовно-культурную ценность, а духовные ценности неразрывно связаны с материальными объектами или имеют материальную оболочку.

Ценности – это основа и фундамент культуры. Народное декоративно-прикладное искусство не сводится лишь к созданию произведений материальной культуры, но играет большую роль в развитии ценностного сознания личности, поскольку заключает в себе комплекс духовной сущности народной жизни, с опытом нравственных чувств, знаний и норм поведения. В данном контексте оно выступает необходимой составляющей творческой самореализации личности, за счёт обращённости народного искусства к человеку и воздействия на его интеллектуальную и эмоционально-чувственную сферы. Следовательно, сущность красоты или информационная ценность произведений народного декоративно-прикладного искусства обусловлена аксиологической направленностью (ценность онтологична благодаря вкусу) [3, с. 56].

В народном декоративно-прикладном искусстве существует определённый набор орнаментальных мотивов и композиций, стилистических приёмов, ставших традиционными. Традиционность в орнаменте скрывает за собой некую избирательность прототипов, которые соотносятся с социокультурными, духовными устремлениями, художественными нормами и идеалами народа, при этом форма должна отличаться выразительностью

и вызывать положительную эстетическую реакцию. Образы орнамента непосредственно связаны с представлениями народа о красоте и гармонии. Таким образом, орнамент суммирует, обобщает и сохраняет эстетический опыт народа, воплощая его в универсальных и гармоничных образах, выступая выразителем художественной памяти народа и его ценностей.

Обработка культурных констант в сознании дифференцируется на специализированные и автономные информационно-чувственные модули (цвет, плоскость, объём, контур, ритм, динамика, тембр, высота звука и т.п.) или эстетические коды. Они структурируют восприятие, выделяют подлежащие оценке элементы, пространственно-временную последовательность их связи и эмоциональную окрашенность в соответствии со схемами индивидуального и коллективного опыта. Весь этот процесс подвергается интуитивно скрытой цензуре вкуса. Нарушение вкуса вызывает неполадки в нервной системе [1, с. 267].

Если поступающая эстетическая информация не укладывается в культурные модели вкуса, то она зачастую игнорируется и не доходит до нашего сознания, хотя и воспринимается органами чувств. В этой связи мы полагаем, что весьма важно изучение эстетической информации в декоративно-прикладном искусстве других народов, для формирования и совершенствования своих собственных вкусовых предпочтений.

С другой стороны, процесс творческой самореализации личности даёт большое эстетическое наслаждение, являющееся одним из главных аспектов в развитии активности школьников, формировании эстетических вкусов, способностей, потребностей и ценностной ориентации.

Кроме того, сам по себе предмет искусства является «инструментом» наслаждения, делаая человека сопричастным к творчеству художника. Следовательно, народное декоративно-прикладное искусство позволяет выявить эстетические и гедонистические характеристики.

Более того, именно навыки декоративно-прикладного искусства позволяют получить ощущение смысловой, знаковой наполненности своих действий, или состояние творца.

Понимание особенностей отдельных национальных традиций в сфере декоративного искусства приводит к мысли о том, что существуют некие основополагающие законы формирования этих традиций, законы, продиктованные определёнными ритмами этносов, ритмами окружающей природной среды. Более того, сами ритмы, организующие те или иные формы культурных образований, способны взаимодействовать между собой и оказывать влияние на соприкасающиеся виды творчества.

Е.Д. Лучезарнова в своих работах именно влиянием ритма объясняет такое творческое состояние, как вдохновение.

С целью подтверждения вышесказанного, нами было проведено педагогическое исследование. Исследование проводилось в период с 27 октября 2018 года по 30 апреля 2019 года в детской школе искусств. Линейным экспериментом было охвачено 25 детей – экспериментальная группа в начале исследования и контрольная по его окончанию.

Цель нашего исследования состояла в изучении характера связи творческой самореализации личности детей и использования изобразительного искусства в разделе декоративно-прикладного искусства как первичного отображения внутреннего ритма человека и сочетания его с внешними природными ритмами.

Исследование проводилось в несколько этапов и включало в себя использование в работе со школьниками различных методик декоративно-прикладного искусства, беседы с детьми и родителями, чтение развивающей литературы.

В рамках психодиагностического исследования было проведено три методики: методика «Индекс удовлетворённости своей деятельностью» (В.А. Ядов, модификация Н.В. Кузьминой, А.А. Реана), вербальные и образные тесты творческого мышления Торренса и батарея тестов креативности Е.Е. Туник (создана на базе креативных тестов Гилфорда) [4, с. 5].

Для развития творческой самореализации личности школьников была разработана методика использования декоративно-прикладного искусства. Программа актуальна, поскольку предполагает формирование ценностных эстетических ориентиров, художественно-эстетической оценки и овладение основами творческой деятельности, даёт возможность каждому реально открывать для себя волшебный мир декоративно-прикладного искусства, проявить и реализовать творческую самореализацию личности.

Разработанная программа включает в себя теоретическую и практическую части. Первая содержит сведения о народных промыслах, из истории развития мягкой игрушки, ниточного и драпового коллажа, данные по материаловедению, технологии изготовления и украшения изделий. Даются основные сведения о композиции, моделировании и дизайне изделия.

В практическую часть входят занятия, на которых ученики овладевают приёмами изготовления мягкой игрушки, вышивки по картону, техникой драпового и ниточного коллажа.

Целью программы является:

- формирование творческой самореализации личности обучающихся путём создания условий для самореализации личности;
- содействие жизненному самоопределению учащихся.

Задачи.

Обучающие:

- познакомить учащихся с историей и современными направлениями развития декоративно-прикладного творчества;
- научить детей владеть различными техниками работы с материалами, инструментами и приспособлениями, необходимыми в работе;
- обучить технологиям разных видов рукоделия.

Воспитательные:

- привить интерес к культуре своей Родины, к истокам народного творчества;
- воспитывать уважительное отношение между членами коллектива в совместной творческой деятельности;
- развивать потребность к творческому труду, стремление преодолевать трудности, добиваться успешного достижения поставленных целей.

Развивающие:

- развивать природные задатки, творческий потенциал каждого ребёнка: фантазию, наблюдательность;
- развивать образное и пространственное мышление, память, воображение, внимание, творческое и символическое мышление;
- развивать моторику рук, глазомер.

Особенностью данной программы является то, что она даёт возможность каждому ребёнку попробовать свои силы в разных видах декоративно-прикладного творчества, выбрать приоритетное направление и реализовать себя.

Формы занятий разнообразны, это могут быть экскурсии, организация школьных выставок, беседы об искусстве, наблюдения за явлениями природы, практическая работа в мастерской.

Сроки реализации программы и режим работы. Программа предназначена для обучения детей 7-12 лет. Методика преподавания в основном опирается на школьный раздел в программе «Технология», но с учётом разных целей обучения и спецификой детского объединения (разновозрастной состав учащихся, добровольность посещения занятий, возможность прекращения работы, появление «новичков» в любое время).

Формирование навыков реализуется через развитие художественного вкуса, становление индивидуального творческого воображения и фантазии.

В ходе обучения учащиеся осваивают общетрудовые и специальные умения для проектирования и создания творческих работ, учатся умению ставить цель и организовать её достижение, развивают интеллектуальные творческие и организаторские способности; воспитывают трудолюбие, аккуратность, ответственность, за результаты своей деятельности; получают опыт применения знаний и умений в самостоятельной практической деятельности.

Формирование знаний и умений происходит в процессе изготовления конкретных изделий в технике мягкой игрушки, вышивки по картону, выполнения ниточного и драпового коллажа. Большое значение имеет показ образцов, показ трудовых приёмов и обсуждение выполненной работы.

Занятия проходят в отдельной мастерской, с соответствующим оборудованием, инструментами, приспособлениями, наглядными пособиями.

На занятиях учащиеся составляют план работы, работают над эскизами, выбирают материалы и инструменты, изучают технологию изготовления, выполняют творческую работу.

В результате использования программы по развитию творческой самореализации личности в процессе обучения декоративно-прикладному искусству среди школьников уровень творческой самореализации личности повысился. На развитие творческой самореализации личности школьников успешно влияет декоративно-прикладное искусство.

Безусловно, такая форма дополнительного образования, как декоративно-прикладное искусство, позволяет развить у ребёнка возможности творческой самореализации. Но очень важным аспектом в данной работе нам представляется также просветительская работа с родителями, которые должны способствовать достижению этой цели. Именно в совместной работе с родителями педагог может раскрыть таланты ребёнка, сохранить его собственный ритм и создать условия для личностной реализации.

#### *Список литературы*

1. Лучезарнова Е.Д. Ничего случайного не бывает. Ритмология для каждого. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015.– 408 с.
2. Лучезарнова Е.Д. Нормы первенства. – СПб. : РАДАТС, 2005. – 176 с.
3. Петрушин В.И. Психология и педагогика художественного творчества : учебное пособие для вузов. – М. : Академический Проект, 2008. – 496 с. (Gaudeamus).
4. Туник Е.Е. Психодиагностика творческого мышления // Школьный психолог. – № 45, – 2001. – URL: <https://psy.1sept.ru/psyarchive.php>. – Текст : электронный

*Гордеев М.Ю.*

## **ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ НЕМОТИВИРОВАННЫХ КЛИЕНТОВ**

*Аннотация.* В данной статье рассматриваются особенности психологического консультирования немотивированных клиентов, способы психологической и ритмологической работы с немотивированными клиентами.

*Ключевые слова:* психологическое консультирование, мотивация, немотивированный клиент, ритмологические приёмы.

Ритмы современной жизни, различные обстоятельства экономической, политической, профессиональной и личной жизни людей постоянно рождают психологические проблемы, с которыми люди не всегда способны справиться самостоятельно. Часто человек по разным причинам сам не осознаёт, что ему необходима помощь профессионального психолога в решении тех или иных проблем. И тогда тому, у кого слабо развита мотивация, на помощь приходит тот, у кого мотивационная сфера устойчива, это может быть родитель, супруг, учитель, наставник, преподаватель, друг, и этот близкий человек направляет немотивированного человека к профессиональному психологу. Психологическое консультирование немотивированных клиентов обладает своими особенностями, выявлению и описанию которых и посвящена данная статья.

Среди методов работы с немотивированными клиентами можно выделить психолого-педагогические и ритмологические (методики Е.Д. Лучезарновой). В процессе написания данного исследования нами был проведён эксперимент, в ходе которого применялись и психолого-педагогические, и ритмологические методики для определения и повышения мотивационного уровня немотивированных клиентов. Эксперимент проводился на базе Культурно-просветительского центра «Звёздная мелодия» г. Саратов и на базе Саратовского государственного медицинского университета им. В.И. Разумовского. На базе Культурно-просветительского центра проводились личные консультации, в медицинском университете – групповые консультации со студентами 1-го курса лечебного факультета.

Цель эксперимента – определить мотивационный уровень клиентов и изменить его в сторону повышения, применяя различные методики психологического консультирования немотивированных клиентов. Мы попытались определить психологические и ритмологические приёмы, позволяющие

повлиять на рост мотивации к профессии врача и на процесс профессионального становления личности будущего врача.

Всего в эксперименте приняло участие 68 человек. На личных консультациях в центре за время эксперимента удалось встретиться с 8 клиентами разного возраста. Из них мотивированы на консультирование 6 человек, 2 человека – не мотивированы.

Групповые консультации в медицинском университете проводились в 3-х студенческих группах 1-го курса лечебного факультета. Всего в эксперименте в вузе приняло участие 60 человек. Основная мотивация, которая выяснялась при групповом эксперименте – мотивация к профессиональному становлению. В ходе эксперимента выяснилось, что мотивированы на профессию врача 43 человека (71,6%). Не обладают стойкой мотивацией к получению профессии врача 17 человек (28,4%). Из них 14 студентов слабо не мотивированы, поскольку выражают всё-таки желание работать по профессии, но только при выполнении определённых условий: высокой заработной платы, гибкого графика работы, предоставления жилья и т.д. Двое собираются заниматься бизнесом, если не смогут найти хорошо оплачиваемую работу по специальности врача. Трое из немотивированных студентов оказались стойко немотивированными, потому что 2 человека поступили в медицинскую университет не по своему желанию – это было желание их родителей, и 1 человек хотел учиться именно в медицинском университете и стать врачом, но в процессе учёбы оказалось, что ему сложно выполнять учебный план, во время первой сессии он сдал не все зачёты и экзамены. Поэтому стоит вопрос о прекращении обучения его в вузе.

У большинства немотивированных клиентов проявились проблемы возрастного кризиса. Для молодёжной группы это – рубеж привычной школьной и новой взрослой жизни. Для студентов 1-го курса – это резкая смена образа жизни, включение в новые виды деятельности, общение с новыми людьми. Новая жизненная ситуация – поступление в вуз, для многих студентов это сопряжено ещё и со сменой места жительства – требует адаптации к ней. Помогают адаптироваться в основном два фактора: поддержка семьи и уверенность в себе, чувство компетентности. Центральным новшеством данного периода становятся профессиональное и личностное самоопределение. Отсутствие мотивации к профессии врача оказалось для большинства немотивированных студентов связано с отсутствием уверенности в себе, со складывающимся мировоззрением, отсутствием устойчивых установок на жизнь.

У мужчины 37 лет, который пришёл на личную консультацию, причины его немотивированности берут своё начало в детстве и семье – властный

отец, которому нужно было подчиняться, отсутствие условий для самостоятельного принятия решений и выбора сформировали тип личности, который не умеет делать выбор и принимать решения. К этому добавились и возрастные моменты – кризис тридцатилетних выражается в изменении представлений о своей жизни, иногда в полной утрате интереса к тому, что раньше было в ней главным, в некоторых случаях даже в разрушении прежнего образа жизни. В результате самоанализа происходит переоценка ценностей и критический пересмотр собственной личности. Кризисное состояние возникает вследствие нереализованности жизненного замысла. Рассмотрим подробнее личное и групповое консультирование.

### Личное консультирование

К психологу-консультанту обратился мужчина 37 лет с проблемой отсутствия целей в жизни. «Жить не интересно, всё равно, что происходит в жизни, нет целей». Диагностика консультирования. Немотивированный клиент со слабой степенью немотивированности, поскольку человек пришёл сам по рекомендации знакомого. Читает психологическую литературу, работает исполнительным директором в фирме, не женат. Ведёт последние несколько лет здоровый образ жизни – бегает, ныряет в прорубь, не употребляет алкоголь, не курит. На первый взгляд, у человека всё хорошо и он на правильном пути. Но самому ему не интересно, поскольку образ жизни и поведения продиктован внешней средой: сначала – родителями, затем – друзьями, руководством на работе.

Ритмологический анализ. На консультации стало ясно, что у мужчины малоразвито имя и эго-я, больше – тело и суть. С целями работает наше имя, а принимает решения наше эго-я, поэтому с клиентом проводилась работа именно по активизации этих двух составляющих личности (имени и эго-я). Тема «Тело, я, имя» в курсе «Ничего случайного не бывает» Е.Д. Лучезарновой позволяет развести в себе эти составляющие и определить, что человеку нужно для гармоничного развития личности [4]. У клиента больше было развито тело, именно тело любит выполнять приказы, тем более, клиент – мужчина, эта черта больше свойственна именно мужчинам. Постепенно во время консультаций телесная составляющая успокаивалась, а именная росла: у клиента стали появляться цели, он стал обращать внимания на слова, а не только на действия. Стал отстаивать свою точку зрения, сам принимать решения. Проводилась работа по книгам и методикам Е.Д. Лучезарновой и психологическая работа.

Психологический анализ. Во-первых, была определена суть проблемы клиента (по методике Немова Р.С.) [9]:

1. Недостаточная уверенность человека в себе, низкая самооценка, заниженный уровень притязаний.
2. Слаборазвитый мотив достижения успехов.
3. Сильно развит мотив избегания неудачи.

В связи с определёнными проблемами в работе с клиентом применялись техники психологической беседы, среди которых наиболее эффективными оказались следующие:

1. Одобрение и успокаивание (выражение поддержки клиента, внушение веры в себя). Эта техника активно использовалась консультантом, клиенту постоянно внушалась вера в собственные силы, и эта техника дала результат: у клиента появилась уверенность в себе. Кроме того, консультант постоянно обращал внимание на достижения клиента в профессиональной сфере (клиент работает в фирме, где на него возложены обязанности управляющего директора, но, кроме управления, он сам многое знает и умеет, то есть прошёл все профессиональные уровни в данной кампании), в образе жизни, который у клиента изменился за последние годы (отказ от вредных привычек, чтение психологической литературы и т.д.), в отношениях с родителями (клиент изменил своё отношение к родителям – раньше проявлялась обида, потом начал задумываться и уже научился вмещать родителей со всеми их недостатками). То есть консультант предложил клиенту вспомнить моменты жизни, когда у него всё получалось. Одобрение поведения клиента сопровождалось апеллированием к положительному опыту в жизни (пусть даже небольшим, на взгляд клиента, достижениям).

2. Предоставление информации (консультант высказывает своё мнение, отвечает на вопросы клиента и информирует его о разных аспектах обсуждаемых проблем). Эта техника получила широкое применение при работе с клиентом, поскольку клиент всегда задавал много вопросов, и консультанту приходилось информировать клиента о разных аспектах обсуждаемых проблем.

Таким образом, из немотивированного клиента мы получили мотивированного. Комплексная работа с применением психологических и ритмологических практик позволила в короткий срок клиенту измениться и получить импульс к дальнейшему развитию своей личности.

## Групповое консультирование

В ходе эксперимента дважды была проведена психодиагностика по тесту «Ценностные ориентации» М. Рокича. При повторном тестировании, уже после проведения ряда бесед с группами студентов, было отмечено изменение многих ценностных ориентаций. Более всего изменился показатель профессиональной ориентации.

Таблица 1

Результаты диагностики по тесту М. Рокича «Ценностные ориентации».

<i>Ценности</i>	<i>Входное тестирование</i>	<i>Итоговое тестирование</i>
Уверенность в себе	5,7	6,4
Здоровье	8,2	8,3
Счастливая семейная жизнь	7,0	8,3
Свобода поступков и действий	8,1	8,3
Познание, интеллектуальное развитие	7,5	7,9
Интересная любимая работа	6,8	8,6
Материально обеспеченная жизнь	8,9	9,2
Жизненная мудрость	7,0	8,7

В первом тестировании как главные ценности отмечены: «Материально обеспеченная жизнь» – 8,9, что объясняется изменениями в обществе после постсоветского прошлого, когда духовные ценности ставились выше, чем материальные, пришла эпоха «предпринимательства и бизнеса», «Здоровье» – 8,2 (в медицину идут, как правило, люди, знающие не понаслышке, что такое болезнь: либо родители работают врачами, либо дети сами болели в детстве и поэтому хотят помогать другим, либо кто-то из близких, родных болен и отсюда тоже желание лечить людей), «Свобода поступков и действий» – 8,1.

Между первым и вторым тестированием состоялись групповые консультации со студентами. На консультациях были рассмотрены ценностные ориентации, проанализированы причины неуверенности в себе, в выборе профессии (неуверенность в завтрашнем дне связана у многих с невысоким материальным достатком родителей, иногородние студенты снимают жильё,

материальные трудности накладывают отпечаток на уровень уверенности человека в себе и в завтрашнем дне).

Межличностная коммуникация, интерактивная обратная связь, просмотр документального фильма «Самый лучший доктор» о докторе медицинских наук, профессоре Д.А. Морозове, просмотр и прослушивание записей выступлений врача на заседании Государственной Думы и на активе Правительства Саратовской области, прослушивание интервью, которое включает монологи о времени, медицине, религии, государственном устройстве, современном университете, образовании, детях, поэзии, музыке, языке; чтение газетной статьи о враче и беседы после просмотра и чтения названных источников привели к тому, что многие студенты начали пересматривать свои жизненные ориентиры, ценностные ориентации.

Во время просмотра фильма психологом-консультантом было замечено, что особый интерес у студентов вызывают кадры фильма, где показаны операции, сама профессиональная деятельность, а фрагменты, когда доктор Д.А. Морозов размышляет о жизни, о профессии, воспринимались студентами с меньшим интересом. На это было обращено внимание студентов во время группового консультирования, как результат – во время второго тестирования показатель «Жизненная мудрость» вырос по сравнению с первым тестированием. Атмосфера доверия и поддержки сделала возможным открытое обсуждение страхов и тревог относительно будущей профессиональной деятельности. На студентов оказала сильное положительное влияние личность известного детского хирурга, его человеческие качества – доброта, открытость, незаурядный ум, увлечённость любимым делом – всё это, несомненно, повлияло на расширение профессиональной и человеческой позиции студентов, повысились их профессиональные мотивы и профессиональные и общечеловеческие ценности.

В групповом консультировании применялись также техники психологической беседы. Психолог-консультант стремился внушить студентам веру в себя, свои силы с помощью одобрения. При обсуждении проблем использовался приём перефразирования и обобщения, который помог участникам консультации лучше понять себя, разобраться в своих мыслях, идеях, установках. Приём отражения чувств помог при моментах беседы, в которых обсуждалась любовь к будущей профессии, студентами описывались все тонкости и нюансы отношений к выбранной специальности. Предоставление информации, когда консультант высказывал своё мнение, отвечал на вопросы студентов и информировал их о разных аспектах обсуждаемых проблем, помогло создать информационное поле, в котором студентам было

комфортно проявляться, общаться с консультантом и между собой. Интерпретационные утверждения консультанта придавали определённый смысл ожиданиям, чувствам, поведению студентов и помогли установить причинные связи между поведением и переживаниями.

Повторное консультирование показало изменения в ответах студентов. Как видно из таблицы, отмечен рост всех показателей после бесед с психологом-консультантом. Больше всего отмечен рост показателя «Интересная любимая работа» – вырос на 1,8, «Жизненная мудрость» – вырос на 1,7. Считаем, что на увеличение показателей именно этих ценностных ориентаций оказала влияние личность детского хирурга, который своим примером показал студентам образец отношения к жизни и профессии.

Анализ результатов диагностических методик, полученных во время проведения групповых консультаций со студентами вуза, показал, что мотивация студентов к профессии врача не является целостной в студенческом коллективе. Часто за стремлением получить высшее образования стоят внешние мотивы. У части студентов есть установка, что профессия врача, например, хирурга – высокооплачиваемая. Как показал эксперимент, есть те, кто слабо осознают, почему они выбрали именно эту профессию. Среди них есть такие, кто признался, что не знают, будут ли они после окончания университета работать по специальности. Это свидетельствует об отсутствии осознания своих внутренних мотивов, об отсутствии внутренних профессиональных ориентиров и чётко выраженных профессиональных намерений.

После проведения бесед психологом-консультантом, просмотра и обсуждения фильма «Самый лучший доктор», выступлений и интервью известного врача мотивационный уровень к профессии врача значительно повысился, о чём свидетельствуют данные тестирования. Из 17 немотивированных студентов 10 перешли в разряд мотивированных, из 3-х сильно немотивированных 2 человека перешли в разряд слабо немотивированных – 1 студент с плохой успеваемостью и 1 студент, выбравший вуз по решению родителей. У последнего появилась убеждённость в правильности выбора. Все эти данные свидетельствуют об эффективности проведённых групповых консультаций со студентами.

За время эксперимента, кроме главных результатов, полученных в ходе работы, можно отметить и побочные эффекты от общения с психологом-консультантом: заметно улучшение взаимоотношений в группах, усилилась сплочённость коллектива студентов, поменялась атмосфера в одной из групп, где изначально, до эксперимента, было отмечено отсутствие интереса к учёбе, в конце эксперимента заметно возрос этот интерес.



### Ритмологические методы работы с немотивированными клиентами

Ритмологические методы работы с немотивированными клиентами можно разделить на два вида:

1) методы подготовки самого консультанта к работе с клиентом;

2) методы, применяемые на консультации и предлагаемые проделать клиенту.

1) Методы подготовки самого консультанта к работе с клиентом.

Психологу к консультации с немотивированным клиентом рекомендуется провести специальную ритмоподготовку, которая позволит выстроить заранее встречу и создаст благоприятные условия для консультации: уберёт шероховатости, напряжение, конфликтность.

Во-первых, консультант может подготовить себя ритмикой «Подготовка к встрече» [8, с. 63], взяв при этом вариант в зависимости от ситуации: при возникновении «огня трения», при встрече с «изворотливым собеседником», при встрече со сквернословом и т.д. Уместно также будет провести ритмику «Реставрация связей» [5, с. 109]. Во-вторых, можно проделать ритмики «Огненные полотна» из книг «Всё об энергии», «Всё об информации», «Всё о пространстве» из раздела «Откорректируй окружение» [1, 2, 3], которые помогают вывести человека из проблемно-ущербной ситуации. Это, прежде всего, полотна «Экстренного расщепления», «Экстренной помощи» и «Расщепления негатива». В-третьих, в Ритмометодике существует методика восстановления струн [5, с. 29]. Если человек испытывает состояние депрессии, ему неинтересно жить, у него разорвана «зелёная струна». Если начинают посещать мысли о прекращении жизни, идёт надрыв «чёрной струны». Если человек становится слабым внутри и неуверенным в себе, у него разорвана «красная струна». Восстанавливая «струны», мы получаем решение определённой проблемы в жизни человека.

2) Методы, применяемые на консультации и предлагаемые проделать клиенту.

Ритмометодом предлагается методика работы с желаниями человека, с его целями и мотивацией. «Там, где звучит “не хочу”, нужно создать наружные обстоятельства в виде целей, подвигающие человека осуществить, как ему кажется, невозможное» [6, с. 83]. Какими именно приемами по выстраиванию желаний, целей, мотивов обладает Ритмометод?

Е.Д. Лучезарнова является автором книг с ритмами – особой поэтической формы, которая содержит время и ритмовремя. Ритмовремя – категория, открытая автором Ритмометода, которая руководит временем, пространством,

информацией и энергией. Прочитывая ритмы, человек сможет научиться распределять желания по ценностной шкале – считает автор. Шкала будет в двух направлениях: одно направление срока, на который выбирается данное желание, второе направление – степень, и посередине вопрос: а откуда у меня возникло это желание, оно продиктовано моей траекторией или продиктовано с общей траектории? [6, с. 84].

Конечно, нужно учитывать степень немотивированности клиента при применении методик и приёмов консультирования. Если эта степень слабая и человек пришёл на консультацию сам, то вполне можно предложить прочитать ему ритм, после которого изменится состояние клиента, возможно, он станет более заинтересованным в результате, который может дать консультация.

Ритм «Старание» позволяет изменить фокус восприятия человека и вызвать мотивирующий эффект:

Меж «не хочу» и «не могу»  
такая слабая граница.  
Время с капризами не церемонится.  
Как много тех,  
кто не может открыть мозг  
для образования надчашки.  
Нет тех, кто не хочет,  
Ибо кончилось время капризов.  
Период безудержной щедрости  
позволял сказать: «Не хочу».  
Период эксклюзивной помощи  
был границей.  
В периоде опорного соответствия  
Ритмический рисунок  
выводит стрелочку Ритмология.  
Старается дойти по псевдосферам  
до надчаш [7, с. 122].

Приём чтения ритмов применялся нами на личном консультировании, и нужно сказать, что весьма эффективно. Клиент читал ритмы и пытался вникнуть в содержание, задавал вопросы, что уже активизировало его мозг в направлении поиска смысла, сначала – в словах, затем – в собственной жизни.

Для появления целей у немотивированных клиентов в Ритмометодике есть целая система приёмов работы. Личный ритмолог может, работая по абонементу, выстраивать те части личности клиента, которые отвечают за мотивацию и цели: это работа с именем и эго-я. Именная программа развивается через работу с информацией, и по этой теме есть в Ритмометодике ритмомеры «Информообмен (информосгусток)», «Освоение сознания (сгусток понятий)», «Самостоятельность», «Разумность», «Пустотность», «Вместимость», которые консультанту рекомендуется проделывать перед работой с немотивированными клиентами. Кроме этого, есть много ритмов по темам «Имя», «Эго-я», «Цель», «Желания», которые также можно использовать консультанту как при подготовке к консультациям, так и во время работы, предлагая прочитать тот или иной ритм клиенту. Это ритмы: «Сохранность имени», «Сохранность эго-я», «Сброс этикеток», «Старт с детства», «Детство, я взрослый», «Желания», «Самостоятельность», «Телесно-именные сборки», «Р в имени».

Работа с темами «Землянин и человек» и «Мозг человека» по книге «Ничего случайного не бывает» [4] позволяет развивать именную, человеческую, мозговую сторону личности клиента. Как правило, немотивированный клиент – это клиент, у которого слабо развит мозг, это человек, который больше живёт телесной жизнью. Развитие другой составляющей – мозговой, именной – позволит человеку начать качественнее работать с информацией, лучше усваивать информацию, интересоваться чем-то новым. Уровни работы с информацией прорабатываются по теме «Мозг человека».

В целом ритмологические методы подготовки к консультированию облегчают психологу работу, усиливают положительное воздействие на клиента в сторону роста его мотивационного уровня, что отмечалось как на личном консультировании, так и во время группового консультирования.

На личном консультировании ритмологические методы использовались как самим консультантом при подготовке к консультированию, так и клиентом во время консультации (с подачи психолога-консультанта). При групповом консультировании ритмологические методы применял сам консультант для подготовки к консультациям со студентами (подготовка к встрече, «Мост нужного слова» и др.).

Для подготовки к консультации психологу также рекомендуется сделать ритмику «Мост нужного слова» из книги «Ритмика для события» (раздел «Строителям мостов») [5]. Мосты помогают человеку выстроить арки между причинами и следствиями, ему будет легко следить за своими словами и мыслями. «Люди, у которых вырастает этот остов и строится эта арка,

становятся очень сильными уже в государственном масштабе. Их начинают ценить, с ними советуются, потому что они научились мыслить широко. Эти люди способны посмотреть и определить будущее, потому что они научились ходить по оси времени, пока ещё неуверенно, но уже научились» [5, с. 16]. Конечно же, после выполнения этой ритмики психологу-консультанту будет гораздо легче находить нужные слова для клиента. Этому поможет и восстановление перед консультацией голубой струны, которая отвечает за слова. Кроме того, рекомендуется поработать со звуковыми струнами, которые напрямую связаны с речью, со звуками. Перед консультацией вспомнить, какие звуки проявлялись в последнее время наиболее ярко, и восстановить именно эту звуковую струну, звук с которой запомнился. Например, если проявлялся «крик», то нужно восстановить струну «Инфра», если «смех» – струну «Ультра» и т.д. «Звуковые струны дадут вам огромные возможности для стирания недоразумений, недоумений» [5, с. 42].

Ритмологические методы работы помогают психологу заметно усилить положительное воздействие на клиента в сторону роста его мотивационного уровня. Причём возможно применение ритмологических приёмов как самим консультантом при подготовке к личному и групповому консультированию, так и во время консультирования (преимущественно при личном консультировании).

Таким образом, основные практические результаты, полученные в ходе исследования, подтвердили, что применяя эффективные формы и методы психологического консультирования в работе с немотивированными клиентами можно добиться результатов в изменении мотивации в сторону её повышения. При этом могут использоваться как психологические, так и ритмологические методы работы.

#### *Список литературы*

1. Лучезарнова Е.Д. Всё об энергии. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 96 с.
2. Лучезарнова Е.Д. Всё об информации. – СПб : РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 160 с.
3. Лучезарнова Е.Д. Всё о пространстве. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 176 с.
4. Лучезарнова Е.Д. Ничего случайного не бывает. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015.
5. Лучезарнова Е.Д. Ритмика для события. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 176 с.

6. Лучезарнова Е.Д. Нулевой репортаж, или Я просто вас люблю. – 3-е изд., исправл. и дополн. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 160 с.
7. Марченко Е.Д. Приглашение времени. – СПб. : РАДАТС, 2004. – 288 с.
8. Марченко Е.Д. Сам творю: тетр. для практич. работ / Е.Д. Марченко, Институт ритмологии Евдокии Марченко (ИРЛЕМ), Авторский Центр «РАДАТС», Изд-во «РИТМ 25». – 5-е изд. – М. : РИТМ 25, 2011. – 208 с.
9. Немов Р.С. Основы психологического консультирования : учеб. для студ. педвузов. – М. : ВЛАДОС, 1999. – 528 с.

*Ицкович О.И.*

## **ПСИХОЛОГИЯ ТРАНСФОРМАЦИИ СОЗНАНИЯ В РИТМЕ НОВОГО ВРЕМЕНИ**

*«Самое трудное, что можно сделать в этом мире –  
расширить сознание человека...».*  
Евдокия Лучезарнова [16, с. 149].

*«Цель психотерапии и психологического развития в целом –  
достижение максимальной степени сознания.  
Сознание представляет собой предельную ценность».*  
Эдвард Эдингер [24, с. 33].

Как активизировать силу сознания, как стать тем человеком, которым мы можем стать? Как достичь вершины нашего потенциала? По мнению Маслоу, «самоактуализация очень редка, т.к. люди просто не видят своего потенциала, либо не знают о его существовании, либо не понимают пользы самосовершенствования» [20].

Благодаря сознанию человек способен осознавать окружающий мир и собственные переживания. Ещё Маркс писал: «Моё отношение к моей среде – есть моё сознание» [22, с. 57]. «Когда человек открывает сознание, он обнаруживает, что это сила, это радость. Это было хорошо известно древней мудрости. Если сознание – это сила, то верно и обратное: сила – это сознание; все силы – сознательны. Всеобщая Сила – это всеобщее Сознание» [21]. Юнг считал, что цель человеческой жизни заключается в созидании созна-

ния [24, с. 54]. Психология развития – это психология сознания (развития сознания) [22, с. 359]. Очевидно, что эволюция человека, по крайней мере, в начале третьего тысячелетия, будет осуществляться в раскрытии скрытых способностей человека и, прежде всего, сознания.

К свойствам сознания относят построение отношений, познание, переживание [22, с. 57]. Сознание человека немислимо без языка и речи. Слово в сознании конкретного человека связано со множеством чувств, мыслей, ассоциаций и образов. Поэтому сознание существует не только в словесной, но и в образной форме [20, с. 135]. Отсюда следует включение в процессы сознания мышления (образ и мысль) и эмоций (чувств).

Современная научная парадигма сознания опирается на то, что психика человека возникла и развивается в непрерывном взаимодействии с окружающим физическим миром. Поэтому психология имеет тесные связи со многими науками, которые в той или иной степени касаются человека. Психофизика – один из разделов науки экспериментальной психологии. Теоретическую физику рассматривают как основную базу, формирующую общенаучное мировоззрение, она, наконец, сумела ответить на вопрос: что же такое сознание? С физической точки зрения, сознание есть особая форма полевой (торсионной) материи.

Моё прикосновение к психологии началось в 1995 году через холодинамическую Модель разума Вернона Вульфа. Холодинамика Вернона Вульфа как направление в психологии совмещает в себе многие научные подходы и концепции и опирается на исследования и гипотезы Карла Прибрама, Дэвида Бома, Руперта Шелдрейка, Ильи Пригожина, Фреда Алена Вульфа. Это синтез вышеупомянутых теорий со взглядами современной психологической науки, в особенности с концепциями юнговской школы и концепцией «быстрого развития» Жана Пиаже [2].

Через год, в 1996 году, я встретила с Евдокией Дмитриевной Лучезарновой и прикоснулась к ритмам. Ритмология как логика ритма «размещается между философией, объясняющей устройство окружающего мира, и психологией, объясняющей мотивацию поступков индивида разумного, мыслящего» [3, с. 322].

Интересно, что в сентябре 1996 года Е.Д. Лучезарнова (Марченко) побывала на 4-й Международной конференции Вернона Вульфа «Мышление 21 века». Из отзыва одной из участниц конференции Маргариты Анисонян «Радость – здоровье духа»: «Научиться жить в радости» – таков девиз и Московского общества «Радастея» (от слова «радость»), которое возглавляет Евдокия Дмитриевна Марченко. Её выступление было одно из самых

интересных». Так в моей жизни слились профессионально Холодинамика и Ритмометод 7P0 Евдокии Дмитриевны Лучезарновой.

Холодинамика Вернона Вульфа интересна тем, что он описал единицу сознания (разума), назвав её холодайн («холо» – «целый», «динамика» – «сила в действии или в движении»):

- это основные единицы сознания; они проявляются в сознании как мыслеформы – трёхмерные мыслеобразы, подобные живым голограммам;

- возникают в едином поле сознания и превращаются в индивидуальные голографические модели Вселенной, представляя бесконечное разнообразие уровней и вариантов; все вместе они создают голографическую модель Вселенной в сознании человека;

- ими как живыми мыслеформами, способными проявляться в реальности во всех измерениях, наполнена вся Вселенная;

- существуют на пороге трёхмерного пространства и времени, сами, не будучи ограничены ни тем, ни другим;

- это морфогенетические поля, обладающие энергией нулевого состояния, развиваются согласно присущему им порядку; это самоорганизующиеся информационные системы;

- имеют цвет, форму, их можно видеть, слышать, чувствовать их запах, можно вызвать в памяти их эмоционально окрашенный образ;

- обладают причинной потенцией, отвечают за весь накапливаемый человеком опыт, имеют силу быть причиной вещей; они определяют поведение личности и формируют события, которые с ней происходят, в том числе болезни;

- каждый человек имеет один главный, контролирующий холодайн, называемый «Я» или «Полное Потенциальное Я»;

- вся проявляющаяся реальность обладает одновременно «волновой» и «частичной» функциями, которые отражаются сознанием посредством рациональных и интуитивных процессов соответственно; сознание и материя на уровне холодаинов оказались неразрывными;

- это самоорганизующиеся системы информации, и именно они являются теми механизмами, которые преобразуют энергию и информацию из непроявленного мира в формы, понятные проявленному;

- вся Вселенная холодинамична: вся материя, энергия и разум – в прошлом, настоящем и будущем – являются частью одного динамического целого;

- вечны – не могут умереть, их нельзя уничтожить, однако их можно трансформировать в соответствии с естественным порядком развития, они доступны и подвластны систематической трансформации;

- изменить любой холодайн – значит изменить физические процессы в мозге; изменить физические процессы в мозге – значит изменить физические процессы Вселенной – в прошлом, настоящем и будущем [1].

Пенроуз предполагает, что один из первичных механизмов, обеспечивающих формирование и хранение холодаинов, находится в водной среде микроканальцев клетки, в микротубусах клеток, которые обеспечивают безопасную среду, и где информация может быть сохранена, самоорганизована и передана во внешний мир. Холодаины – это каналы информации, они передают информацию и энергию в параллельные миры и получают оттуда также энергию и информацию. Унаследованные благодаря генетическому коду, смоделированные родителями, семьёй, обществом и культурной средой, сформированные личным опытом и преобразованные сознательным выбором холодаины в микроканальцах переходят от поколения к поколению. Холодаины определяют то поле, в котором рождается каждый человек в этом мире [2].

Чтобы понять, как образуется холодайн, В. Вульф сравнивает разум с фотоаппаратом, а чувства – с линзами фотоаппарата (камеры). Разум постигает мир и получает ответную информацию посредством чувств. Эта информация посылается через центральную нервную систему, где она подготавливается для хранения в мозге как образ – холодайн. Сознание принимает как частичную, так и волновую информацию, поступающую от «шестого» чувства и связывает их вместе в мозолистом теле: пучки волокон, связывающие в нескольких местах между собой правое и левое полушария мозга [1]. С помощью интуитивного чувственного восприятия можно «разговаривать» с различными «формами» мыслей и чувств глубоко внутри сознания.

Мыслеформы сознания создают банки памяти мозга, программы для поведения человека. Если человек фокусируется на негативных аспектах поведения, то он производит больше энергии для холодаинов, которые являются причиной негативного поведения – и тогда он ведёт себя более негативно. Устанавливается негативное «поле», оно испускает негативные «вибрации». Трансформируя эти бессознательные мыслеформы в их зрелую форму, удаётся выводить людей из проблем в творчество и самосовершенствование. Это внутренний процесс, с помощью которого можно руководить работой своего разума.

Трансформация – это процесс преобразования или изменения формы субъекта без разрушения его сущности. Трансформировать холодайн – значит изменить физику разума. В течение своей жизни человек инстинктивно и

более или менее случайно трансформирует свои мыслеформы в позитивные, следуя скрытому порядку роста: меняет свои представления о жизни, о системах ценностей, может преодолевать свои внутренние блоки, препятствия и может достичь желаемой гармонии. Изменение наших мыслеформ – это и есть изменение нас в целом. Трансформируя холодайн, мы преобразуем физику Целого. Сдвиг в любом из силовых полей изменяет другие силовые поля в прошлом, настоящем или будущем.

И тогда может происходить то, что описал Шри Арубиндо: «...Во мне не было стремления к духовности, я развил духовность. Я не был склонен к метафизике – я развился в философа. У меня не было способностей к рисованию – я развил их с помощью Йоги. Я преобразовал свою природу из того, чем она была, в то, чем она не была. Делал я это некоторым вполне определённым способом, а не с помощью чуда, и делал я это для того, чтобы показать, что можно сделать и как это можно сделать» [21].

Российскому учёному Г.И. Шипову удалось завершить огромный труд плеяды учёных и создать теорию торсионных полей на основе спиновых эффектов, что позволило проблемы сознания и мышления включить как нормальные физические объекты в общую картину представлений о мире [23, с. 104].

Наиболее важные свойства торсионных полей [23]:

- представляют собой совокупность микровихрей пространства;
- в отличие от электромагнетизма, где одноимённые заряды отталкиваются, а разноимённые – притягиваются, торсионные заряды одного знака (направления вращения) притягиваются; отсюда в эзотерике – «подобное притягивает подобное»;
- скорость распространения торсионных волн не менее  $109C$ , где  $C = 300\,000$  км/с – скорость света в пустоте, т.е. практически мгновенно в любую точку Вселенной;
- обладают высокой проникающей способностью, проходят через любые естественные среды без потерь энергии;
- являются неизбежным компонентом электромагнитного поля;
- обладают памятью;
- имеют свойства информационного характера – оно не передаёт энергию, а передаёт информацию; положительная информация (слова, мысли, действия и т.д.) закручивает торсионные поля в одном направлении, отрицательная – в обратном; это основа информационного поля Вселенной;
- изменения в торсионных полях сопровождаются изменением характеристик и выделением энергии;

– человек может непосредственно воспринимать и преобразовывать торсионные поля; мысль имеет торсионную природу; как считает Г.И. Шипов, «мысль – это полевые самоорганизующиеся образования. Это сгустки в торсионном поле, сами себя удерживающие. Мы ощущаем их как образы и идеи»;

– для торсионных полей нет ограничений во времени; торсионные сигналы от объекта могут восприниматься из прошлого, настоящего и будущего объектов;

– торсионные поля являются основой Мироздания; несут в себе информацию обо всей реальности;

– сознание и материя на уровне торсионных полей оказались неразрывными сущностями, где сознание выступает в качестве посредника, объединяющего, с одной стороны, все поля, весь материальный мир, а с другой стороны – все уровни Тонкого Мира.

Согласно современной научно-физической природе сознания, сознание следует понимать как творящую форму развития информации – творящую информацию. «Информация – сознание» понимается таким же фундаментальным проявлением Вселенной, как «энергия – материя» [23].

Итак, наши мысли и чувства – торсионны, поскольку материя мыслей и чувств есть элемент торсионных полей; сознание создаёт мыслеформы – устойчивые полевые образования, несущие определённую информацию. Сознание способно не только создавать мыслеформы, но и объективизировать их по своему желанию из виртуальных частиц. Мысль, возникшая у человека, представляет собой универсальную энерго-полевую субстанцию, способную трансформироваться в любые виды материи и взаимодействовать с виртуальными частицами физического вакуума. «Обмен словом, мыслью – это обмен мощным зарядом энергии» [23].

Мощным трансформатором сознания является Ритмометод 7P0 Евдокии Лучезарновой, в основе которого лежит ритм как носитель времени. «Снятие стереотипов естественным путём растягивается во времени лет на 200. Снятие стереотипов ритмологическим путём происходит мгновенно» [8, с. 32].

Евдокия Дмитриевна Лучезарнова даёт понятие единицы разума: «У пространства три измерения: высота, длина, ширина... Время – единица разума, она изначально вечна... Жизнь во времени впечатляет всех, кто ритм знает» [7, с. 122].

«Входим во время. Время течёт внутри, время течёт снаружи. И следующий шаг в суть, которая у многих людей абсолютно не работает. Они про неё говорят, они могут задумываться о ней, но они ей не пользуются. У сути есть

своё собственное поле, которое называется «сутевое поле», или «торсионное поле». Это поле памяти, поле мыслеформы.

До сих пор мы шли во внешнем мире и пытались взять поля и ощутить их мозгом. И, наконец, стало, понятно: мы можем влиять на поля. Мы можем влиять на гравитацию и осуществлять левитацию. Мы можем создавать самолёты и преодолевать притяжение Земли. Мы способны влиять на развитие имён и на информацию. Мы способны влиять на электрическое и магнитное поле.

Человек не просто независимая система среди мира – человек влияет на мир и меняет его своим разумом. Это и есть торсионные поля. В торсионных, или сутевых полях существует суть. Работая через торсионные поля, можно менять мыслеформы» [19, с. 10].

«Дальше человеческий разум не пройдёт, дальше ему нельзя... У каждого разума свой предел, у каждого свои возможности воздействия на мир, у каждого свой способ взаимодействия... Разум человеческий называется разумом страдания... Какое поле способно воздействовать на торсионное, электромагнитное, гравитационное поля? На все поля, которые знает человечество, действует то поле, которое известно только лучистым. Лучистые находятся за человеческим разумом. Они не такие как все. У них по-другому устроен мозг, у них по-другому работает тело, потому что они во времени, они сейчас не в пространстве. И мы с вами не просто делаем шаг во времени, мы идём сейчас в Ритмовремя... Он уже не человек, он лучистый, или ритмолог. И с этого момента я перехожу на название лучистый, или ритмолог».

«Лучистое человечество... – это интегральное восприятие мира... Это означает глобальное видение мира и проблем, подъём над всеми проблемами и осознание, осмотр себя со стороны. Любое действие, любой поступок, любое желание, любая мысль сразу отслеживается нашим высшим Я» [16, с. 255].

В «сутевом поле идёт раскрытие мозга, всех талантов и возможностей человека, которые ему предназначены по судьбе и кармически, обычным, не ритмологическим способом он не мог бы их развить никогда, а здесь создаются все условия для его развития, и он работает во временах календарей». «Следующее поле – Хладастейное... В Хладастейном поле человек получает невозможное, это нигде ему не было предначертано и никогда бы с ним не произошло, поскольку ни зародыша, ни зачатков, ничего не было... В Хладастейном поле меняется всё внутри мозга и снаружи мозга» [18, с. 81-83].

Мыслеобразы торсионного поля (или сутевого поля) хранят в себе всю память непростой жизни человека на планете. «Торсионное поле запомнит все времена» [12, с. 57]. Сделать человека счастливым – значит трансфор-

мировать мыслеобразы его сознания на позитивные, или безъядерные и бесконфликтные. Но «за плиты мыслеформ выйти сложно» [5, с. 343] Тогда на помощь приходят Ритмы, содержащие в себе всеильное время:

«И ритмы идут трудиться,  
создавая из людей Человека.  
Работа с разрушителями ритма Вселенной –  
гуманитарная помощь» [17, с. 361].

«Сами по себе ритмы делятся на две части: одна часть ритмов работает в “минус”, убирая что-то, что вам мешает жить, вторая часть ритмов работает в “плюс”, наполняя вас тем, что вы желаете» [15, с. 12]. Любой ритм можно ввести в какое-либо событие, и оно произойдёт. Ритм можно вывести из любого события, и оно не произойдёт. Для этого нужно «открыть ритм и сделать вывод о направлении мыслеобразов на тему» [11, с. 125]. «Если нет в своей судьбе удовольствия, замени поскорей ритмом» [9, с. 20].

О том, как создаются ритмы, Е.Д. Лучезарнова пишет: «Существует некий образ, который начинает звучать мелодией, затем переходит в слова и дальше из этих слов рождается ритм. Бывает обратное состояние, когда сначала рождается ритм, затем он звучит мелодией и, наконец, переходит в некие образы, которые были описаны в ритме... Получается, задействуется световое тело через глаза, звуковое тело через уши, а ритм живёт в теле сути» [4, с. 5].

Мой опыт холодинамической трансформации заключается в выведении внутренних проблем человека из подсознания на осознание в виде мыслеобраза. Если упростить: когда у человека на сердце «камень» лежит, мы выводим его на ментальный экран и трансформируем в позитивный мыслеобраз, например, это может быть «роза». И когда возвращаем в тело розу, то меняется состояние человека на позитивное, а после этого меняется отношение к себе или к другим, к миру. Так идёт работа с сознанием.

Но трансформация внутри поля мыслеобразов одного человека происходит на уровне уже имеющегося опыта данного человека, внутри его понятийного аппарата, чтобы он смог понять и осознать, и не может вырваться из этого опыта. А внутри мозга хранится не простой опыт проживания человеком на планете во все времена. Значит, человек будет очищать свои чувства, мысли, возвышать их, но есть «потолок», ограничение.

Ритм несёт в себе информацию и энергию, с которыми человеческий разум не был знаком, это лежит вне опыта человечества. Ритм содержит в

себе совершенство – информацию бесконфликтную и энергию безъядерную. А человечеству с совершенством удавалось встречаться фрагментарно, больше человек об этом просто мечтал, создавал в своём воображении как мог. А когда человек прочитывает ритм, его мысли и чувства тут же светлеют, становится комфортно внутри, и окружающий мир начинает радовать. Накапливается, формируется незнакомое ранее состояние, новый опыт проживания.

Далее приводим примеры из практики психолога-ритмолога, показывающие, как ритм ускоряет процессы трансформации в работе психолога.

1) Однажды проводя процесс трансформации состояния клиента, вдруг захотела подобрать к возникшему в сознании клиента образу ритм со словом-организатором и прочитала его вместе с клиентом. И чудо – образ тут же поменялся без усилия клиента. К вновь возникшему образу мы снова подобрали ритм, и он снова преобразовывался, и каждый раз на более позитивный. Так впервые для меня стал очевидным труд ритма: на ментальном экране сознания процесс трансформации ускорялся в мгновения, для этого только нужно было подобрать ритм со словом-организатором. В данном случае к образу «карман» мы подобрали ритм со словом «карма» и появилась роза. Дальше прочитали ритм со словом «роза» и появилось «солнце». Этого было достаточно для завершения процесса.

2) Мужчина говорит психологу: «Да нет у меня никакой обиды». И вдруг его обида выходит на ментальный экран в виде вулкана. Порождённому собственным сознанием человек склонен доверять, и признаёт этот факт. А дальше принимает ритмомеру «Растворение обиды», где понимает, что его обида – настоящая аномальная зона.

3) С девушкой в глубоких погружениях неоднократно выходили на тему зависти, порчи. После проработки что-то в жизни менялось, но тема проявлялась снова и снова. Тогда была предложена ритмомера «Вычленение зависти». После этого девушка поменялась кардинально, не могла себя узнать. К ней вернулась та энергия, которая была потеряна, при этом она поняла – когда и почему. Появилась уверенность, радость жизни, произошло повышение по работе, увеличение зарплаты.

4) Девочка при отслеживании проблемы на ментальном экране увидела образ порванной красной струны, и при этом процесс заходил в тупик. Было предложено прочесть ритм красной струны, и девочка с удивлением произнесла, что теперь струна целая, восстановилась, и процесс пошёл дальше. А после этого подошла к полке с книгами и открыла наугад ритм – «Струна натянута, на её конце любовь». Её восторгу не было предела.

И это видимая часть работы ритма с человеком.

Так, когда ритм попадает «... в месиво мыслеобразов, в месиво звуковых образов, в месиво описанных систем» [13, с. 185], человек начинает проходить этапы вразумления через «прожить», трансмутации через «прочувствовать» и трансформации через «понять». «Здесь вы заметили, что мир вокруг вас тоже изменился. Казалось бы, вы им не занимались совсем, вы занимались только собой, вы обретали только себя, но вокруг вас все дышит гармонией и красотой, всё направлено на ваше становление, доставляет радость и вызывает некий праздник» [15, с. 72].

#### *Список литературы*

1. Вульф Вернон Холодинамика вашей жизни / Вернон Вульф. – М. : ЛАС, 1995 – 186 с.
2. Вульф В., Ректор К. Холодинамика вашей жизни / Вернон Вульф, Керк Ректор. – М. : ЛАС, 1994.
3. Лучезарнова Е.Д. Апофеоз, или Обретение лучезарности / Е.Д. Лучезарнова. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 390 с.
4. Лучезарнова Е.Д. Живой ритм / Е.Д. Лучезарнова. – СПб.: РИТМОВЗЛЁТ, 2016. – 93 с.
5. Лучезарнова Е.Д. Звёздные ритмы времени. Т. 3 / Е.Д. Лучезарнова. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 391 с.
6. Лучезарнова Е.Д. Звёздные ритмы времени. Т. 7 / Е.Д. Лучезарнова. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 271 с.
7. Лучезарнова Е.Д. Звёздные ритмы времени, т. 8 / Е.Д. Лучезарнова. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 206 с.
8. Лучезарнова Е.Д. Звёздные ритмы времени, т. 10 / Е.Д. Лучезарнова. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 238 с.
9. Лучезарнова Е.Д. Звёздные ритмы времени, т. 12 / Е.Д. Лучезарнова. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 238 с.
10. Лучезарнова Е.Д. Звёздные ритмы времени, т. 14 / Е.Д. Лучезарнова. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 239 с.
11. Лучезарнова Е.Д. Ключ перешёл в Луч / Е.Д. Лучезарнова. – СПб.: РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 263 с.
12. Лучезарнова Е.Д. Марлинка / Е.Д. Лучезарнова. – М. : РИТМ 25, 2011 – 118 с.
13. Лучезарнова Е.Д. Многомерность уникальности. Т. 10 / Е.Д. Лучезарнова. – М. : РИТМ 25, 2011 – 275 с.

14. Лучезарнова Е.Д. Ничего случайного не бывает. Ритмология для каждого : теор.. часть / Е.Д. Лучезарнова. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – С. 12-399.
15. Лучезарнова Е.Д. Нулевой репортаж, или Я просто вас люблю / Е.Д. Лучезарнова. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 159 с.
16. Марченко Е.Д. (Лучезарнова Е.Д.) Законы радуги / Е.Д. Марченко. – СПб. : РАДАТС, 2000 – 463 с.
17. Марченко Е.Д. (Лучезарнова Е.Д.) Звёздная прозрачность / Е.Д. Марченко. – М. : Тройка, 1999 – 373 с.
18. Марченко Е.Д. (Лучезарнова Е.Д.) Координатная полноценность / Евдокия Марченко. – М. : РИТМ 25, 2010 – 247 с.
19. Марченко Е.Д. (Лучезарнова Е.Д.) Основные координаты / Е.Д. Лучезарнова. – М. : РИТМ 25, 2010 – 127 с.
20. Немов Р.С. Психология. – М. : ВЛАДОС, 1997.
21. Сатпрем. Шри Ауробиндо, или Путешествие сознания. – Бишкек : Глобус. 1992.
22. Столяренко Л.Д. Основы психологии. – Ростов н/Д : Феникс – 1987.
23. Тихоплав В.Ю., Тихоплав Т.С. Физика веры / В.Ю. Тихоплав, Т.С. Тихоплав – СПб. : Весь. 2001.
24. Эдингер Эдвард Ф. Творение сознания. Миф Юнга для современного человека. – СПб. : Информационный центр психоаналитической культуры, 2001.

*Кичигин В.П.*

**«ВЫХОД В НЕСОВЕРШЕННЫЙ МИР»  
И ВХОД В РИТМОСОБЫТИЕ (ПЕРЕИЗЛУЧЁННОЕ  
МОЖЕТ СТАТЬ ЗНАКОМ, Т.Е. ПРОЧИТАННЫМ)**

*Ключевые слова:* чай, ум, разум, знакоряд, быт, ущербы, ритмопустота, ритмосбор, ритмопрактика, энергия события, информация пространства, мир-свет-луч, переизлучение.

«Натянутые в цепочку реакции  
создаваемого вещества  
собраны в понятийные цепочки слова  
ритмологическим прочтением» [6, с. 61].

«Событийный мир,  
состоящий из гениев и героев,  
аннигилировал мистериальную нить.  
Ритм начинает образовывать  
втяжение во время...» [6, с. 145].

**Критерии.**

- Ритмоопыт и ритмостаж – реальные критерии присутствия в ритмопроекте «Метод 7P0».
  - Реальность присутствия оформлена ритмопрактикой.
  - Ритмопрактика включает в сотрудничество («ребята, удержитесь все вместе»), рождающее ощущение индивидуальной многомерности уникальности и «участности» в событии погружения во время.
    - Данный текст – приглашение к формированию события встречи на экране Древа сознаний – «...Вырываясь с трудом из привычного круга // К непривычным азам состояний» [1, с. 6].
1. Практика освоения состояния ритмолога, как правило, начинается с освоения представлений о стрелочках: ритм, ритмика, ритмология, т.е. инструментария метода.
  2. Инструментарий – это возможность входа в метод.
  3. Осуществляя «прочтение» личного понятийно-чувственного опыта жизни, он выявляет и «аннигилирует» ущербно-проблемное и мистериальное в опыте, готовит формирование событийного мира «гениев и героев», ритмостажных, ритмоопытных и ритмологических. [6, с. 145].
  4. Набор ритмоопыта, формируя пустотность сознания, создаёт возможность работы с ритмособытием, включая во время и ритмовремя. «Человек – это пустота с разной степенью оценки, и нейтральные события в этой пустоте звучат согласно параметрам» [10, с. 245]. Пустота создаёт предпосылку «оказаться», «разместиться», «удержаться» во времени.
  5. Инструменты оформляют и закрепляют переработанный ущербно-проблемный материал в причинном Хладастейном, сутевом полях и, соответственно, в Зеркальной – Стеклоанной – Желированной лабораториях.
- Отрефлексирав чувственно-понятийные нити опыта чаепития, через «Соприультотк», ориентируюсь на отслеживание процесса выхода сознания из «опасного мира» в событийный и ритмологический (событие размыкания цикла и извлечения ритма по закону «супер-треугольника»: понять – прочувствовать – прожить).



Чаепитие, сопровождая в жизни, шло своим неосмысленным чередом, не затронутое вниманием. Отношение меняется после выделения темы «чай», «чаепитие», появляется вопрос: «а почему именно чай, а не компот, вода... и какое место чай занимает в моей жизни, и зачем много времени ему отдано?».

#### **Переизлучение.**

Переизлучаю «чай» на Циклохладовит в книге-альбоме «Основные координаты» [16, с. 44].

Наблюдаю за набором тематической цепочки, расширяющей тему через ритмы, ритмологию, ритмики, ритмомеры...

**Ритмы:** Чаша сердца [19, с. 133-134], Любителям чая [7, с. 126-127], Дыхание [1, с. 99], Дыхание [5, с. 244], Дыхание кармы [1, с. 212].

**Ритмомеры:** Каким должен быть осваивающий ритмологию [12].

**Ритмология:** Живая книга [10]; Мир глазами луча: Маленькая страна (Япония) [13]; Альбом «Основные координаты» [с. 44]; Ритмология от события [17].

**Ритмики:** Ритмика для события [7].

«Ритмология от события»: «Грубое, залежавшееся, нуждающееся в войне подсознание зашлаковало человеческий ум... Она опирается на глаза. Увидел у более сильных, что они так делают, и сделал сам... Война нужна ленивым и примитивным мозгам» [17, с. 55].

«Каким должен быть осваивающий ритмологию»: «Начинаем мы с чая... – и каждый раз ...ритмоопыт и ритмостаж возрастают, знакоряд становится всё более могучим, из ущербов вы выходите всё быстрее и быстрее... Сначала нужно самого себя оттуда вывести... Разум становится основным и нужно самую свою большую ценность, свой разум человека вычленить из разума, который занят бытом. Вычленение начинается через ритмологию» [12, с. 21].

«Живая книга»: «У сладкоежки большой запас времени / Лимоноежка способен ускоряться / пьющий крепкий чай – надёжный друг» [10, с. 230].

В подборе материала по теме сознание отрефлектировало необычное сочетание слов: чай, разум, знакоряд, быт, ущербы, проблемы, ритмоопыт, ритмостаж – обычно бытующих в разных смысловых контекстах.

Повороты темы в ритмологии выстраиваются, расширяя мозаику. У тематического ряда есть диапазон: от слов «начинаем мы с чая... ритмоопыт и ритмостаж возрастают, знакоряд становится всё более могучим, из ущербов вы выходите всё быстрее и быстрее ...Разум становится основным... Вычленение начинается через ритмологию», «надёжный друг», «военное противо-

стояние», «ритмология начинается», «разум», «знакоряд», «быт», «ущербы», «проблемы», «ритмоопыт», «ритмостаж»... до «предчувствующие смысл рождения в водах Вселенского океана, пьют чай до пота».

Отслеживаю активно проявившиеся циклы, ишу их циклообразующие (загущающие) и циклорастворяющие (разуплотняющие) ритмы, то есть циклы и антициклы. По критериям в главе 3 книги «ИРЛЕМ. Ритмология» делаю расчёты в кругах движения личного, совместного, общего времени, отданного чаепитию. Строю временной график развития и затухания циклов, отслеживаю их закрепления в пространстве с опорой на ключевые слова «Чай – Слово – Кашель – Сахар – Вселенский смысл», работая с информацией и энергиями, ходящие в слова, понятия, уплотняю, разуплотняю... [14, с. 121]. Отслеживаю чувства, их переход в слова, понятия, получаю объёмность и многомерное видение циклов там, где были только слова, вне смыслов, связанных с темой.

Собираю бытовые нити повторов и нити событийные, протягиваю нити ритмологические, выстраивая личные, публичные приличные и столичные и оживляя объёмную ленту жизни, выходя из ситуации, когда «Вращается заветнейшая лопасть, // И вновь изобретён велосипед» и входя в осознанность действия как «трепет первозванья» [2, с. 19]. Тема расширилась («Как я размножился, – промолвил автор» [15, с. 279], такую развёртку не разместить в регламенте данного текста). Ограничиваю тему до проявившихся нитей, связанных с темой «чай», делая пробор в своё прошлое, к сопутствующим ему событиям.

#### **Память.**

Тема отложилась в памяти разнообразием историй и воспоминаний о состояниях: огонь костра, его дымок, море, горы, обжигающие губы алюминиевых кружек, мелодий песен под гитару, лиц друзей и, конечно, разного вкуса самого чая, знанием способов заварок, сортов чая, особенностей воды, способов её закипания... Ритмодействие по осевому ритму (2019 г.): «...знания извлекает и удаляет у человека из памяти до сбора ритмологического // Знания очищает память от застарелого и отстойного» [4, с. 170]. Последним строчкам инстинктивно сопротивляешься, принимаешь ранее зафиксированный постулат «этот опыт надо собрать и прочитать», так как он стал цикличен, перекрывающий работу желудочков мозга во времени.

Формирование «образа» чая имеет свою историю, функциональную и ритуальную наполненность, временную динамику и протяжённость. Образ развивался от питья простой воды в русскоязычной среде отцовского рода в «узвар», в мамином селе, украинноязычном «крышеников» – напитки,

заправленные, «заваренные» фруктами, травами. В городе пили уже «чай»: папа – остывший, я и мама – горячий. В детском садике разливали «чай» средней температуры половником из эмалированного ведра и холодный «компот».

Виды заваривания, его смысл и качество тоже менялось во времени. Вначале был разбавленный заваркой кипятком, так было принято в семье. Пили так называемый «спитой чай», неделю стоявший. После походов по Кавказу, в Крыму открылся вкус «чистого» чая, смущавший близких, считавших это «чефирём» и не только не полезным, например, для сердца, но и близким к «тюремным ритуалам» и слишком затратным удовольствием, каждый раз заваривать свежую порцию заварки. Но это для меня было главным условием чаепития, а «не окрашивание кипятка заваркой».

#### **Сопровождение чаепития.**

В детстве быстро съедал весь домашний запас сахара. Маму это напрягало. А во время общего семейного чаепития можно было в чай класть сахара много. Чаепитие сопровождала размеренная беседа, преимущественно о политике. Мама и папа не выясняли, кто важнее в семье, больше шутили, подтрунивая друг над другом. Было весело.

#### **Общение.**

В компании чай завершал угощение, стол освобождался от посуды, появлялась ваза со сладостями и красивые чашки, начиналась главная часть встречи – общение.

#### **Ритуальность.**

Друзья-путешественники обучили китайской «чайной церемонии» – работе со стихиями – дифференцированию и интегрированию. Они же привили привычку ритуального питья до приёма пищи или отдельно от неё.

Ритуал заваривания требовал особых фаз закипания воды для чая: «белый шум», «рачьи глазки», «рыбьи глаза», требовал особой обработки воды для заварки.

В Узбекистане научился делать «кайтарму» – перед чаепитием три раза переливать порцию чая из заварника в чашку, перемешивая чай и насыщая кислородом.

Наблюдение местных традиций чаепития. География познания традиций ритуального питья чая широка: от средней полосы России до Востока страны (от чашек до пиал и чайничков Бухары), до Новосибирска, Омска..., гор Крыма и Кавказа, до Старой Загоры (Болгария, где вместо чая подавались фрукты и ягоды, усиливая ностальгическую потребность в чаепитии).

#### **Места сбора чая.**

«Заварка – подсказка связи с миром земной природы, с местом, сохранившим время» [7, с. 127]: Судан, Индия, Цейлон, Китай, Азербайджан, Кения.

Вкус, цвет: терпкий, кислый, горький, чёрный, зелёный, жёлтый...

Ритмологическое сопровождение – инструмент, позволяющий провести активно проявившиеся слова по теме, сделав тематический сбор ритмов, создав ритмический рисунок и провести его через ритмику по схеме из «Любителям чая» [7, с. 126-127], глава «Выход в несовершенный мир».

Активизировалось словосочетание «смысл рождения».

Делаю сбор на эту тему:

«Таинство рождения» [2, с. 181];

«Смысл жизни» [3, с. 140];

«Упрощая до здравого смысла» [3, с. 144];

«Рождение из яйца смысла» [3, с. 145];

«Здравый смысл» [3, с. 146];

«Раскрытие смысла» [3, с. 147].

Завершаю сбор ритмикой «Любителям чая» [7, с. 127].

Внутри ритмики на протяжении месячного промежутка времени переизлучаю разные цвета чая: чёрный, зелёный, жёлтый, вишнёвый, коричневый... прочитываю в ритмике соответствующие струны. Белое время, время яви. Три события сошлись в точку. 1. Вспоминаю себя в больнице на переходе от 14 к 15 годам (Белое время – тело). 2. Сон с падающим парашютистом и стекающим с гор парашютом в виде белого потока, который растворился на глазах. Кристаллия – Оранжевая струна, подъём на оранжевом парашюте к вершине Матери Мира на снежно-ледяную вершину. 3. Моя страсть к фольклору (проговаривал частушки, их пел, а в детском возрасте умиляющимся взрослым, полностью не понимая слов, рассказывал так, что мамина больница собиралась слушать «такого смышлёного несмышлёныша» и хохотала, в итоге, начиная с 1-го курса писал учебник по фольклору, а позже, уже как филолог написал учебники и собрал местные тексты в книги). Прочитав сказанное как долги по прошлому планетарному, обратился к тексту ритма «Любителям чая», строкам об отдельном переизлучении кипятка – «подсказки восхождения личности, достигшей лёгкости в общем круговороте» и заварки – «подсказки связи с миром земной природы, с местом, сохранившим время» [7, с. 127], прочитал в трёх названных направлениях сбора: больница – сон – фольклор – смыслы общего ритма возврата, выданной Матрицы Практика и Осевого ритма 2006 года «Осознание фольклора» [8, с. 60]. Проявилось ключевое слово «смысл», второе слово связано с 1 скафандром –

больница – третье – кашель – четвёртое карма как прошлое и Белое время – опыт от 5-ти до 20 лет...

В Осевом ритме есть слово «вдохнуть»: «Вдохнуть размер нити // Затем трещину раздвинуть // От энергий отодвинуть // Вытягивать до пустоты // Убрать дурманящие среды // Учёбу довести до интеллекта // Бросать в мозг семена // Растить не уставая» [8, с. 60].

Какой смысл рождения?

«Истинное слово рождается не на вдохе и не на выдохе, а посередине». Погружение во 2-й скафандр на выдохе, на вдохе – в 4-й скафандр [9, с. 41-42]. Слово-знание, начало понимания и вразумления, мысли наблюдателя.

Активизируются новые слова «Дыхание» – «Знание» – «Речь». Они связаны с бытовым контекстом «семейного чаепития», примирявшего родителей. Ситуация эта, оказывается, протянулась во времени до взрослого состояния. Наблюдатель подсказывает, что, пересказывая материал на уроке, я не мог набрать, собрать, удержать содержание, не хватало глубины дыхания, слово таяло на выдохе (значит, блокировалось взаимодействие со «словарным портфельчиком»), появлялся кашель, «кормя не прожитую карму», «вынуждает дыхание кармы бегать, прыгать, склоняться, рожать, дуть в рожок и святым возражать» [1, с. 212], «ломалась» последовательность схемы, описанная в ритме «Дыхание» и одноимённом БИИ.

Связь 1-го и 5-го скафандров, выстроенных на нити «Вдох – цветовая память, плод // Выдох – смысловая память, ствол \ \ Выдох – оформленная память, семя» и как результат потеря стихийного, планетарного контроля, то есть восприятия целого [1, с. 99].

«Нулевой Ген дыхания» не сможет приветствовать «свежестью Ритмовремени», а «Коричневая струна» не создаст «сгусток здоровья дыханием телу» [5, с. 244-245]. Значит, «кнопочки блокировки» дыхания на общей и совместной траектории: социальное напряжение, крик, конфликт, страх перед громким голосом старшего начали формироваться в прошлом, а ритуал чаепития их подсветил как выравнивающий напряжение семейным чаепитием, мирно текущим разговором за столом. А если идти ещё глубже – это и история родов, связанная с задержкой дыхания. И отсутствия первого крика, и первым кормлением, наверное, недостаточным после часа ночи. Подобное, в связи с якобы непонятно откуда пришедшим кашлем, описала автор Ритмометода:

«Мужчина, рождённый около 12 ночи, начиная с 11-ти вечера постоянно ходил к холодильнику, чтобы подкрепиться – для него это было нормой. Тут мужчина начитался о правильном образе жизни, о здоровом питании и решил, что после 6-ти ему есть нельзя, точнее, не положено. На третий день

такой диеты он начинает задыхаться. Перепуганный происходящим, мужчина обращается к врачу. Теперь представьте картинку. Подходит к нашему мужчине обычный доктор и говорит: “Скажите: чашка чая, чашка чая, чашка чая...”. А мужчина этот постоянно пьёт чай в огромных количествах. Когда его спрашивают: “...Что будете есть?”, он говорит: “Чай; чашка чая, чашка чая, чашка чая”. Если бы доктор занимался ритмологией, он был сказал: “Чаша сердца, Чаша сердца, Чаша сердца”. Но наш доктор ритмологией не занимался, но он прикоснулся к ритмологу, поэтому ему осталось сказать: “чашка чая”. И дальше он ставит такой диагноз: “В 12 ночи ваш желудок захватывает вашу гортань и начинает поедать её, потому что вы желудок не покормили во время своего рождения”. ...Отпустите тело на свободу. Дайте ему спокойно выбрать то, что ему сейчас действительно надо, а не то, что в него заложено кем-то. Дайте своему телу каким-то образом отработать свой личный режим» [16, с. 44-45].

Но это уже прочтение других знаков и знакорядов, объясняющих выбор профессии филолога, научная работа исследований о понимании текста, написание книг, тяготение к энергии (привела в Метод книга «Освобождение от энергии»)...

Дополнительную пустотность мозгу, позволяющую прочесть прошлый бытовой опыт чаепития, проанализировав и пролонгировав его, расширив личную траекторию и просмотрев её изменчивое многообразие во времени от употребления окрашенного кипятка до китайской чайной церемонии, позволил инструментарий Метода своей возможностью работать с прошлым, планетарным временем.

Более того, прочитан не только каждодневный повтор японского чайного ритуала: цикла утреннего повтора, протянув и прочитав тематические нити и знакоряды: «уменьшая мгновенья свиданья // Из-за наших обид и страстей» [1, с. 6].

Ритуал чаепития отобразил ситуацию гашения противостояния мужского и женского (папы – мамы) в семье, соперничества их постоянного, скрытого и открытого противостояния по принципу «кто главный» и перманентного перемирия, но не гармонии. Отследил, протянув нити своего отношения к сути женской цивилизации, ощутил силу и глубину её чувственности, ранее недоступной, точнее, невидимого как объекта для мужского мозга (хотя себя никогда не считал бесчувственным...), открыв ощущение планетарности как стихийности. Понял – женская стихийность не логика, а иное измерение планеты, первичное, после которого уже идёт логика. Она более тонкая, изящная, направленная на созидание и оберегание материи. («Земля – очаг, и я

её хранитель... // Свои направлю песнопенья // На мир, на жизнь, на истину добра» [1, с. 35].)

Прочитан и поставлен под контроль сознания интерес к японской борьбе – разновидности У-Шу. Прочитана ранее непонятная линия чайной церемонии – с летальным исходом из-за особой бойцовской практики: блокировкой Ян и Инь ритма сердца партнёра.

Ушло страстное отношение и остался интерес к чаю как к знаку общей траектории.

И последнее, но не окончательное, так событие перехода из мира в Хладастейный план и поле и в практику реальной ритмологии открыто, а это бесконечное деяние, два примера. Подарок автора во время первой встречи в Киеве в апреле-мае 2000 года – она убрала из моей жизни алкоголь и запах сигарет, раньше, как ни старался, этого сделать не смог. Сделано это было автором мягко. Сейчас у меня получилось после ритмологического прочтения убрать привязанность к чаю самостоятельно, хотя тело сопротивлялось. И стало понятно, что такое «пустотность» и её сила без усилий.

#### *Список литературы*

1. Лучезарнова Е.Д. Звёздные ритмы времени. В 13 т. Т. 1 – 4-е изд. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 272 с.
2. Лучезарнова Е.Д. Звёздные ритмы времени. В 13 т. Т. 2 – 4-е изд. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 256 с.
3. Лучезарнова Е.Д. Звёздные ритмы времени. Т. 3 – СПб.: РАДАТС, 2007 – 352 с.
4. Лучезарнова Е.Д. Звёздные ритмы времени. Т. 12 – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 240 с.
5. Лучезарнова Е.Д. Многомерность уникальности: в 63 т. Т. 3. Довожу до вашего сведения. – М. : РИТМ 25, 2011. – 276 с.
6. Лучезарнова Е.Д. Многомерность уникальности: в 63 т. Т. 22. Пламенея вестью. – М. : РИТМ 52, 2013. – 274 с.
7. Лучезарнова Е.Д. Ритмика для события. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 176 с.
8. Марченко Е.Д. Ликование. – СПб. : РАДАТС, 2009 – 384 с.
9. Марченко Е.Д. Выход за магический кристалл. – СПб. : РАДАТС, 2006. – 160 с.
10. Лучезарнова Е.Д. Живая книга. – М. : РИТМ 52. 2010 – 296 с.
11. Лучезарнова Е.Д. ИРЛЕМ. Ритмология. – СПб. : РАДАТС, 2009 – 48 с.

12. Лучезарнова Е.Д. Каким должен быть осваивающий ритмологию. – М. : РИТМ 25, 2012. – 36 с.

13. Марченко Е.Д. Мир глазами луча: Маленькая страна (Япония) : путевые заметки Евдокии Марченко (учебно-методический фильм). – СПб. : РАДАТС – 2006. – Иллюстрация движущееся; двухмерное), видео.

14. Марченко Е.Д. Освобождение от энергий: В 2 т. – СПб. : РАДАТС, 2008. – Т. 2 – 208 с.

15. Марченко Е.Д. Ожидаемое. – СПб. : РАДАТС, 2004 – 288 с.

16. Марченко Е.Д. Основные координаты. – М. : РИТМ 25. 2010. – 128 с.

17. Лучезарнова Е.Д. Ритмология от события, или К чёрту общество чистых тарелок. – 4-е изд., дополненное – СПб.: РИТМОВЗЛЁТ, 2017. – 392 с.

18. Лучезарнова Е.Д. Соприульотк. – 12-е изд., переработанное и дополненное. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 448 с.

*Кичигина В.В.*

### **МЕТОДИКА НАПИСАНИЯ ПУБЛИЧНОГО ТЕКСТА (ОБОБЩЕНИЕ ЛИЧНОГО ОПЫТА)**

*«Любая научная разработка  
начинается с ритмологического описания  
и заканчивается сбором на ритм».*

**Е.Д. Лучезарнова. Откровенное знакомство, ч. 3**

Корректное проявление в Ритмометод 7P0 Евдокии Лучезарновой предполагает работу по законам замещения и легализации. Один из вариантов такой работы – взаимодействие с некоординатным миром через публикации. Есть несколько форм таких публикаций:

1. Публикации на сайте Координатного мира «Мир ХЛиР».
2. Блогерские посты и видеосюжеты.
3. Статьи в периодических изданиях (газетах, журналах, альманахах и т.п.).
4. Научные публикации различного уровня.

В процессе постижения себя в Ритмометод 7P0 Е.Д. Лучезарновой в течение восемнадцати лет мы нарабатывали определённый опыт в каждой из

таких форм. Данная статья представляет собой попытку обобщения этого опыта, поскольку работа с оформленной памятью является закономерным этапом самопознания.

Желание проявиться как активный участник координатного сообщества может быть продиктовано самыми разными причинами – от необходимости сбора Событийных и Ритмологических нитей до Лучевого задания. В любом случае, для корректного проявления необходимо чётко представлять его цели и задачи. Мы предлагаем отследить себя на нескольких этапах подготовки к взаимодействию в причинно-следственном поле человечества.

### **Этап 1. Определение собственной стартовой позиции.**

На данном этапе необходимо понять, в каком качестве вы как автор хотите проявиться: вы можете идти как ритмолог из света в луч, как ритмолог из света в мир или же как человек, пытающийся понять новую реальность, в сообщество таких же, как вы. Определение собственной стартовой позиции поможет избежать недоразумений на дальнейших этапах проявления. В процессе подготовки себя целесообразно работать с ритмомерами. Особенно эффективной для меня оказалась ритмомера «Ликвидация лжи. Чистота». Многократное её применение дало ощущение границ проявления в конкретной аудитории: публикуя результаты, рассказываю о себе – это вызывает доверие и расширяет диапазон восприятия.

### **Этап 2. Определение целей высказывания.**

Обращаясь к читателям и слушателям, важно знать, зачем вы это делаете – хотите поделиться радостью результатов, достигнутых благодаря Методу, обозначить пути решения определённой проблемы, сообщить некую, ранее неизвестную информацию, продемонстрировать приёмы нового прочтения уже давно известного, привлечь внимание авторитетного для вас адресата, либо же что-то ещё. Качественная работа на первом этапе поможет в формулировке цели, которую имеет смысл переизлучить. Лёгкость выбора языка переизлучения может служить критерием уровня проработки себя на данном этапе.

Не имеет смысла ставить ближайшей целью достижение позитивного результата: человечество работает по закону отображения. Формулы и фазы этого закона даны в книгах «ИРЛЕМ», «Озаригн», «Радастея», «Зитуордэнь». Если вы хотите понравиться своей аудитории, либо приготовьтесь ждать третьего рубежа отображения, либо поменяйте цель.

### **Этап 3. Определение целевой аудитории.**

Очень полезно мысленно нарисовать портрет своего адресата. Частью какого этноса он является? Возможно, это кто-то из ваших родителей или близких друзей, ваши коллеги или участники клуба «ЗД-сбор», соседи, жители города, страны или человечество в целом. Возможно, вы хотите быть услышанными представителями иных видов разума. В таком случае, целесообразно почитать книгу «Радастея» прежде, чем задействовать человеческий язык для общения с ними.

### **Этап 4. Выбор темы сообщения.**

Определитесь с тем, о чём вы будете писать/говорить. Пусть это будет информационное пространство, в котором вы чувствуете себя уверенно и комфортно. Если, например, вы хотите поделиться с участниками клуба результатами переизлучения, будьте готовы ответить на вопросы о том, что побудило сделать вас это переизлучение, как оно связано с темой, над которой вы работаете, чем обусловлен выбор языка и т.п. Книга «ИРЛЕМ» на данном этапе станет лучшим помощником. Для ритмолога главный критерий – время, поэтому достаточно уверенно вы будете чувствовать себя в теме, на разработку которой затратили наибольшее количество времени.

Если вы обращаетесь к специализированному человеческому сообществу, будьте уверены, что оно оценит только того, кого сможет опознать по определённым именованным этикеткам: вашу статью не примут для публикации в авторитетный научный журнал, если вы не имеете научной степени кандидата или доктора наук и не работаете в государственном учреждении по специальности; ваши стихи не возьмут в солидный сборник, если вы не являетесь членом какого-либо творческого союза и т.д. Качество текста в этом случае значения не имеет.

На данном этапе уже можно составить жёсткую формулировку с опорой на результаты работы на предыдущих этапах. Например:

«Я, ритмолог (жизни, консультирования, сопровождения...) Фамилия Имя Отчество, пишу статью для сайта “Мир ХЛиР” для того, чтобы расширить представление Координатного сообщества о результатах переизлучения на языке номерной Хладавит».

В данном случае уместно и упоминание о ваших координатах, в частности, Облика.

Ещё вариант:

«Я, Фамилия Имя Отчество, ритмолог (жизни, консультирования, красоты и гармонии...), делаю пост в соцсетях с целью дособрать себя по отображениям»; или «Я, Фамилия Имя Отчество, кандидат ... наук, пишу статью об отличии стиха от ритма с целью корректно ввести имя Евдокии Дмитриевны Лучезарновой в информополе человечества».

Переизлучать данную формулировку необязательно, это промежуточный этап вашей работы, позволяющий перейти непосредственно к содержанию вашего высказывания. Сейчас целесообразно поработать с ритмами: найти ритмы по слову-организатору, составить ритмический рисунок, переизлучить ключевые слова внутри ритма. Ритмы заполнят трещину времени и, возможно, проблема, вынудившая вас взяться за перо (на первом этапе), растает без необходимости уплотнения текста. Если же желание писать не исчезло или вы работаете по определённому заданию, тогда имеет смысл перейти к следующему этапу.

#### **Этап 5. Работа над текстом.**

Работа над текстом достаточно кропотлива. Она включает в себя:

- соответствие теме;
- внутреннюю логику изложения;
- чёткую композиционную структуру;
- аргументированность и доказательность основных положений;
- корректность цитирования задействованных источников;
- адекватность языку и стилю целевой аудитории.

В результате должен получиться качественный текст, который не только позволит достигнуть поставленной цели, но и даст возможность укрепить именную составляющую вашей псевдосферы «человек».

Основное внимание при работе на данном этапе следует уделить определению базовых понятий Метода. Уникальность Метода в том, что, при кажущейся простоте, такие понятия, как Ритм, Ритмика, Ритмология сложно объяснить на языке науки. При этом не следует забывать, что термины «ритм», «ритмология» известны человечеству в других контекстах. Корректное сопряжение собственных исследований в рамках Метода с историей вопроса даст возможность уменьшить пенообразование при восприятии, а значит, упрочит бережное отношение к тем категориям, которые задействуются Лучом.

Универсальность данных автором Метода определений начинаешь постигать, когда пытаешься ввести их в собственный текст, с одной стороны, без потери авторства, с другой – в логике собственного исследования. Опре-

деление ритма с позиций разных наук будет различным. Ритмологическое освещение проблемы, поставленной в тексте, не значит догматическое цитирование книг автора или свободный пересказ ритмологии. Простота и чистота в определении базового понятия через призму собственного опыта – главный критерий соответствия «человеческого текста» ритмологическому осмыслению и главная трудность в написании ритмологом статьи для научного сообщества. Все остальные полезные навыки легко наработать, либо же они по умолчанию присутствуют у имеющих научную степень.

Ключевым понятием данного этапа, на наш взгляд, является «презумпция знания». Проработать эту тему можно взаимодействием с книгой «Ритмология от события», многократным разуплотнением с отслеживанием результата в практической работе. Так, например, можно записать несколько определений понятия «Ритмология» своими словами до, в процессе и после разуплотнения «презумпции знания». Такая работа в собственной именной лаборатории даст возможность увеличить потенциал в разных формах времени жизни и получить качественный текст как побочный эффект совершённых ритмологических действий.

Подводя итог, отметим, что работа во взаимодействии с человечеством – это постоянная работа на сопротивление: поскольку чёрная дыра втягивает, состояние ритмолога легко потерять и из разума нормы снова перейти в разум страдания. Тем не менее, именно этот процесс даёт возможность ощутить себя членом Экспедиции в человечество, что может быть невероятно интересно и целесообразно при взаимодействии с судьбой на пути к Сокровенному имени.

#### *Список литературы*

1. Лучезарнова (Марченко) Е.Д. Озаригн. – М. : РИТМ 25, 2012. – 368 с.
2. Лучезарнова Е.Д. Зитуордэны. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2017. – 240 с.
3. Лучезарнова Е.Д. Ритмология от события, или К чёрту общество чистых тарелок. – 4-е изд., дополненное. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2017. – 392 с.
4. Марченко Е.Д. ИРЛЕМ. Часть 1. Озаригн. – СПб. : РАДАТС, 2009. – 360 с.
5. Марченко Е.Д. ИРЛЕМ. Часть 2. Радаст. – СПб. : РАДАТС, 2009. – 168 с.
6. Марченко Е.Д. Радастея. – СПб. : РАДАТС, 2009. – 280 с.

*Кравченко С.Н.*

## **ВРЕМЯ – ГЛАВНЫЙ ФАКТОР В ПОЗНАНИИ СТРОЕНИЯ МИРОЗДАНИЯ**

*Аннотация.* Сделан краткий анализ различных подходов науки к изучению субстанции «время». Показано, что за последние сто лет на фоне огромных достижений в различных областях естествознания официальная наука мало продвинулась в познании времени. И лишь в трудах В.И. Вернадского, Н.А. Козырева (и его последователей) и Е.Д. Лучезарновой «время» стало изучаться и использоваться на практике как изучаются другие основные категории материального мира: энергия, материя, пространство и информация.

*Ключевые слова:* Мироздание, время, кванты, причинная механика, ритм, ритмология.

Немного истории:

- В античные времена (Аристотель): всё дискретно, время так же дискретно, атом – наименьшая неделимая частица.

- Немногим более 300 лет тому назад пришла классическая физика Ньютона: время непрерывно, разница между двумя событиями может быть ничтожно мала.

- А в прошлом столетии появилась теория относительности Эйнштейна (1905, 1915 годы): к трёхмерному пространству добавилась 4-я ось – ось времени и стали говорить о четырёхмерном пространстве-времени.

- И наконец, квантовая механика: снова всё дискретно, всё квантуется: и пространство, и энергия, и время.

В современном естествознании прочно укоренилось классическое представление о времени, основным свойством которого является его длительность, и допущения о его одномерности, однородности и непрерывности. И все классические теории, включая теорию относительности, пользуются таким представлением о времени. Однако есть вопросы, которые требуют ответа. Почему вообще время течёт и к тому же всегда только в одном направлении? Посредством какого именно механизма (физического поля) поддерживается согласованность темпов течения времени в разных точках пространства? Конечно, попытки дать ответ на эти вопросы в науке предпринимались, но убедительного объяснения не было получено. «Несмотря на фундаментальность времени, в физике пока нет ещё детально разработан-

ной концепции понятия “время”. Более того, не сформулировано даже сущностное определение времени, которое бы полностью конкретизировало его свойства, а имеются только операционные определения, которые указывают различные способы измерения промежутков времени» [1, с. 411-412].

Понимая эту проблему, академик В.И. Вернадский, писал: «Наука двадцатого столетия находится в такой стадии, когда наступил момент изучения времени, так же как изучаются материя и энергия, заполняющие пространство» [1, с. 413]. И практически единственный учёный, кто эту задачу активно решал в прошлом столетии, был астроном Н.А. Козырев [1-3]. Изучая время как самостоятельную субстанцию, Козырев создаёт новую науку – науку о физических свойствах времени, назвав её «причинной механикой». Рассмотрим очень кратко основные идеи учёного.

В причинной механике Н.А. Козырев формулирует три постулата физических свойств времени:

1. Время обладает особым свойством, создающим различие причин от следствий, которое может быть названо направленностью или ходом. Этим свойством определяется отличие прошедшего от будущего.

2. Причины и следствия всегда разделяются пространством. Поэтому между ними существует сколь угодно малое, но не равное нулю, пространственное различие  $\delta x$ .

3. Причины и следствия различаются временем. Поэтому между их проявлением существует сколь угодно малое, но не равное нулю, временное различие  $\delta t$  определённого знака.

Как видно из данных постулатов, название «причинной» механика Козырева получила в связи с тем, что в основе её лежит связь времени с причинностью. Важно отметить, что в «причинной» механике временной порядок представляет собой основу порядка причинно-следственного, а не наоборот. Или другими словами: время обладает таким свойством, которое порождает различие между причиной и следствием. В то время как в классической механике постулируется принцип «причина адекватна следствию». Это принципиальное различие в теориях побудило Н.А. Козырева к поиску конкретных экспериментально наблюдаемых эффектов проявления свойств времени в причинно-следственных отношениях нашего мира. «Время представляет собой целый мир загадочных явлений, и их нельзя проследить логическими рассуждениями. Свойства времени должны постоянно выясняться физическими опытами» [1, с. 345]. Им были проделаны и опубликованы результаты разносторонних опытов, подтвердивших основные положения теории.

Выделим важный результат «причинной» механики: время может воздействовать на физические системы, на вещество и становится активным участником Мироздания. Н.А. Козырев писал: «Механика Ньютона-Эйнштейна и атомная механика приводят к первому и второму началам термодинамики. Поэтому в Мирах, отвечающих этим механикам, возможны только процессы, при которых происходит возрастание энтропий, ведущие к тепловой смерти. Реальный же Мир, благодаря конечности хода времени, имеет своеобразные свойства. Этот Мир может бороться со смертью противоположными процессами, которые могут быть названы процессами жизни, если употреблять это слово в самом широком его смысле» [3]. Мы подошли, может быть, к самому важному результату исследований Н.А. Козырева: всё Мироздание есть самоорганизующаяся, живая сущность и ведущая роль здесь отводится времени.

Он также считал, что:

- Любые процессы угасания, таяние снега, сахара, льда либо их кристаллизация – эти преобразования вещества способствуют либо поглощению, либо выделению времени.
- Звёзды, Солнце – должны были бы погаснуть, т.к. излучают намного больше, чем выделяемая энергия горения.
- Звёзды горят за счёт времени.
- Время запускает процессы.
- Время есть энергия события.

Для объективности, отметим трудности в экспериментальной проверке «причинной» механики. О них писал сам Н.А. Козырев: это очень низкий уровень сигналов на фоне шумов экспериментальных установок, сложность и опосредованность методик исследований и низкая повторяемость результатов. Это является причиной того, что пока очень мало энтузиастов – продолжателей работ учёного. Кроме того, Н.А. Козырев писал, что в силу специфики его механики исследования нужно вести в области естествознания, а не математики или теоретической физики.

Сегодня идеи Козырева продолжают теоретически и экспериментально развиваться в созданном Институте исследований природы времени [8]. В нём работают семинар по темпорологии и различные лаборатория-кафедры. Интересный подход к изучению времени предпринят в гуманитарных науках [6]. Там активно начали использовать понятие, введённое Козыревым: «генерируемые потоки времени».

Если теперь перейти на квантовый уровень, то в мире квантуется всё: энергия, пространство, материя и время. Есть в физике такая константа: постоянная Планка  $h$ , она определяет величину квантов:

- пространства:
  - длины –  $\delta l = 10^{-33}$  см;
  - площади –  $\delta s = 10^{-66}$  см<sup>2</sup>;
  - объёма –  $\delta v = 10^{-99}$  см<sup>3</sup>;
- времени –  $\delta t = 10^{-44}$  сек;
- энергии –  $\delta E = h/l$ ;
- массы –  $\delta m = \delta E/c^2$ ;
- информации – бит.

И, следуя Козыреву, любое возникновение или разуплотнение материи, движение или перемещение в материальном мире есть суть причин и следующих за ними следствий, а между ними связующим звеном являются кванты времени. И так, квант к кванту (кванты энергии, пространства, материи), скреплённые квантом времени, идут любые процессы в Мироздании. Но так происходит не всюду, а лишь в материальном мире, где всем правит время. В непроявленном мире, мире тонких и сверхтонких энергий понятие времени в привычном для нас виде отсутствует – там всё едино: и прошлое, и настоящее, и будущее.

Можно проиллюстрировать сказанное выше такой простой моделью: пусть, например, крупные шары – это кванты пространства, а поменьше – кванты времени (рис. 1). Тогда крупные шары (кванты пространства), скреплённые меньшими (квантами времени), и образуют пространство. Уберём время – исчезнет и пространство.

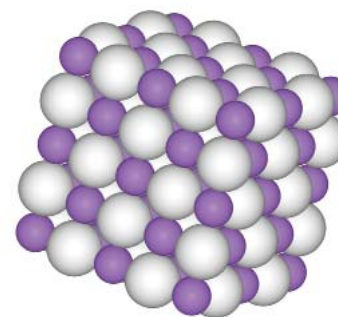


Рис. 1. Упрощённая модель пространства: кванты пространства скреплены квантами времени.

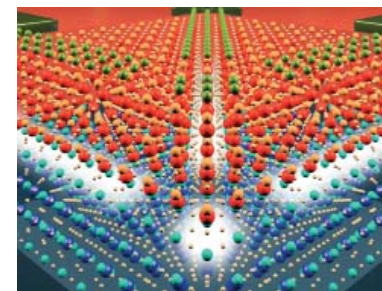


Рис. 2. Упрощённая модель Мироздания



Пусть, например, крупные шары – это кванты пространства, а поменьше – кванты времени. Тогда крупные шары (кванты пространства), скреплённые меньшими (квантами времени), и образуют пространство. Уберём время – исчезнет и пространство.

Но т.к. мы уже знаем, что Мироздание имеет колоссальной сложности строение, то следующим приближением может быть картина на рис. 2 \*. Пусть кванты пространства, материи либо энергии – это переплетение разноразмерных шаров, а самые маленькие, но в большом количестве – кванты времени, которые скрепляют предыдущие. Теперь можно представить, как введение времени формирует пространство, материю или энергию, а выведение времени приводит к разрушению всей конструкции мира.

Дальнейшее развитие науки о времени мы находим в ритмологии Е.Д. Лучезарновой (Марченко), тоже астронома [4-5]. Мы знаем, что в Мироздании всё от атома до галактики подчинено ритмам. И если снова начать с уровня квантов, то ритм, задающий такт любым процессам и явлениям в природе, очевидно, тоже состоит из квантов времени. И если у Козырева мы находим, что время управляет процессами, то у Лучезарновой ритм рождает (выделяет) время, а, значит, ритм в действительности правит миром.

Основная заслуга Е.Д. Лучезарновой состоит в том, что она нашла простой путь овладения ритмическими процессами природы через открытую ею словесную форму ритма. Ритм Лучезарновой – это звуко-буквенно-речевая конструкция, внешне напоминающая стих, но принципиально отличающаяся от него. Ритмов написано много и каждый имеет свою направленность действия, а их сочетание может производить воздействие как на живую, так и «косную» материю в неограниченных масштабах. И если в опытах Н.А. Козыреву приходилось ловить результат в малых долях процента исследуемого параметра объекта, то действие ритмов Е.Д. Лучезарновой можно фиксировать в макромасштабах.

Сотрудниками Института ритмологии, созданного Е.Д. Лучезарновой, проведены тысячи опытов по действию ритмов на погоду, и неизменно получали положительный результат. У сотрудников и слушателей Института ритмологии штатным является выстраивание позитивных событий деловых встреч, перемещений в транспорте, воздействие на состояние здоровья, самочувствие, мыслительную и творческую деятельность.

Вот один из примеров влияния ритмов на живую материю.

\* Модель из свободного интернета и иллюстрирует совсем другой объект (автор не установлен). URL: <http://www.chronos.msu.ru/ru/index>.

На фото (рис. 3) веточка розы, подаренная ко дню рождения координатной сотруднице, находилась в помещении, где постоянно читались ритмы и звучали мелодии на ритмы. Справа можно видеть увядший бутон розы, а слева вырос совершенно здоровый новый бутон. Иногда этих бутонов на одной веточке могло быть несколько. И если обычно срезанные розы стоят несколько дней, то розы, выросшие на ритмах, не вяли более двух месяцев. В дальнейшем их даже приходилось пересаживать в грунт. Такое влияние ритмов на рост роз наблюдалось на протяжении нескольких лет. Достоверность данной информации могут подтвердить сотрудники Центра практической ритмологии, работавшие в нём в начале нулевых годов.

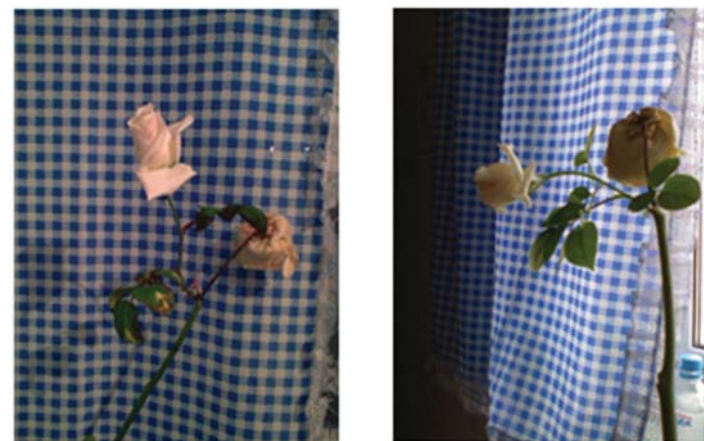


Рис. 3. Бутон розы, выросший на ритмах. (Съёмка в двух ракурсах.)

Как же работает ритм? Можно представить такую простую аналогию: звуки, слова и словосочетания, из которых состоит ритм, чередуются в определённой последовательности, а их совместное звучание напоминает поезд, состоящий из отдельных вагончиков. Такой состав приходит в движение и через какое-то время (как и ритм) достигает своей цели. Ещё более сходным по воздействию ритмов Е.Д. Лучезарновой (особенно когда они положены на музыку) на человека есть высокохудожественные музыкальные произведения мировых классиков, несущие людям тонкую энергию и любовь. Но простота применения, диапазон и сила воздействия ритмов значительно выше.

Главная особенность ритмов есть рождение времени, а через время идёт управление энергией, пространством, информацией. Введение ритма в событие приводит к его развёртке, а выведение ритма из события – к его свёртке. У Козырева есть формула: «время – есть энергия события», а у Лучезарновой она дополнена: «пространство – есть информация события». Выстраивается последовательная цепочка: ритм – время – энергия – пространство – информация – событие. Пространство и информация есть производные от энергии, т.е. в Мироздании всё есть энергия; энергию рождает время, а время рождает ритм.

В новой науке ритмологии Е.Д. Лучезарнова впервые дала возможность каждому прикоснувшемуся к ритму работать со временем. Оказалось, что со временем можно работать как с любой материальной субстанцией:

- его можно рождать, замедлять либо ускорять;
- время можно излучать, капсулировать или гранулировать;
- время можно привносить или убирать из события;
- время действует на погоду и материю;
- от рождения время нам даровано природой;
- время также можно получать любым действием:
  - от других людей через общение;
  - от прикосновения телами;
  - при смене положения тела (лечь, сесть, встать...);
  - но самое ценное – получать время можно из ритмов.

За 30 лет Е.Д. Лучезарнова полностью сформировала ритмологию как науку о времени и дополнила её ритмовременем, которое изначально в проявленном мире не существует, но проявляется специальными ритмами особого строения. Кроме теоретической основы новой науки – ритмологии, разработана практическая методика – Метод 7P0, где с помощью специально построенных схем прочтения ритмов можно получать время, создавать нужные или убирать ненужные в жизни события.

#### *Список литературы*

1. Козырев Н.А. Избранные труды / Н.А. Козырев. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1991. – 445 с.
2. Козырев, Н.А. Внутреннее строение звёзд на основе наблюдательных данных / Н.А. Козырев // Вестник Ленинградского университета. – 1948. – № 11. – С. 32-35.
3. Козырев Н.А. Причинная или несимметричная механика в линейном приближении / Н.А. Козырев. – Пулково, 1958. – 90 с.

4. Марченко Е.Д. Освобождение от энергии / Е.Д. Марченко. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 1997. – 384 с.

5. Марченко Е.Д. Освобождение от информации / Е.Д. Марченко. – Москва: Тройка, 1998. – 632 с.

6. Шалыгин О.В. Антропологический смысл художественного ритма / О.В. Шалыгин // Труды кафедры философии и культурологии Академии повышения квалификации работников образования. – 2001. – С. 11.

*Малюткина Е.П.*

### **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОМ СТРЕССОВОМ РАССТРОЙСТВЕ ПОСЛЕ СМЕРТИ БЛИЗКИХ**

Современные условия жизни характеризуются повышением частоты и интенсивности стрессовых воздействий. В связи с этим возрастает распространённость психогенных расстройств, в том числе посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), и интерес исследователей к их изучению.

Описывают три группы населения, у которых может развиваться ПТСР. Одну из групп составляют те, кто пережил смерть близких людей. Стрессор утраты близких людей является самым массовым среди населения. Смерть эмоционально значимых лиц (родственников, друзей, сослуживцев и др.) сопровождает по жизни практически каждого взрослого человека. Полагают, что часто психическая травма носит комплексный характер [7].

Несмотря на широкое применение медикаментозной терапии ПТСР, наиболее эффективным считается психологическая коррекция с использованием психотерапевтических методик. Самыми распространёнными методами психотерапии ПТСР, как за рубежом, так и в нашей стране, являются: когнитивно-поведенческий метод, метод десенсибилизации, метод психодинамической терапии, гипнотические методы. Успешные результаты дают реабилитационные комплексные программы с включением семейной психотерапии, интегративные подходы.

Основными принципами психотерапии рассматривают нормализацию, партнёрство и повышение достоинства личности, индивидуальность, междисциплинарный подход [5]. Целью когнитивно-поведенческой терапии яв-

ляется восстановление искажённого восприятия, оценки себя и окружающего мира, избавление от навязчивых мыслей, уменьшая чувствительность пациента к травме через повторное её переживание [9]. Многообещающие результаты даёт этот метод при наличии кошмаров и бессонницы [11]. Метод десенсибилизации является также эффективным [5]. Он позволяет уменьшить проявления ПТСР и включает дыхательные упражнения, обучение расслаблению, останавливать мысли, применяются ролевые игры и реструктурирование искажённых мысленных образов [13]. В то же время некоторые авторы не рекомендуют вести с пациентами разговоры, затрагивающие травматические события, предлагают ограничить просмотр телепередач, освещающие их, встреч с людьми, настаивающих на разговорах о трагических событиях [13]. Автор рекомендует пациентам, страдающим ПТСР заботиться о своём питании, отдыхе, выполнять физические упражнения, общаться с семьёй и друзьями, заниматься дополнительной деятельностью, что помогает расслабиться и реорганизоваться. Кроме того, автор признаёт успешной поведенческую групповую терапию и рациональную.

Другие авторы находят, что психодинамическая терапия эффективна при ПТСР [1, 12], в ходе психодинамической терапии особое значение имеют интерпретации и тщательная проработка сообщений, полученных при анализе травмированных пациентов [1]. При этом авторы отмечают достоверное снижение личностной, ситуативной тревожности и фрустрированности, уменьшение навязчивых мыслей, хотя уровень ригидности и агрессивности практически не изменялся.

Широкое распространение получили интегративные подходы при оказании психологической помощи при ПТСР, эффективно применяемые, в том числе, и при стрессах, дающие более быстрые положительные результаты, чем медикаментозное лечение [6]. Считают полезным при проведении психотерапии ПТСР акцентировать внимание на принципе «здесь и теперь», так как это помогает использовать психологические особенности личности при расстройстве, проявляющиеся непосредственно во время сеанса [8].

Коррекция ПТСР может быть более эффективной, если учитывается система культуральных ценностей пациентов, особенно семейных отношений, религиозных верований [2].

Е.Д. Лучезарнова, изучая время как живую субстанцию, даёт свою, оригинальную трактовку слову «смерть», она пишет: «Само слово “смерть” подразумевает “мера”: мера времени, которая отпущена какому-то существу» [3, с. 4]. В методике, в серии книг «Ритмомеры» она предлагает ритмомеру «Достижение бессмертия», принятие которой людям с длительным пережи-

ванием по поводу смерти значимого близкого эффективно помогает пережить утрату [3].

Своевременность оказания психологической помощи пациентам, пережившим смерть значимых близких, является одной из важнейших задач терапии ПТСР и его профилактики. Психологическая помощь ПТСР при воздействии на человека различных видов стрессоров и, в частности, стрессора смерти близких, остаётся в настоящее время до конца не разработанной и поэтому перспективной для дальнейших исследований.

### Особенности стрессора утраты близких людей

Утрата близких людей является комплексной психической травмой: и внешней, и внутренней. Это обусловлено тем, что, с одной стороны, происходят изменения во внешней среде, социальном окружении индивидуума, с другой стороны, длительное стрессовое реагирование индивидуума на уход из жизни человека констатируется в том случае, когда есть внутренняя эмоциональная привязка к умершему субъекту. На определённое время у каждого индивидуума, переживающего утрату эмоционально значимых близких людей, происходит «отделение» части «я», нарушение идентичности, порождается необходимость изменения социального и ролевого поведения, личностных изменений, которые могут способствовать как саморазрушению, так и развитию зрелости, самостоятельности.

Стрессор утраты близкого человека имеет и индивидуальный характер, так как каждый респондент, переживающий смерть близкого ему человека, воспринимает это событие как индивидуальную травму. В то же время такого типа стрессор носит и массовый характер в силу социального устройства человеческой жизни, наличия родственных, дружеских, соседских, коллегиальных отношений практически у каждого человека, особенно трудоспособного возраста. К тому же утрата близких людей сопровождается практически каждого человека в течение жизни.

Психическая травма, обусловленная смертью близких людей, связана с объективной реальностью конечности жизни и поэтому имеет экзистенциальный и философский характер – связана с понятиями жизни и смерти, их смысла и осознания, а также тесно связана с духовно-нравственным уровнем существования человека. Это важно учитывать при оказании психологической помощи.

Проявления ПТСР при воздействии тяжёлых стрессоров сопровождаются навязчивыми воспоминаниями. Наши наблюдения показали, что при

утрате близких людей навязчивые воспоминания имеют особенности. В них отражаются не только негативные переживания непосредственных событий, связанных со смертью близкого человека, но и позитивные воспоминания прижизненных взаимодействий и эмоционально-чувственных ощущений с умершим. Это может вызвать «душевную боль», выраженность которой влияет на состояние психического и физического здоровья индивидуума. Смерть близких людей способствует формированию или актуализации при его наличии страха смерти у человека, что может привести к развитию психических нарушений.

Сильные, особенно длительные переживания утраты близких людей способствуют сужению сознания человека и его фиксации на болезненных переживаниях, а также диссоциации от внешнего мира, в том числе разделу жизни на периоды до смерти близкого человека и после. Кроме того, приводят к изменению жизненных ценностей, внешних и внутренних.

Смерть близких людей вызывает страдания, которые обусловлены, в том числе, невозможностью и незаменимостью утраты. При таком событии нет возможности непосредственно устранить психогенный фактор у индивидуума, ликвидировать стрессор как таковой в силу объективной реальности существования смерти людей как явления. Можно только помочь человеку адаптироваться в новых создавшихся условиях социальной среды.

### **Этапы психологической помощи**

Выявленные особенности стрессора утраты близких людей побудили к разработке и описанию поэтапного оказания психологической помощи пациентам, страдающим ПТСР.

Наибольшее признание при оказании помощи при ПТСР в настоящее время получил комплексный подход – применение различных методов. Такой подход предполагает сочетание биологической терапии с психологической помощью и реабилитационными мероприятиями.

Одним из важных принципов оказания психологической помощи является активное, со стороны психолога, выявление клинических проявлений расстройства. Пациенты чаще всего предъявляют только те жалобы, которые «лежат на поверхности». Часто они фиксируют своё внимание на симптомах, которые от них ожидает психолог, которые «на слуху» в обществе, в первую очередь, та симптоматика, которая нарушает их самочувствие и трудоспособность. К одним из таких проявлений относятся эмоциональные нарушения, например, нарушение сна, подавленное настроение, симптомы сомати-

ческого характера. Жалобы на навязчивые мысли, воспоминания, действия, тревожные проявления и особенно дереализационно-деперсонализационные, часто не только не предъявляются, но и скрываются из-за страха, что пациента примут за «сошедшего с ума». По этой причине многие пациенты вообще не обращаются ни к психологу, ни к психотерапевту.

Тактика оказания психологической помощи каждому индивидууму должна быть обоснованной, прежде всего, характером и степенью выраженности клинических проявлений ПТСР и учитывать индивидуальные особенности пациента.

Объём психологической помощи зависит от многих аспектов. Большое значение имеет желание самого пациента. Выбор психологической помощи может зависеть от подготовки специалиста. При этом необходимо обратить внимание, что одни методы психотерапии при оказании психологической помощи направлены на купирование симптомов ПТСР, другие – на психологическую коррекцию личности. Более предпочтительна, на наш взгляд, психотерапевтическая помощь, направленная на коррекцию личности, включая поведенческую, а главное, обучение конструктивному межличностному общению. Учитывая, что при ПТСР после смерти близких имеет большое значение нарушение межличностных отношений, наиболее целесообразна социально-психологическая направленность психотерапевтических методов. При этом необходимо обратить внимание, что иногда среди специалистов наблюдается тенденция к стремлению оказания краткосрочной психологической помощи, что не всегда оправдывает себя. Как правило, краткосрочная психотерапия даёт нестойкий эффект, направлена чаще всего на купирование симптомов ПТСР и не затрагивает личностных особенностей индивидуума, а тем более межличностную сферу его жизнедеятельности.

При оказании психологической помощи проводилась как индивидуальная психологическая коррекция, так и в группах (групповые тренинги), в зависимости от степени выраженности симптоматических проявлений расстройства и индивидуальных особенностей пациента. С учётом особенностей стрессора утраты значимого близкого мы считаем целесообразным, во избежание психологической травматизации при обсуждении в группе, особенно на первом этапе, проводить несколько сеансов индивидуальной психологической коррекции. Только после этого пациента можно вводить в группу. Группы формировались от 10 до 12 человек. Для проработки одного из трёх уровней пациентам проводилось до 10 сеансов психологической коррекции.

Психологическая коррекция при ПТСР была направлена на помощь пациенту «совладать» со стрессом, вызванным утратой близкого, «переработать»

психическую травму. Было выявлено, что пациенты, страдающие ПТСР после утраты близких, нередко в момент обращения находятся в хронической психически травмирующей ситуации (утрата близкого человека может повлечь за собой материальные трудности, способствовать снижению самооценки и т.д.). Это нами также учитывалось при проведении психологической помощи.

Например, при прохождении психологической коррекции субъекты, утратившие близкого, как правило, изменяют стереотипы своего реагирования и поведения. Окружающие люди замечают эти изменения и часто противостоят им, что может привести к разрыву отношений, конфликту, хотя и временно, это является дополнительным психически травмирующим фактором и болезненно воспринимается пациентами. Одним из характерных симптомов при ПТСР после смерти близкого является чувство одиночества, порой довольно выраженное. При проведении психологической помощи оно может усилиться, так же, как и страх, тревога. Для сохранения выработанного годами приспособительного для их существования поведения и реагирования пациенты часто и сами противостоят возможным изменениям; психологическая помощь вызывает у них недоверие, а иногда усиливает враждебность.

Для пациентов с ПТСР после утраты близкого характерна низкая самооценка, они пессимистичны, как правило, насторожены, напряжены. Поэтому негативное отношение к их реагированию, поведению, высказываниям в группе усиливает у таких пациентов чувство вины, обидчивость, ещё более снижает самооценку, иногда вызывает агрессию. По этой причине необходимо деликатное к ним отношение со стороны психолога.

Целью психологической помощи ПТСР после утраты близких являлась психологическая и социально-психологическая реконструкция личности. По мере изменения личности и её интерперсонального функционирования в процессе психологической коррекции у пациента исчезали симптомы расстройства.

Психологическая помощь проводилась 94 пациентам, 28 (29,8%) мужчинам и 66 (70,2%) женщинам, страдающим ПТСР после утраты близких, с их согласия, добровольно, поэтапно:

1. на субличном уровне;
2. на личностном уровне;
3. на межличностном уровне.

Перерыв между этапами делался для закрепления полученных навыков, для применения полученного опыта в своей повседневной жизни, для наблюдения за собой, углубления познания себя и переосмысления ранее про-

исходящего, а также выявления того, что получалось в обычной жизни пациента, что нет, вне группы.

Основой проводимой психологической помощи являлся позитивно ориентированный подход. С точки зрения позитивного опыта трактовались любые поведенческие проявления, ситуации, реакции в прошлом.

Первый этап психологической помощи – субличный, проводился индивидуально. На данном этапе у пациента с ПТСР после смерти близкого вырабатывались навыки безоценочного восприятия (вижу, слышу, чувствую здесь и сейчас – безоценочно) окружающей действительности, которые формировались осознанно. Этот навык вырабатывается тренировкой и удерживается волевым усилием. Безоценочное восприятие имеет сходство с эмпатическим восприятием, но эмпатия – эмоционально окрашенное состояние, тогда как безоценочное отношение к действительности – констатирующее и лишено эмоциональной окраски. Приобретение навыков восприятия окружающего мира, себя, других людей без предубеждений способствовало расширению рамок осознания внешнего мира, а также повышению уровня самосознания у субъектов. Пациенты с ПТСР после смерти близких обучались без оценочного суждения относиться как к себе, так и к другим людям, к прошлым событиям до и после утраты близкого, что позволяло более реально видеть окружающую действительность, поведение людей, а также начать реально воспринимать себя, и более реальное восприятие своего поведения, реагирования позволяли пациентам избавиться от негативных оценок, в частности, себя, своего прошлого и настоящего. Это способствовало уменьшению у некоторых пациентов проявлений симптоматики дереализации и деперсонализации.

На всех этапах, начиная с первого, каждый сеанс психологической коррекции начинался и заканчивался опросом пациента о его состоянии «здесь и теперь», что позволяло научить их осознавать и при этом вербализовать свои переживания и чувства. У пациентов вырабатывался навык осознания настоящего времени, это способствовало также избавлению от симптомов ПТСР, в том числе соматического характера. Данный психологический приём основан на закономерности, которая заключается в том, что осознанное негативное чувство исчезает за ненадобностью. Закреплению навыка осознания своих чувств способствовал регулярный тренинг.

Второго этап психологической помощи – личностный, проводился в тренинговой группе, где участниками группы приобретались навыки конструктивного личностного функционирования. Члены группы во время тренинга изучали и осознавали свои «привычные» функциональные

эго-состояния личности в традициях транзактного анализа («Родитель», «Взрослый», «Ребёнок»). Изучались закономерности функционирования личности в определённых эго-состояниях, в том числе адаптивных и неадаптивных компонентов, что позволяло им понять закономерности интерперсональных взаимодействий, осознать причины их коммуникативных неудач в прошлом.

Это позволяло индивидуумам дифференцированно осознавать своё поведение и реагирование.

При проведении тренингов на втором этапе участники изучали и осознавали свои внутренние жизненные позиции. Считается, что внутренняя жизненная позиция человека довольно устойчива. К ним относят 4 позиции: 1. «я – хороший, ты – хороший»; 2. «я – хороший, ты – не хороший»; 3. «я – не хороший, ты – хороший»; 4. «я – не хороший, ты – не хороший».

В ходе проведения психологической коррекции было выявлено, что лица, страдающие ПТСР после утраты значимых близких, как правило, имеют внутренние жизненные позиции: одни – «я – не хороший, ты – хороший», другие – «я – хороший, ты – не хороший». При выраженной симптоматике расстройства характерна позиция «я – не хороший, ты – не хороший». У пациентов и в прошлом на этом основывалось формирование внешнего интерперсонального и внутриличностного конфликта, что приводило к низкой самооценке и социально-психологическому стрессу.

При наличии у пациента жизненной установки «я – не хороший, ты – хороший» сразу перейти в позицию «я – хороший, ты – хороший» он не мог. Для этого было необходимо, чтобы сначала он получил навык поведения в позиции «я – хороший, ты – не хороший» и в процессе психологической коррекции осознал чувства, которые присущи этой позиции и тогда был возможен переход в другую позицию с жизненной установкой «я – хороший, ты – хороший».

Наличие у пациента установки «я – хороший, ты – не хороший» не позволяло ему сразу же перейти в позицию «я – хороший, ты – хороший» до тех пор, пока он в процессе психологической коррекции не научался навыкам взаимодействия с жизненной установкой «я – не хороший, ты – хороший».

Более длительно, в процессе психологических тренингов, проводилась личностная реконструкция при наличии у пациента установки «я – не хороший, ты – не хороший». Для этого необходимо было сначала выработать у него навыки функционирования в двух позициях: «я – не хороший, ты – хороший» и «я – хороший, ты – не хороший». После этого у пациента появлялась возможность перехода к конструктивному функционированию: «я – хороший, ты – хороший».

Для изменений жизненных установок тренинги проводились по вышеописанной схеме. После преодоления пациентом внутреннего психологического сопротивления у него происходило осознание своих неконструктивных убеждений и после осознания осуществлялся переход в другую жизненную позицию. Полученные навыки участники закрепляли в тренингах. Переход в другую жизненную позицию позволял субъектам понять и осознать свои глубинные переживания, а также происходило осознание, что другой человек в этой же жизненной позиции также испытывает негативные чувства, и это осознание оказывалось для членов группы особо значительным открытием.

Как правило, при проведении тренингов у пациентов с ПТСР после смерти близких наступало осознание и освобождение от негативных переживаний. Позитивное мышление и отношение, сформированное на занятиях первого этапа, позволяло мягко пережить осознание неконструктивных моментов в своей прежней жизни, и при переходе в другую жизненную позицию у пациентов повышалась самооценка, и только после этого был возможным переход на позицию «я – хороший, ты – хороший».

При развитии ПТСР у человека формируется определённая организация психического процесса, которая имеет свои особенности на каждой стадии развития расстройства и эти особенности выражаются в определённой форме психологических защит эго. Хотя эти защиты деструктивны, с точки зрения здорового функционирования, но, видимо, целесообразны, с точки зрения природы, – они обеспечивают выживание субъекту. На втором этапе психологической помощи постепенно преодолевались психологические защиты, мешающие процессу психологической коррекции. Члены группы активно, с интересом участвовали в тренингах, и при этом улучшалось их психоэмоциональное состояние.

У пациентов исчезали негативно окрашенные навязчивые воспоминания, мысли, внутренние диалоги. У них появлялось чувство «Я», границы, собственное позитивно ориентированное мнение, которое они не боялись высказать, исчезали страхи, формировалась позитивная самооценка, снижался уровень тревоги, происходило отсоединение от утраченного близкого человека, формировалась индивидуальная и социальная идентичность. Появлялось понимание и осознание – как творчески взаимодействовать в эго-состоянии «Взрослый». Полученные навыки пациенты с успехом научались реализовать в своей повседневной жизни, в результате чего у них повышалась стрессоустойчивость, появлялась психологическая гибкость и социальная адаптивность.

К моменту завершения второго этапа клинические проявления ПТСР практически нивелировались. У пациентов появлялись осознанные варианты выбора, и они научались находить конструктивный выход из сложившихся в их жизни ситуаций. При этом у пациентов оставались неконструктивные психологические проявления в межличностных отношениях, которые свидетельствовали о неустойчивости полученных результатов психологической помощи на данном этапе, это проявлялось в преобладании в их реакциях фиксированных, «любимых» чувств, что являлось риском возврата к прежнему состоянию. Третий этап психологической помощи – межличностный. На данном этапе в тренинговой группе пациенты с ПТСР изучали структуры игровых (манипулятивных) межличностных отношений, осознавали свои «любимые» чувства и игры, расширяли навыки творческого ролевого поведения в различных жизненных ситуациях. Участники группы в различных ролях проигрывали ситуации, содержащие психологические игровые (манипулятивные) отношения. Они обучались распознавать отличия манипулятивных и честных отношений и осознавали в процессе психологической коррекции свои «любимые» чувства, которые становились причиной игровых отношений.

Было обнаружено, что когда человек вступает в игровые отношения, он взаимодействует, исходя из своих привычных «любимых» чувств, в «любимом» эго-состоянии, поддерживая тем самым свою «любимую» внутреннюю жизненную установку. При этом у каждого пациента имелся определённый набор «любимых» игр. Это соотносилось с тем, что у них прослеживались в течение жизни следующие чередой различные конфликты, что приводило к тяжёлым стрессам. По этой причине они не могли преодолеть негативные переживания утраты значимого близкого. Поскольку игры, «любимые» чувства поддерживали их внутренний гомеостаз, то стрессы имели для этих людей также гомеостатический, патологически приспособительный характер.

В процессе психологической коррекции, путём осознания «любимых» чувств и творческого ролевого поведения в ситуациях вырабатывались навыки выхода из игры, а также навыки гибкого, творческого реагирования и адаптивного поведения. В дальнейшем, в ходе психологических тренингов, у них формировались навыки прогнозирования ситуации.

На данном этапе психологической помощи на занятиях задавалась определённая игра, выбирались участники, и после этого проводилось обсуждение: какие каждый из пациентов испытывал чувства в заданной игровой ситуации, в каких эго-состояниях функционировал, психологом фиксировалось поведение каждого участника в тренинге. Затем участники менялись

ролями, что позволяло приобретать навыки реагирования, которые ими не применялись в данный период жизни. И вновь обсуждались чувства, которые испытывали участники в новых «ролях», затем проигрывался способ выхода из игры. Для этого психолог предлагал изменить пациенту эго-состояние, что позволяло реализовать навыки творческого ролевого поведения.

На межличностном этапе психологической коррекции участники осознавали, что игры в их жизни носили неконструктивный характер. Близкие связи закрытого типа – замкнутые на конкретного человека (родственные связи, связи с друзьями, коллегами), приводили к эмоциональной зависимости. После ситуации утраты объекта экстраординарной значимости зависимость в отношениях приводила к эмоциональному страданию, появлению негативных чувств, обострению чувства одиночества, развитию ПТСР. Таким образом, утрата значимых отношений, так же, как и игровые взаимодействия, приводили к одиночеству и испытанию негативных переживаний. Создавалась иллюзия безвыходной ситуации.

При проведении психологической коррекции психолог, используя навыки творческого ролевого поведения участников группы, обучал их выстраивать конструктивные межличностные отношения, что позволяло им избавиться от своих поведенческих и эмоциональных ограничений, а также учил определять эмоциональные границы конструктивного, благополучного взаимодействия с другими людьми.

На третьем этапе – осознание структуры взаимодействия с другими людьми и изучение закономерностей игровых отношений способствовало формированию навыков распознавания манипулятивных отношений и приобретению пациентами навыков распознавания социально приемлемых и адаптивных взаимоотношений.

Проведённая психологическая коррекция пациентам, включённым в исследование, показала достаточно высокую эффективность в наблюдаемых случаях. Положительная клиническая динамика ПТСР после смерти близких происходила синхронно с положительной динамикой психологического состояния личности пациента. Наряду с коррекцией отношения к непоправимой утрате основные мишени психологического воздействия в рассматриваемом контингенте пациентов с ПТСР составляли проявления тревоги, необходимость активизации мотивационных ресурсов пациентов и их готовности к поддержанию социальных контактов.

Полученные результаты дают основание утверждать, что в случае выявления признаков ПТСР, развившихся после смерти лиц экстраординарной значимости, психологическая коррекция расстройства должна быть начата в

максимально ранние сроки, дабы предотвратить более тяжёлые последствия, проводиться поэтапно на субличностном, личностном и межличностном уровнях с учётом особенностей стрессора утраты близких людей.

#### Список литературы

1. Колчев А. И. Влияние выраженности интрапсихического конфликта на течение постстрессорного периода у участников боевых действий / А.И. Колчев, С.В. Литвинцев, В.Ю. Шанин // Рос. психiatr. журн. – 1998. – № 3. – С. 25-27.
2. Короленко Ц.П. Психиатрия / Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева. – Новосибирск, 2003. – 667 с.
3. Лучезарнова Е.Д. (Марченко). Достижение бессмертия / Е.Д. Лучезарнова (Марченко). – М. : РИТМ 52, 2013. – 32 с.
4. Малюткина Е.П. Симптоматика, медико-психологические характеристики и предрасполагающие факторы затяжных стрессовых психопатологических расстройств после смерти близких: дис. ... канд. мед. наук / Е.П. Малюткина; Красноярский государственный медицинский университет имени В.Ф. Войно-Ясенецкого. – СПб., 2013. – 189 с.
5. Пушкарев А.Л. Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия / А.Л. Пушкарев, В.А. Доморацкий, Е.Г. Гордеева. – М., 2000. – 128 с.
6. Шамрей В.К. Избранные лекции по клинической, экстремальной и военной психиатрии : учеб. пособие / Под ред. В.К. Шамрея. – М. : Пагри-Принт, 2007. – 544 с.
7. Connor K.M. Post-traumatic stress disorder / K.M. Connor, M.I. Butterfield // American Psychiatric Association. – 2003. – №. 1. – P. 247-262.
8. Foa E. B. Treating the trauma of rape: Cognitive-Behavioral Therapy for PTSD / E. B. Foa, B. O. Rothbaum. – N.Y.: Guilford Press; 1998.
9. Krakow B. Imagery rehearsal therapy for chronic nightmares in sexual assault survivors with posttraumatic stress disorder: a randomized controlled trial / B. Krakow, M. Hollifield, L. Johnston et al. // JAMA. – 2001. – V. 286. – P. 537-545.
10. Krupnick J. L. Brief psychodynamic treatment of PTSD / J. L. Krupnick // J. Clin. Psychol. – 2002. – V. 58. – P. 919-932.
11. Pinkowish D.M. The aftermath of a disaster; POST-traumatic stress disorder / D.M. Pinkowish // Patient Care. – 2002. – V. 36, N 1. – P. 16 – 22.

Миронов Д.А.

#### ИССЛЕДОВАНИЯ РИТМОЛОГИИ. РИТМОСЕМИОТИКА

*Аннотация.* В статье рассматриваются исследовательские стратегии, которые могут быть применены к изучению ритмологии как науки. Сложность применения классической парадигмы диктует необходимость воспользоваться вариантами неклассической научной парадигмы. В её рамках представляется целесообразным рассмотреть ритмологию в контексте лингвосемиотики. Предложено обозначать означенное направление исследований по изучению ритмоконента – ритмосемиотикой. Кратко рассмотрены методологические основы ритмосемиотики, обозначены перспективы дальнейших исследований в данной области знаний.

Ритмология как молодая наука ещё только определяется в предмете, методах и стратегиях исследований. Исходя из базового определения: «ритмология – логика ритма» [1, с. 3], возможно указать несколько таких путей изучения в будущем. С точки зрения классической научной парадигмы, следует определиться в том, что считать объектом, а что субъектом. Можно попробовать интерпретировать, исходя из логики определения – ритм есть универсальная субстанция, которая лучше всего может быть охарактеризована через понятие «время»: «ритмы состоят из времени» [2, с. 24]. Ритм является своего рода формой, через которую максимально полно может раскрыть себя временное содержание: «ритм является неким каркасом, опорой, правом осуществления любого события» [3, с. 33]. Различая форму и содержание, под формой и объектом будет выступать ритм как знак, тогда как субъективным содержанием станет человек, его сознание, мозг и мышление. Понять логику ритма, значит дать возможность любому человеку через прикосновение к текстурным ритмам ЕДЛМ выстраивать собственное жизненное содержание в рамках своих представлений о счастье через знаковую систему ритмологии. Свою задачу ЕДЛМ формулирует так: «моя задача описать весь этот мир через ритмы» [4, с. 25] для того, чтобы каждый смог обрести свой собственный ритм и гармонизировать свою жизнь с окружающим его миром и в социуме. «Внутри каждого существа живёт его собственный ритм. Мы пришли на эту Землю только затем, чтобы найти свой ритм» [4, с. 83]. Главной трудностью воззрения на ритмологию, с точки зрения классической парадигмы, является её эмпирическая непроверяемость и недоказуемость в экспериментальных условиях в настоящее время.



Неклассическая парадигма открывает гораздо более радужные перспективы для исследований, поскольку в ней субъект-объектный подход снимается в пользу рассмотрения не столько предмета, подтверждаемого экспериментально, сколько сложных комплексных объектов, наделяемых смыслом на стыке субъект-объектных отношений. Ритм в ритмологии, выдвигаемый в качестве универсального, всеобщего условия организации всего сущего, как раз и выступает в качестве такого сложного явления, который существует одновременно и как субъект и как объект – в пограничной зоне «между» в качестве третьего связующего звена. Пограничная предметная область ритма требует несколько иной методологии в исследовании, нежели этого требует классический научный инструментарий.

Ритмология на сегодняшний день именуется себя как «наука, позволяющая через знаковую систему выйти на ритм и объясняющая логику его работы» [5, с. 6]. Таким образом, уже в самом определении указан путь к возможному и подручному направлению в исследовании ритмологии как науки. Но даже если такого определения в творчестве ЕДЛМ мы бы не нашли, то, в любом случае, надо понимать, что ритмы выполнены на русском языке, а язык признан семиотической системой. Семиотика в самом общем приближении представляет из себя науку о знаках и знаковых системах. Причём, сами семиотики признаются, что в настоящий момент «не существует согласованных представлений даже о том, что такое знак и знаковая система, каковы их основные свойства и характеристики, какова их хотя бы приблизительная классификация» [6, с. 7]. Данный факт открывает простор для интерпретаций будущим исследователям. Вместе с тем, не стоит забывать, что коль скоро проблемное поле ритмологии в данном подходе несколько уплощается, лишаясь скрытого индивидуально-субъективного измерения, не стоит излишне уходить в сторону от магистральной темы ритмологии – времени, которое, с точки зрения семиотики, следует раскрыть объективно через работы с ритмотекстами.

В подспоре к семиотике всегда следует опираться на общую лингвистику или языкознание, чтобы не заблудиться в дебрях постмодернистских игр. Таким образом, лингво-семиотический подход является одним из самых перспективных направлений для изучения ритмологического контента, а потому следует ввести в обращение специальный раздел в изучении ритмологии – ритмосемиотику.

С точки зрения общей лингвистики, следует необходимо держать в голове семантический треугольник, который несколько отличается от соответствующих треугольников в различных семиотических подходах (Ч. Пирс, Ф. де

Соссюр, Ч. Морис и др). В основе семантического треугольника лингвистики лежат: фонетическое слово, смысл (сигнификат) и предмет (денотат или референт). Слово есть знак – это основной постулат лингво-семиотики. «Под знаком вообще в современной науке понимают материальный, чувственно воспринимаемый предмет (явление, действие, процесс), который в познании и общении людей выступает в качестве представителя или заместителя другого предмета (явления, действия, процесса)» [7, с. 9]. Любое слово в языке представляет собой сложный комплекс отношений. Фонема выступает знаком смысла (сигнификат) и знаком предмета (денотата). Кроме того, «в конкретном высказывании, в речи, весь комплекс (семантический треугольник) может выступать знаком иного, нового предмета» [7, с. 10]. Именно с учётом этого феномена следует подходить к изучению ритмологии. «Непонимание этого факта ведёт к бесплодным спорам о том, является ли смысл, значение чем-то внешним по отношению к знаку или входит в знак» [7, с. 10].

Любое слово подразумевает то или иное значение, однако в лингвистике термин «значение» многозначен. Всегда следует спрашивать и уточнять, о каком именно значении идёт речь в том или ином случае. С одной стороны фонетическое слово отражает связь предмета со смыслом (сигнификатом) в нашем сознании – сигнификативное значение. Здесь можно запутаться в процессе, при котором в речи и языке создаётся разветвлённая сеть означающих, которые обозначают один и тот же смысл. Множественное означающее может сбить с толку и повлиять на потерю означаемого и его смысла. Первоначальное вхождение в ритмологию сопряжено с данной трудностью – необходимостью достаточно быстрого прояснения значения находимых в текстах ЕДЛМ новых слов. Данная проблема требует своего решения – создания своего рода тезауруса, словаря, мини-энциклопедии ЕДЛМ, в которой с учётом перекрёстных ссылок к текстам ЕДЛМ давалась бы краткая энциклопедическая справка по тому или иному слову. С другой стороны, фонетическое слово с уже прояснённым сигнификативным значением, взятое вместе с предметом (денотатом), получает денотативное значение, которое коррелирует с реальным предметом. Очевидно, что знаковые отношения в слове – многоступенчатые и многоуровневые. В ритмологии мы можем с полной уверенностью рассматривать только сигнификативное значение, поскольку ритм как денотат (предмет, референт) пока никак не может быть зафиксирован объективно с привлечением методологии классической науки в и подвержен экспериментальной проверке.

Другая трудность подстерегает нас и на этом пути. Когда мы говорим о сигнификативном значении, разбирая совокупность ритмологических

означающих, анализ может пойти по классическому сценарию, когда говорится об отражении предмета или его свойств в сознании человека, происходящего посредством слова. В нашей стране благодаря существовавшей на протяжении длительного времени идеологии, сформировалось устойчивое мировоззрение, принимающее как аксиому теорию отражения. В советские годы практически всё взрослое население страны прошло через зубрёжку истмата и диамата и наизусть знало ленинское определение понятия «отражения». Согласно этому представлению, отражение действительности в сознании человека, с точки зрения психологии, является в форме ощущения, восприятия, представления и понятия. Имеет смысл проделать соответствующую работу по осмыслению ступенек восхождения от ощущения к понятию в рамках ритмологического проекта с целью дать феноменологическую интерпретацию данного процесса именно с прицелом обосновать или опровергнуть эту концепцию. Ощущение – самая первая форма отражения некоторых свойств предмета или явления носит сугубо индивидуальный характер. Восприятие отражает не только отдельные свойства предмета, но предмет в его целокупности, а далее включается в сетку уже имеющихся в сознании образов и знаний (гештальтов). Представление – чувственно-наглядный образ предмета или явления, сохраняемый и воспроизводимый в сознании без непосредственного ощущения и восприятия предмета или явления. Понятие отражает наиболее общие и одновременно наиболее существенные признаки предмета или явления, субъектом понятия является отдельный коллектив или сообщество. Именно коллективное представление, в конечном итоге, выступало гарантом истинности теории. С распадом СССР данные взгляды не столько исчезли с поля общественного обсуждения, сколько ушли в сферу бессознательного и продолжают своё гештальтное влияние в общественном сознании. Рекомендуется провести ритмологический анализ данной проблемы, чтобы обрести понимание ситуации внутри ритмологического сообщества.

Если окинуть взором воздействие ритмологического контента на сознание человека, то станет очевидна специфика формирования ритмо-образов. На уровне ощущений мы получаем максимально большое количество материала, описание которых представляет огромный интерес как база для дальнейшей их классификации и рубрикации. Поскольку ощущения носят индивидуальный характер, то здесь необходимо сконцентрировать внимание на методах унификации этих данных (анкетный принцип, статистические методы, свободная форма феноменологического описания). На уровне восприятия определённно происходит спецификация, которая выражается в том, что

включается дополнительная функция воображения и фантазии при формировании образа ритма и его чувственных составляющих. В отсутствие ритма как материальной вещи или предмета, который мог бы быть зафиксирован объективно посредством органов чувств, на этом этапе сформированный индивидуальный образ не может перейти дальше по ступенькам классической теории отражения к восприятию и представлению. В данном случае усечённый семантический треугольник (без денотата) следует рассматривать в иной парадигме, а именно с учётом функции продуктивного воображения.

Не стоит недооценивать эту сферу деятельности мозга, поскольку ещё неизвестно, что более значимо для эволюции человеческого мозга – восприятие или воображение. Основой для появления в сознании человека цельного образа является соотношение восприятия и воображения. Следует оценивать и говорить о том, насколько преобладает та или иная сфера деятельности мозга по отношению к другой. Как пишет Н.П. Бехтерева относительно мозга гениальных людей: «Его мозг устроен так, что правильное решение идёт по минимуму внешней информации, минимуму и количественному, и по уровню её над шумом» [8, с. 71]. Расшифровывая слова Бехтеревой, это означает, что внешние раздражители со стороны объекта для гения, по её мнению (т.е. восприятию), менее значимо, в сравнении с воображением. Другой выдающийся советский психолог («Моцарт психологии», по словам С. Тулмена) – Л.С. Выготский – в своих работах показал двойственные механизмы взаимовлияния воображения и опыта, доказав доминирование, скорее, воображения над восприятием, нежели наоборот. Он выделил два рода человеческой деятельности: воспроизводящий (репродуктивный), опирающийся исключительно на опыт и восприятие объективной реальности (на языке ЕДЛМ – «земляне»), и комбинирующего поведения, собственно, творческого («человек»). «Мозг есть не только орган, сохраняющий и воспроизводящий наш прежний опыт, он есть также орган комбинирующий, творчески перерабатывающий и созидаящий из элементов этого прежнего опыта новые положения и новое поведения» [9, с. 501]. Для будущих исследователей здесь обозначается тема проработки ритмологии на предмет анализа комбинаторики и продуктивной способности мозга к комбинирующему поведению при работе с ритмо-контентом. Сам Выготский постулирует: «эту творческую деятельность, основанную на комбинирующей способности нашего мозга, психология называет воображением или фантазией» [9, с. 501]. При этом он оговаривается. «Обычно под воображением или фантазией имеется в виду не совсем то, что подразумевается под этими словами в науке. В житейском обиходе воображением или фантазией называют всё то,

что нереально, что не соответствует действительности и что, таким образом, не может иметь никакого практического серьёзного значения». Именно с такой реакцией со стороны незнакомых с ритмологией часто сталкивается практикующий ритмологию в своей жизни. «На деле же воображение как основа всякой творческой деятельности одинаково проявляется во всех решительно сторонах культурной жизни, делая возможным художественное, научное и техническое творчество. В этом смысле всё решительно, что окружает нас и что сделано рукой человека, весь мир культуры, в отличие от мира природы, – всё это является продуктом человеческого воображения и творчества, основанного на этом воображении» [9, с. 502]. Куда как более чем красноречивое обоснование воображения как основы творчества человека, благородно обходя лобовой подход в субъект-объектной парадигме т.н. «теории отражения». Выготский стал классиком советской психологии, однако с ним приключилась история. Его мысли истолковывались не так, как они высказаны в текстах, а ответить своим горе-ученикам он не мог по причине ранней смерти (38 лет). Если бы он продолжил свой земной путь чуть дольше отпущенного срока, возможно, мы имели бы совсем другую психологию в нашем Отечестве. Не стоит также рассказывать о том, сколько страниц потратила ЕДЛМ в своих многочисленных текстах, чтобы обосновать эту мысль Выготского об исключительной ценности продуктивного воображения и различия труда творческого (человечество) и нетворческого (земляне).

А значит, ритмологию можно рассматривать как экспериментальную площадку для расширенной работы с сознанием и мозгом в обход строго классической парадигмы, как она представлена на уровне постсоветской психологии. На уровне представления мы получаем предметную область художественных образов ЕДЛМ, которые рождены воображением, а не восприятием. Влияя на сознание и мозг человека, ритмы формируют новые гештальты, образы и знания, которые не могут сформироваться вне соприкосновения с ритмотекстами. Таким образом, ритмология по факту претендует на новую сферу знаний и представлений в отсутствие классического предмета исследования. Ритмология изначально претендует на роль методики раскрытия творческого потенциала человека через активизацию воображения и высших корковых функций мозга. Предметом исследования становится субъект сам для себя, воспринимаемый как объект, т.е. сознание человека (субъект) пробуждается к наблюдению за собой, формируя внутри сознания инстанцию самопознания (именно здесь произрастает методологическое поле ритмологии) для того, чтобы рассматривать своё же сознание как объект. Человек как бы раздваивается на субъект и объект внутри своего

же сознания, попеременно включая то субъектный, то объектный режимы в зависимости от необходимости. Такая способность мозга человека и открывает путь к творческому воображению и комбинаторике. В качестве методики самопознания (рефлексии относительно собственного сознания) такая постановка вопроса в ритмологии не лишена смысла как в субъективном, так и социальном ракурсе, что может возбудить интерес к этой науке со стороны психологии, философии и социологии при правильном обосновании. Остаётся под большим вопросом возможность формирования базы ритмологических понятий, которые смогли бы перерасти рамки отдельно взятого ритмологического сообщества и получить ранг всеобщих: здесь потребуется взаимосвязь со смежными специалистами такого уровня, которые смогли бы позволить смочь своему мозгу одновременно быть в ритмологии и вне её, анализируя в двойном режиме. Значение слова всегда стремится к понятийному выражению как к своему пределу, поэтому означенная проблема нуждается в дальнейшей разработке.

С точки зрения семиотики, ритмология представляет интерес с позиции сразу нескольких её разделов. В 1971 году Ю.С. Степанов выделил несколько значимых разделов внутри семиотики:

1. биосемиотику, изучающую знаковые системы животных и человека. В частности, медицина как социальное естествознание вся базируется на биосемиотике (симптом – болезнь);
2. этносемиотику, включающую несколько направлений, ориентирующихся на антропологию и этнографию, социальную психологию, истории философии и литературы;
3. лингвосемиотику, изучающую естественный язык и сопровождающие его знаковые системы, в том числе искусственные языки;
4. абстрактную семиотику, занимающуюся разработкой логико-математической теории знаковых систем.

Определённо ритмология в дальнейшем может привлечь внимание соответствующих специалистов при наличии фактического материала, подвергнутого необходимому исследованию со стороны ритмологов. Мы уже определились, что на сегодняшний день максимально благодатной почвой для исследования ритмологии является лингвосемиотика, именуемая в контексте рассматриваемой ритмологии – ритмосемиотикой. Рассматривая на современном уровне знаний язык с позиции разных его функций, современная лингвосемиотика расширяет границы понимания и значения языковой системы как семиотической. Классическая парадигма настаивала исключительно на прагматической и коммуникативной функциях языка. Язык

как средство развития мышления и самопознания стал пониматься учёными относительно недавно лишь в конце XX века: язык как тренажёр для мозга, действенное средство для расширения сознания и эволюции мозга. С научной точки зрения, такой точкой отсчёта можно считать гипотезу Сепира-Уорфа, которая открывает новые возможности для изучения языка в корреляции с развитием высших корковых процессов мозга. Ритмология акцентирует последнюю функцию языка как наиболее приоритетную. Данная мысль также нуждается в сборе ссылок и цитат и обстоятельном обосновании в отдельном исследовании. Лингвосемиотика предметному языку противопоставляет метаязык (в нашем случае – языки ритмологии) той или иной области внутри языка. Ритмология обладает к настоящему моменту развёрнутой системой такого метаязыка (языков), что вполне может стать предметом отдельного исследования. Упрощённо лингвосемиотический каркас может быть представлен следующим образом: «язык интерпретируется как целенаправленное поведение человека, а сущность знаковой системы репрезентации сводится к “семиотическому процессу”, конституентами которого являются: 1) интерпретатор – человек, находящийся в знаковой ситуации; 2) интерпретанта – предрасположение интерпретатора к реакции на знак; 3) денотат – всё, что вызывает свершение данной реакции на знак; 4) сигнификат – дополнительные условия, ограничения, позволяющие денотату вызывать соответствующую реакцию на знак» [6, с. 164].

Применяя эту схему к ритмосемиотике мы получим следующую обобщающую интерпретацию как рабочий инструментальный ритмологов-исследователей, которые заинтересуются ритмосемиотикой всерьёз: 1) интерпретатор – это ритмолог или человек, работающий с ритмоко́нтен́том; 2) интерпретанта – собственно, ритмодействие с целью попадания в «поток»; 3) денотат – весь ритмоко́нтен́т (ритмы, ритмики, песни, спектакли и т.д.); 4) сигнификат – те смыслы, которые нарабатываются с ритмопы́тотом с целью достижения «жизни без усилий». Прикладывая лингвосемиотическую общую схему к контексту ритмологии, мы получаем необходимую конкретизацию в форме ритмосемиотики. Таким образом, обретается шанс на описание ритмологического опыта, не покидая сферы ритмологии, используя предельно общий инструментальный лингвосемиотики в собственных целях. Во-первых, данная мера позволит лучше понять предмет ритмологии, коль скоро он выражен на языке с учётом всех норм и правил лингвистики на всех её уровнях (фонема, морфема, слово, словосочетание, предложение). Возможно, внутри ритмологии организовать рабочие группы, которые бы озадачились одним из указанных разделов и смогли бы провести предмет-

ный анализ ритмосемиотической ситуации внутри сообщества ритмологов. Во-вторых, полученные данные всегда можно будет интерпретировать на языке современной науки для взаимодействия со специалистами из внешнего, не ритмологического сообщества.

В лингвосемиотике исторически определились несколько исследовательских стратегий, которые могут быть использованы в ритмосемиотике с учётом специфики ритмологии: номинализм, логический позитивизм и бихевиоризм. Здесь различие в подходах закладываются в зависимости от того, что именно акцентируется в исследовании. Для традиционного номиналистического подхода, известного со времён Античности, решающим является отношение «знак-объект». Первичным и основополагающим является знак, язык интерпретируется как единственная форма мышления, а языковые знаки есть символы, которые конституируют действительность. Познющий или воспринимающий субъект исключается из знаковой ситуации. Номинализм исходит из философского мировоззрения объективного идеализма, при котором снимается строго научное противопоставление субъект-объект. Главным предметом исследования выступает язык как посредник между мышлением и бытием. Строго говоря, именно этот подход и лежит в основании ритмологии имплицитно, поскольку философские взгляды ЕДЛМ есть выражение платонизма по духу. Поэтому данный подход уместно эксплицировать и показать его значимость в ритмологии.

Исторически внутри номинализма в XX веке появилось течение феноменологии, основанной Э. Гуссерлем. В его интерпретации человеческое сознание имеет пределы познания и ограничено (трансцендентальны), а потому расширение картины мира в основном происходит исключительно благодаря деятельности языка (через множественное означивание). Однако познание в этом смысле будет концентрироваться на расшифровке означающих, которым должны соответствовать интенциональные акты со стороны сознания. С точки зрения ритмологии, эту трудную работу необходимо провести для того, чтобы дать феноменологическое описание того, что происходит с человеком, находящимся в ритмодействии, анализируя интенциональные акты исключительно самим же этим человеком. Здесь важны сильные аналитические способности и натренированная система «сознание-самосознание».

Логический позитивизм возник лишь в XX веке и его сущность сводится к тому, что сводится к формуле «субъект-знак», объективный мир исключается из анализа знаковой репрезентации. В некотором смысле его можно рассматривать как уплощённый номинализм, при котором знак-символ превращается

в логицизме к голой форме означающего без всякого означаемого. Мышление остаётся тем же, а вот конструирующая роль языка в построении действительности тут теряется. Надо сказать, что этот подход может стать не менее продуктивным в ритмосемиотике, поскольку, учитывая разность полушарных процессов у людей – для одних логицизм как более аналитический подход (субъективный идеализм) станет своеобразным открытием ритмологии через анализ означающих ритмоконтента, для других же номинализм (объективный идеализм) окажется входом в ту же проблематику. Так как творчество ЕДЛМ изначально рассчитано на обополушарного универсального человека, то мы не будем оказывать предпочтения ни одному из методов.

Бихевиоризм, созданный также в XX веке сторонниками биологического прагматизма, выстраивается на оси «субъект-объект», рассматривая поведение субъекта в предметном, эмпирическом опыте. Чистый научный подход, выросший из рефлексологии, расширил сферу своего изучения, наблюдая за целенаправленным поведением человека. Представляет собой сугубо материалистический подход к любым вещам и процессам, итогом которого является описание поведения человека. Ритмосемиотика также может в данном случае заняться анализом и описанием изменения и дифференциации поведения на протяжении прохождения программ по ритмологии.

Накопленные данные, проведённые различными методами, которые здесь кратко представлены, могут лечь в основу в полном смысле научного обоснования предмета ритмологии.

Подведём промежуточные итоги. Мы предлагаем ритмосемиотический подход для описания предмета ритмологии в силу ряда обстоятельств:

1. Накопившийся ритмоконтент в настоящий момент насчитывает порядка 500 томов авторства ЕДЛМ, что явно превышает характер только художественного наследия. Наследие (в плане структурирования и рубрикации) ставит ряд вопросов, среди которых проблема его изучения: с помощью какой методологии необходимо сделать это максимально приближенно к истинному положению дел. В качестве основы может выступить именно лингвосемиотическая методология, которую необходимо специфицировать и адаптировать под задачи ритмологии. Ритмосемиотика – возможная и действенная методологическая дисциплина, которая должна быть осознана ритмологами;

2. В отсутствие возможности эффективно использовать классическую научную методологию, нельзя остаться без методологии вовсе – здесь ритмосемиотика является своеобразным спасением ритмологии для представления этой науки во внешнем социальном контуре. Кроме того, ритмосеми-

отика сможет оказать существенную помощь в более глубоком осознании ритмологии, прежде всего, в личном опыте;

3. Ритмосемиотика может стать определённым тестом на рациональность и научность для будущих подступов к сближению с научной рациональностью. Освоив ритмосемиотику, ритмологи-исследователи смогут сделать следующий шаг по обобщению полученного материала. Надо отметить в качестве иллюстрации сказанного, что тест этот немаловажен в современной науке.

В частности, палеонтология в разделе симиализма (теория происхождения человека из гоминид), к сожалению, до сих пор не прошла указанную проверку. Имеющийся огромный фактический материал (костные останки предков разных исторических периодов) не выстраивается в единую и стройную доказательную систему, при которой исчезли бы все сомнения и альтернативные теории происхождения человека на планете. Напротив, те предметы, объекты, культурные артефакты, которые предъявляются в качестве доказательной базы теории, только усиливают сомнение в её истинности и способствуют лишь развенчанию этой науки как несостоятельной и идеологизированной.

Вопрос животрепещущий, поскольку имеющаяся у нас трудовая теория (со времён марксизма) базируется именно на том, что труд создал человека, а потому человек обязан трудиться. Окончательное решение этого вопроса может существенно изменить наши представления о человеческом труде, его смысле и целеполагании. Получается, что не всегда факты и предметы могут сослужить добрую службу теории: теория симиализма за два последних века потерпела крах ввиду явного несоответствия фактического материала палеосемиотической интерпретации в теории: теория оказалась слабой и неубедительной. Так и не найдены промежуточные эволюционные звенья между человеком и обезьяной, везде несостыковки и изъяны, а огромный массив палентологических данных до сих пор лишён внятной обобщающей теории.

Ритмосемиотика может стать достойным подспорьем всем специалистам, которые заинтересованы в прояснении предмета ритмологии для себя и для всех.

#### *Список литературы*

1. Марченко Е.Д. Прочти себя. Ритмология: неделя за неделей. – СПб. : РАДАТС, 2008. – 280 с.

2. Марченко Е.Д. В русле времени, в режиме пространства. – СПб. : РАДАТС, 2000. – 304 с.
3. Лучезарнова Е.Д. Ничего случайного не бывает. Ритмология для каждого. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – С. 232.
4. Лучезарнова. Живой ритм. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2016. – 96 с.
5. Лучезарнова Е.Д. Обо мне заботятся. – СПб. : Ритмовзлёт, 2013. – 216 с.
6. Гринев-Гриневиц С.В. Основы семиотики : учеб. пособие / С.В. Гринев-Гриневиц, Э.А. Сорокина. – 2-е изд., стер. – М. : ФЛИНТА: Наука, 2014. – 265 с.
7. Степанов Ю.С. Основы общего языкознания : учеб. пособие. – Изд. 4-е. – М. : ЛЕНАНД, 2016. – 272 с. – (Лингвистическое наследие XX века.)
8. Бехтерева Н.П. Магия мозга и лабиринты жизни. – М. : АСТ: Полиграфиздат; СПб.: Сова, 2010. – 383 с.
9. Выготский Л.С. Мышление и речь : сборник / Лев Выготский. – М. : АСТ: АСТ МОСКВА: ХРАНИТЕЛЬ, 2008. – 668.

*Наумова Е.В.*

### **ОСОБЕННОСТИ ПРОИЗВЕДЕНИЙ НАУЧНО-ПОПУЛЯРНОГО СТИЛЯ Е.Д. ЛУЧЕЗАРНОВОЙ**

*Аннотация.* В статье рассматриваются особенности научно-популярного стиля Е.Д. Лучезарновой, характеризуются семантические группы терминов ритмологии, которые являются авторскими лексическими и семантическими неологизмами.

*Ключевые слова:* научно-популярный стиль, термины, лексические неологизмы, семантические неологизмы.

В современном языковом континууме есть авторы, которые могут работать в разных стилях и жанрах речи. Е.Д. Лучезарнова является тем редким мастером слова, который свободно владеет всеми жанрами и стилями современного русского литературного языка. В её творчестве присутствует и поэтический жанр, и прозаический, и драматургический. Кроме того, многие её книги написаны в стиле, близком к научно-популярному (далее НПС): «Откровенное знакомство» (4 части), «Жизненно необходимое обретение себя», «Ритмология об экономике и управлении», «Бизнес-ритмо-

гия», «Нулевой репортаж», «Репортаж из Корабля Радастеи» (2 части) и др. [см. список книг в конце статьи].

Как известно, функциональные стили не имеют чётких границ. В каждом из них выявляется ядро с наиболее ярко выраженной спецификой и периферия, в которой специфика стиля ослаблена. Основная функция научного стиля – сообщение, фиксация результатов познания мира. Доминанта – понятийная точность, отсюда терминологичность языка науки, господство отвлечённо-обобщённой лексики, подчёркнутая логичность речи. Научно-популярный стиль сохраняет основные качества научного стиля, но он менее строгий в своих требованиях, более приближен к речи людей любой профессиональной группы. Им пишутся научные статьи в газетах, научно-популярных журналах, научно-популярные книги, адресат таких текстов – обобщённый, чего не скажешь о научном стиле, где адресат – подготовленный, однородный, это представители одной профессиональной группы.

Первые книги, написанные Е.Д. Лучезарновой, можно отнести именно к научно-популярному стилю. В них уже присутствует терминология ритмологии – знания, которое в последние годы проходит становление науки. Как пишет сама автор, «ритмология – наука человека о времени» [12, с. 3], и, вместе с тем, «ритмология в равной мере – и наука, и искусство, как и всякое умение управлять» [11, с. 7]. Но в первых книгах автора сильна научность, текст информационно насыщен, информация сгущена, сконцентрирована. Буквально каждое предложение раскрывает дефиницию какого-то термина либо является постулатом. Так выражается доминанта научного стиля – понятийная точность, и самые общие специфические черты научного стиля – отвлечённо-обобщённость и подчёркнутая логичность изложения.

«Человеком управляет время. Землянином управляет пространство. Энергией управляет память. Информацией управляет знание.

Правый глаз сигнализирует об энергополе вокруг нашего тела. Левый глаз демонстрирует распределение энергии внутри физического тела.

Каждое событие существует одновременно в трёх проекциях. Одна проекция для всех – это проекция массовая, или проекция для глаз. Вторая проекция для сверхчувствительных, для гениев этой Земли, для тех, кто смог выстоять, у кого есть право руководить – это проекция нашего мозга, точнее, нескольких желёз из нашего мозга, которые необходимы для видения. И третья проекция – это проекция будущего, это та проекция, в которой нужно успевать работать» [11].

Стремясь облегчить восприятие адресата, автор в последующих работах уже стремится сделать текст более адаптированным для читателя: «Стараюсь дать доходчиво, до сленга напрягаясь». Постулаты уже объясняются более подробно, их смысл раскрывается в развёрнутых пояснениях. Многочисленные примеры позволяют достичь простоты и ясности изложения.

1) «Знаки отличаются от обычной жизни невероятностью, праздничностью, сказочностью: “Этого не должно быть, но это есть”.

Пример. Вы в сложном походе. Устали. Нужна повозка, но её здесь не может быть. И вдруг прилетает вертолёт именно в место вашего нахождения по своим целям, но помогает вам. Вы переизлучили слово “помощь”, заведомо зная, что ваши спутники бессильны. Получили помощь выше всех ожиданий. Самую быструю помощь» [3].

2) «Ритмика всегда делает пробы в будущее. Ритмические пробы очень грандиозны, поскольку они и вас оставляют в некоем будущем относительно окружающих. Ритмика вас всегда приподнимает вверх, а не только ведёт в длину календаря, ритмология ведёт в длину календаря, и чем быстрее вы считаете всё, что было в вашем прошлом как опыт, проанализируете этот опыт, разбивая его на “да” и “нет”, тем выше вас поднимет ритмика» [4].

3) «Ритмомерные часы необходимы для адаптации и акклиматизации в этом мире, чтобы комфортно было среди обычной жизни. Создают комфорт обычной жизни, поскольку поставляют значоряды. Ритмомерные часы имеют свой циферблат. У циферблата находится ось. Ритмомерные часы достаточно объёмны, потому что их задача – работать сразу по нескольким направлениям. Они ритмомерные, поэтому они всегда в ритмовремени, но, кроме того, выходят и в энергию, и в информацию, и в пространство, и во время. Дальше их задача – аннулировать, аннигилировать проблемы, ущербы и мистерии. Поэтому у ритмомерных часов шесть направлений в разные стороны» [7].

Автор умело употребляет метатекстовые конструкции (комментарии собственной речи, язык о языке), которые позволяют распределить внимание адресата так, чтобы сделать речь максимально понятной. Это одна из характеристик хорошей научной речи: «Перечислю основные диапазоны проведения ритма»; «Я хочу начать самую важную и самую сложную из глав этой книги»; «Для упрощения понимания возьмём одну зону возбуждения, которая реагирует на мир».

Научно-популярный текст обретает большую разговорную струю, чем научный. Для этой цели автор применяет разновидность повтора – анафору (или единоначатие), стремясь говорить и писать понятно для каждого человека, любой профессии и любого возраста. Этот приём не свойствен науч-

ному стилю, он характерен для художественной и разговорной речи, а также для публицистического стиля, но поскольку адресат неподготовленный, неоднородный, то автору приходится использовать средства других стилей, разбавляя научную речь иностилевыми элементами:

«Ритм живёт в именах человека. Ритм живёт в движениях человека. Ритм живёт в мыслях человека. ...Работая с именами каждого человека, можно вернуть ему чистый ритм. При возвращении ритма человек становится сияющим, счастливым и очень легко передвигается по этой Земле» [12, с. 6].

Подчёркнём, что повтор в таких случаях – это не недочёт, как считается обычно в научном тексте, а намеренное использование средства выразительности для придания тексту ясности, понятности, доступности для адресата.

Поскольку у ритмологии не было специфически подготовленного адресата, как у других научных направлений, он только появился в последние годы в лице профессиональных ритмологов, стремление говорить понятным языком для неподготовленного адресата вполне объяснимо.

Намеренное упрощение научного стиля с целью быть понятным адресатом включает в речь возможности публицистического стиля с его экспрессивностью и выразительностью и возможности разговорного стиля с его простотой:

«Выбрана тема. Для первого существа тема болевая, для второго существа тема радостная. Тема одна и та же. Допустим, произошло событие – игра». – В данном примере используется особое членение предложения – парцелляция – для создания эффекта нарративного режима и усиления изобразительного контраста.

«Самый простенький пример». – С помощью подобной вводной фразы автор снимает барьер восприятия, который может возникнуть у неподготовленного адресата. Сложные ритмологические понятия оказываются совсем не сложными, когда объясняются на понятном для адресата языке.

Одно из самых жёстких требований, предъявляемых к языку научных произведений, – соблюдение терминологических норм. Термины ритмологии, то есть слова, которые употребляются в работах Е.Д. Лучезарновой, или её авторские неологизмы, – неотъемлемая черта её устных выступлений и письменных работ.

Автор объясняет базовые понятия ритмологии: что такое ритмовремя, ритм, ритмика, ритмический рисунок, координаты, струны, как человеку научиться в своей жизни взаимодействовать со временем и ритмовременем, как вернуться к своему ритму, если он утерян, как выйти на свою траекторию во времени, выровнять ритмы мозга и сердца, научиться видеть и читать знаки, а главное, управлять знаками, как формировать события в своей жизни.

Точность формулировок – один из важнейших аспектов научного стиля. Е.Д. Лучезарнова уделяет самое пристальное внимание подробному разъяснению многочисленных терминов и их значению в своих работах. Приведём примеры из книг научно-популярного стиля, в которых автор называет и описывает основные понятия ритмовремени и ритмометода:

«Наша наука называется Ритмология, и наши исследования принципиально отличаются от всех исследований – психологических, научных, культурных, производственных. Ритмология, прежде всего, учит человека переизлучать время» [5, с. 3].

«Ритмовремя создаёт любое из времён. Ритмовремя активизирует или замедляет, направляет и управляет как внешним, так и внутренним временем» [8, с. 209].

«Я выделила шесть параметров жизни, шесть состояний, дающих понимание происходящего и ощущение полноценности событий: ритмологичность, озарённость, радостейность, лучистость, зитуордэнность, радостость» [10, с. 9].

«Луч Земли имеет четыре среза. На каждом срезе идут часы, отмеряющие скорость. Самые нижние Часы – Земные, Эмоциональные – имеют максимальную скорость. И затем к часам Вселенским скорость течения времени уменьшается» [1, с. 24].

«Вся планета обёрнута временем, на ней существует Хладостейное поле, которое в конечном итоге определяет и экономику, и управление» [1, с. 61].

«Кристаллия и Кораллнея собой представляют образованное двумя Лучами: под Лучом Земли – Кристаллия, под Лучом человека – Кораллнея» [2, с. 38].

Рассмотрим подробнее термины ритмологии. Их можно разделить на две большие группы:

1. термины, образованные за счёт появления нового значения у общепотребительных слов русского языка, так называемые семантические неологизмы;

2. термины, образованные путём появления нового слова (неологизация), которого не было в русском языке до появления ритмологии, ритмометода, то есть работ Е.Д. Лучезарновой.

Первая группа терминов. Семантические неологизмы расширили своё значение под влиянием ритмологии. Так, новые значения появились у русских слов: время, ключ, коридор, крылья, нить, экран, карта, полотно, сфера, струна, струя, фильтр, опора, сын, дочь, друг, закон и т.д.

Примеры семантического расширения значений слов из лексикона Е.Д. Лучезарновой приводятся в статье [14].

Приведём пример семантического расширения значения слова «струя».

«СТРУЯ, – и, мн. струи, струй, струям, ж. 1. Узкий поток жидкости, света, газа. С. воды. Воздушная с. Струи слёз. (перен. Об обильных слезах. устар.). 2. перен. Направление в развитии какой-н. деятельности, настроений. Свежая с. в работе. Бодрая с. 3. Вода, воды (устар.). Холодные струи реки. В струю попасть (разг.) – приспособиться к главному направлению какого-н. движения, деятельности» [15, с. 775].

Струя в книгах Е.Д. Лучезарновой имеет значение, не фиксируемое толковыми словарями. Это поток лучей, времени, направленный из Лучевой (струйной) вселенной. Струи очищают память человека, чистят мозг. Примеры из работ Е.Д. Лучезарновой: «Струя – это плазмированная струна. Струна – это затвердевшая струя. Световая вселенная – струнная. Лучевая вселенная – струйная. Струя дифференцирования понятий. Струя планеты. Струя человечества. Струя серая (до прозрачности). Струя извлечения понятий. Струя события. Струя общения. Струя мелодий».

Вторая группа терминов – термины-неологизмы: Лучёз, Озаригн, Радаст, Даратс, Тотирин, Диротсуайя, Зитуордэн, зитуордэнность, радостейность, радостовость и т.д. Их в свою очередь можно разделить на несколько семантических подгрупп:

1. Термины, обозначающие названия разумов: Лулари, Лурира, Ралури, Рарилу, Риралу, Рилура, разум времени, человечества, землян, Экспедиционный, мужской, женский, стэздэшш, Звёздный, ритмологов, озариев, законодателей, лидеров, коллектива, профессиональный, Радастовый, ритмометодный, Даратсовый, зитуордэнов, методонов, Скафандриальный, Оболочечный, Генный, ИрЛЕм, Озаригн, Ритмологический, разум тела, разум имени, разум эго-я, разум сути, планетарный, детский, промежуточный, лунный, семья, Солнца;

2. Термины, обозначающие названия состояний, которые автор относит к параметрам жизни: ритмологичность, озарённость, лучистость, радостейность, зитуордэнность, радостовость;

3. Термины, обозначающие названия сгустков: сгусток здоровья, любви, жизни, секса, псевдожизни, ритможизни, Лучёз, информации, энергии, пространства, времени;

4. Термины, обозначающие названия профессий и разных видов ритмологий: два основных термина – ритмолог и ритмология; и их разновидности: ритмолог и ритмология консультирования, ритмолог и ритмология сопровождения, ритмолог и ритмология любви и результата, ритмолог и ритмология



красоты и гармонии, личный ритмолог, ритмолог и ритмология здоровья, ритмолог и ритмология еды, ритмолог и ритмология науки и т.д., а также озарий, стэздэшш, зитуордэн;

5. Термины, обозначающие названия встреч с автором Ритмометода 7P0: Радаст, Даратс, Макрорадаст, Мидирадаст, номерной Радаст, Страдастейный Радаст, Хладастейный Радаст;

6. Термины, обозначающие названия координат: Ключевые, Лучевые, Основные координаты; Матрица, Сокровенное имя, Образ, Облик, Лобр, Робл; Страдастея, Радастея, Зитуорд;

7. Термины, обозначающие названия, связанные с языками ритмовремени: Хладастейное поле, Радастейное поле, Хладастея, Радастея, Циклохладавит, номерной Хладавит, Ритмохладавит, Радастеид-100, Радастеид, Опоры Хладавит, Опоры Радастеид, Алфавит, Омегавит, Сокравит;

8. Термины, обозначающие названия вселенных и планов бытия: Световая вселенная, Лучевая вселенная, Мир, Свет, Луч;

9. Сложные слова-термины с корнем «ритм»: ритмология, ритмовремя, ритможизнь, ритмометод, ритмоопыт, ритмостаж, ритмокоррекция, ритмологичность, ритмомера, ритмометодность, ритмолодѣжь, ритмика, ритмический рисунок, ритмологический рисунок и др.;

10. Другие термины: Озаригн, Лучѣз, ИрЛЕм, Наноход, Даракод, Тотирин и др.

Способы образования ритмологических терминов, словообразовательные гнёзда рассматриваются в [14].

Само по себе существование новых слов-терминов, у каждого из которых есть своё определение в трудах учёного, является одним из факторов, который позволяет говорить о существовании или зарождении новой науки, нового знания.

Особенностью речевых произведений Е.Д. Лучезарновой и научно-популярного стиля, и художественного стиля, и это одно из основных отличий её творчества от произведений современной художественной литературы и от научных работ, является единая коммуникативная цель всех её произведений и выступлений.

Эта коммуникативная цель заключается в том, что автор стремится познакомить адресата с новой культурной категорией – ритмовременем. Коммуникативное намерение – научить адресата речи пользоваться временем и ритмовременем в своей жизни. Цель и намерение автора выражаются эксплицитно в произведениях разных жанров и стилей, в том числе и в НПС:

«Всем нужно учиться работать в ритмовремени» [8, с. 185]; «Время – источник вашей жизни, учитесь в нём находиться, размещаться» [9, с. 184]. «Время можно загущать, время можно консервировать, со временем можно реально работать» [9, с. 2].

Итак, основные стили произведений Е.Д. Лучезарновой – художественный и научно-популярный стиль с элементами публицистического. Отличительной особенностью всех её работ является введение плана ритмологии в ткань повествования и присутствие в большинстве её произведений ритмологических слов-терминов, являющихся авторскими неологизмами. С помощью них автор выполняет свою коммуникативную цель и свой коммуникативный замысел – познакомить читателей и слушателей с новой культурной категорией – ритмовременем и научить им пользоваться в жизни.

#### *Список литературы*

1. Лучезарнова Е.Д. Бизнес-ритмология. – М. : РИТМ 25, 2012. – 72 с.
2. Лучезарнова Е.Д. Любовь и секс. – М. : РИТМ 25, 2012. – 64 с.
3. Лучезарнова Е.Д. Откровенное знакомство: в 4-х частях. Часть 1. Я выбираю жизнь. – 3-е изд. – М. : РИТМ 25, 2012. – 216 с.
4. Лучезарнова Е.Д. Откровенное знакомство: в 4-х частях. Часть 2. Свет выбирает меня. – 3-е изд. – М. : РИТМ 52, 2013. – 288 с.
5. Лучезарнова Е.Д. Ритмология об экономике и управлении. – 6-е изд. – М. : Ритм 52, 2013. – 56 с.
6. Лучезарнова Е.Д. Откровенное знакомство: в 4-х частях. Часть 3. Я превращаюсь в Луч. – 3-е изд. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 416 с.
7. Лучезарнова Е.Д. Откровенное знакомство: в 4-х частях. Часть 4. Всё обо всём. – 3-е изд. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 312 с.
8. Лучезарнова Е.Д. Ключ перешёл в луч. – 3-е изд., исправленное и дополненное. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 264 с.
9. Лучезарнова Е.Д. Ключевые координаты. Наноход. Даракод. – 4-е изд. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 280 с.
10. Лучезарнова Е.Д. Времена жизни. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 112 с.
11. Марченко Е.Д. Жизненно необходимое обретение себя. – СПб. : РАДАТС, 2004. – 144 с.
12. Марченко Е.Д. Ритмология: неделя за неделей-1. Человек, умеющий читать. – СПб. : РАДАТС, 2008. – 280 с.
13. Марченко Е.Д. Нормы первенства. – 2-е изд. – СПб. : РАДАТС, 2009. – 176 с.

14. Наумова Е.В. Авторские неологизмы в творчестве Е.Д. Лучезарновой // Балтийский гуманитарный журнал. – Том 7. – № 4 (25). 2018. – С. 80-83.

15. Толковый словарь русского языка с включением сведений о происхождении слов / РАН. Институт русского языка им. В.В. Виноградова. Отв. ред. Н.Ю. Шведова. – М. : Азбуковник, 2007. – 1175 с.

*Суворова Т.А.*

### **ЯПОНСКАЯ КУЛЬТУРА С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ РИТМОЛОГИИ**

Тема Японии меня интересовала давно, и поэтому я решила попытаться взглянуть на эту страну с точки зрения ритмологии.

В видеофильме «Маленькая страна» говорится, что оптимальное направление развития Японии – от энергии в информацию (фраза про белые круги и чёрные квадраты) [2]. И Япония весьма успешно движется в этом направлении – в 2019 году эта страна заняла первое место в рейтинге самых умных государств планеты.

Что позволяет Японии так успешно развиваться в этом направлении? Автор данной статьи отлично понимает всю объёмность этого вопроса, и поэтому не претендует на исчерпывающее исследование. Ниже будет говориться только о некоторых, наиболее очевидных, с точки зрения автора, моментах.

Начнём с влияния языка на появление повышенной пустотности у японцев. Пустотностью в ритмологии называется способность мозга образовывать многовариантные, быстро меняющиеся логические структуры. Если объяснять это понятие на простейшем уровне, то, например, мышление человека, предполагающего, что брюки могут быть только чёрными, менее пустотно, чем у человека, считающего, что они могут быть любых цветов.

В отличие от китайской чисто иероглифической письменности, японская является сочетанием иероглифов и двух взаимозаменяемых слоговых азбук. Не останавливаясь на деталях японской грамматики, укажем, что кандзи (иероглифы) часто используются только для записи корней слов. Падежи, служебные слова и т.д. пишутся слоговой азбукой хирагана (она применяется и для слов, написание которых на кандзи данный японец не знает).

Займованные из иностранных языков слова пишутся при помощи слоговой азбуки катакана. В одном предложении часто одновременно используются и кандзи, и хирагана, и катакана.

Один и тот же кандзи может употребляться как автономно, являясь отдельным словом, так и входить в состав слов, записываемых при помощи нескольких кандзи. Также в японском письме слова никак не отделяются друг от друга, являясь единой лентой символов, разделённых только на предложения (раньше не отделялись даже предложения). В итоге текст становится своеобразным «ребусом», который читатель должен правильно поделить на части. Кроме того, один и тот же иероглиф в разных словах может произноситься совершенно по-разному. Некоторые слова имеют несколько кандзи, которыми они могут быть написаны без изменения смысла и звучания. Другие слова, имеющие одинаковое звучание и несколько вариантов смысла, записываются разными кандзи при употреблении в разных смыслах. Но есть и слова, имеющие много смыслов, но только один кандзи для их записи. Такая неопределённость и запутанность, безусловно, хорошо развивает пустотность мозга.

Любопытно, что главными в японском языке являются не звуковые, а более высокие, буквенные скрижали – то есть родство слов в словарях устанавливается только по их написанию. Произношение же часто нельзя передать, даже используя слоговые азбуки, – из-за нефиксируемой на письме разности длительности гласных, которые могут быть растянуты или редуцированы (а такое произношение нередко сильно влияет на смысл слов). То есть если европейские, славянские и т.д. языки приучают к чёткому соотношению символов и звуков, создают прочную связь между понятием и его буквенно-звуковой фиксацией, то у японцев мы видим намного менее однозначную систему (на которую сильно жалуются европейцы). Можно сказать, что японский язык уводит в лабиринты неопределённости, в которых сложно точно и полно описать и внешний, и внутренний мир.

Переходя от языка к культуре вообще, надо сказать, что японцы крайне легко заимствуют чужое. Пожалуй, они делают это ещё легче, чем русские. Кандзи изначально – это китайские иероглифы. И вместе с их написанием японцы заимствовали и их произношение, хотя и сильно изменив его под свою фонетику. В итоге сейчас часть вариантов произношения иероглифов – китайская, часть – исконно японская (это и есть корень запутанности написания и произношения в языке). При этом если русские начали подражать Западу только при Петре I, японцы переняли всю китайскую культуру одновременно с письменностью (тоже сильно перестроив под себя).

Позже они по этой схеме заимствовали буддизм, который во многом слился с исконным для них синтоизмом. Ещё позже они по этой же схеме переняли с Запада промышленность и технологии. А сейчас точно такие же процессы активно идут в отношении западной культуры и английского языка.

Можно сказать, что собственно японские язык и культура существовали только до V в. н. э. Позднее японцы уже жили в «гибриде» своего и чужого.

Таким образом, в культуре Японии практически изначально заложен паттерн активного взаимодействия с чужим, его использования. Этот паттерн характерен для человечества, для работы с информацией – и крайне редко используется землянами, людьми, опирающимися на энергию. Можно предположить, что изначально японцы начали так себя вести для того, чтобы быстро сократить своё отставание от китайцев – и в итоге польза от таких действий записалась в их коллективном сознании. Эта память плюс «расширяющее» влияние языка плюс жизнь – и в итоге этот народ стал готов к «информационному» поведению, создав «фундамент» тех привычек, с которого легче сделать шаг в то, что в ритмологии называется человечеством [1].

Теперь посмотрим на некоторые бытовые детали японской жизни. Кимоно, которое носят и мужчины, и женщины, относится к тому типу одежды, который «подталкивает» к работе с информацией (как и халаты, юбки, платья и т.п.). Зимой в японских домах холодно – в стране до сих пор нет ни центрального отопления, ни горячего водопровода. При необходимости японцы греются самостоятельно купленными обогревателями, а при принятии душа или ванны холодная водопроводная вода пропускается через индивидуально установленные в квартирах водонагреватели. Холод – это та среда, которая стимулирует мозг, и именно её в Японии всё время предлагают на общей траектории. Тепло стимулирует тело, чувства – и человек может получить его только на личной траектории. Но при этом японцы очень любят купание в горячих источниках и горячие ванны. В ритмологии говорится, что горячие купания привлекательны для людей, постоянно занятых работой с информацией (это помогает им «отдаляться» от информации и приближаться к энергии).

В японской кухне крайне активно употребляются водоросли и морепродукты. Они относятся к пище, улучшающей способности прояснять ситуацию, понимать её (настраивают на Струну Прояснения). Также постоянно используется рыба, тоже настраивающая на работу с информацией. Третий неотделимый от японского рациона продукт – рис – настраивает на судьбу, то есть на информацию в квадрате. Чай, крайне популярный в Японии, настра-

ивает на общую траекторию, на совместные действия – а коллегиальность тоже более свойственна человечеству и мало свойственна землянам.

Кстати, коллективизм, не связанный с кровным родством и семьёй, является одой из традиционных японских ценностей. Изначально эта линия поведения сформировалась из-за постоянных стихийных бедствий, которые вынуждали спланиваться друг с другом всех попавших в них людей. Позднее она нередко принимала формы, когда некровные связи ставились много выше кровного родства (что, согласно ритмологии, тоже является признаком работающего с информацией человечества).

Например, для самурая честь и жизнь сюзерена (с которым у него обычно не было кровного родства) были много дороже жизни своей семьи. В обоих случаях – и тогда, когда бесчестье нависало над самим самураем, и тогда, когда бесчестье нависало над сюзереном самурая – сеппуку были обязаны совершить и сам самурай, и его жена, которая перед смертью убивала своих детей. В более мягких условиях самурайская семья просто заботилась о том, чтобы поведение всех её членов не марало чести сюзерена.

Для японцев эта ситуация не была такой жуткой, как для нас. С их точки зрения, правильная смерть давала гарантию хорошей реинкарнации – а жизнь, сохранённая неправильными способами, обрекала на многие плохие перерождения. Поэтому просто отметим тот факт, что в культуре Японии в течение столетий было намертво закреплено представление о низкой значимости тела и высокой значимости смерти (т.е. перехода в Кольцо великого сияния). Это сопровождалось представлениями о невероятно высокой значимости социальной репутации и доброго имени – а такие представления характерны опять-таки для человечества. Земляне обычно с большим трудом воспринимают такую точку зрения.

Далее. Самурай мог уйти от своего сюзерена, а также мог потерять его в бою. В обоих случаях самурай превращался в так называемого ронина, странствующего самурая. В отличие от странствующих рыцарей, ронины являлись малоуважаемыми, практически деклассированными, членами общества. И лучшим путём восстановления их репутации и общественного положения было убийство врагов мёртвого сюзерена. То есть даже кровная месть в Японии постоянно шла не по генетическим, а по чисто социальным, внекровным связям.

В современной Японии значимость некровных контактов превратилась в пожизненные контракты, заключаемые между работником и фирмой, в постоянные многочасовые переработки ради блага фирмы и во вред своей семейной жизни. Такие переработки не всегда оплачиваются, иногда они приводят

к смертям от переутомления на работе – причём добровольные переработки и гибель людей из-за них являются одной из проблем правительства Японии.

Причём если в Европе и России уставшему человеку предложат отдохнуть, то по японским традициям он услышит от окружающих предложения не сдаваться, продолжать упорно работать, несмотря ни на что. Такой рецепт поведения естественен для людей, идущих через судьбу (её первые этапы действительно лучше миновать быстрее и сделать это можно только через борьбу и напряжение). Но совершенно не естественен для людей, привыкших работать в карме, в энергии.

Отдельно стоит упомянуть о том, что Япония – та страна, где женскую цивилизацию весьма успешно «перевели» на мужское сизое дно. В феодальный период все японки благородного происхождения с 6 лет в обязательном порядке проходили военное обучение. Они отлично владели лёгким, предназначенным для дальнего боя оружием – нагинатой (тип алебарды), яри (длинное копье). На крайний случай (ближний бой или необходимость срочного сеппуку) японские дворянки всегда носили с собой кайкен (тип японского кинжала). Такое оружие использовалось не случайно: и нагината, и яри требуют гораздо меньшей физической силы, чем меч или лук. Чаще всего японские дворянки употребляли свои боевые навыки для защиты дома во время отсутствия мужей и братьев. Но были и случаи, когда во время очередной межфеодальной войны женщины вступали в армию своего сюзерена, совершенно не скрывая своего пола. Онабугейся (дословный перевод – «женщина-человек боевых искусств») могли стать даже боевыми командирами. Самые известные из них – Томоэ Годзэн (1157?-1247?) и Хангаку Годзэн (около 1170-1190 г.г.), которая командовала 3000 воинами (подчеркиваем – это происходило при феодализме, при жёстких патриархальных законах).

Выше уже говорилось, что в Японии женщины из благородных семей в массовом порядке убивали себя и своих детей во имя сохранения абстрактной чести мужа, сюзерена мужа, своей собственной чести и т.д. Такое могло происходить только при одном условии – массовой и качественной блокировке женских инстинктов, в том числе даже самого мощного материнского инстинкта. На разнообразных блокировках инстинктов опять-таки специализируется человечество, а никак не земляне. А то, что на время войн половое деление резко ослабевало, говорит о том, что японцы могли абстрагироваться от тела человека, даже от его гендерной принадлежности – что опять-таки очень нехарактерно для землян.

Половое деление частично ослабевало и в культуре – Япония является единственной страной, в которой во времена феодализма женщины активно

участвовали в культурном процессе (хотя и не во всех его областях). Средневековые японские писательницы, такие как Сэй-Сёнагон (ок. 966 – 1017), Мурасаки Сикибу (978 год – между 1014 и 1016 г.), Нидзё (1258 – ?) по праву входят в число классиков не только японской, но и мировой литературы. И это при том, что в Японии даже письменность делилась по половому признаку – кандзи и катаканой тогда пользовались только мужчины, а хирагана была предназначена для женщин и детей. Интересно, что, если посмотреть с точки зрения ритмологии, то угловатость знаков катаканы действительно больше соответствует мужскому, а округлость хираганы женскому типу мышления. А кандзи требуют огромной внимательности к деталям – то есть аналитического мышления, которым легко овладевают мужчины и гораздо сложнее – женщины. Видимо, традиционная японская внимательность к мелочам позволила отследить, кому какой письменностью проще пользоваться.

Но если вернуться к отношению японцев к своим телам – то, безусловно, в формировании во многом небрежного отношения к телу (которому можно и нужно как угодно вредить ради важной цели) свою роль сыграли и синтоизм с буддизмом с их верой в реинкарнации. Но отметим, что в Индии, Китае и других «реинкарнационных» странах население традиционно склонно относиться к своим телам совсем иначе.

Ещё одна черта японского общества – его жёсткая иерархичность, намного превосходящая иерархичность западного или российского социумов. При этом японцы не склонны к бунтам против данной иерархичности – и до сих пор не особо склонны к идеям равенства (хотя понятия «плохой-хороший руководитель» у них, безусловно, существует). В ритмологии стремление к иерархичности тоже называется в числе чисто человеческих черт (разный уровень знаний не может привести к равенству), а стремление к равноправию относится к земному способу поведения (тела у всех примерно одинаковы).

Иерархическая лестница в японском представлении не только пронизывает всё общество, от школ до клубов пенсионеров, – она рассчитана на реинкарнации. И буддизм, и синтоизм в Японии синхронно утверждают, что, в зависимости от своих заслуг или прегрешений, человек в ходе своих перерождений меняет своё место в иерархии Вселенной. Мудрец и праведник в итоге переродится соответственно в синтоистское или в буддистское божество, а грешник станет демоном. Если человек родился гением – это результат его труда в прошлых жизнях.

Такая масштабная иерархичность снимает ощущение детерминизма, вечной прикованности к своему нынешнему положению в обществе, создаёт

уверенность, что путём труда рано или поздно можно достичь всего. С этим же связана и японская уверенность в том, что любой талант можно создать с нуля, даже у изначально бездарного человека. Сравните эту позицию с европейско-славянской уверенностью в том, что жизнь даётся только раз, что кому-то «бог дал», «случай дал» хорошее рождение и способности – а кто-то непонятно за что остался обойдённым. Безусловно, эти два жизненных представления вызовут совершенно разное отношение людей к своей текущей жизни, к существующей социальной иерархии. У уверенных в единственности своей жизни европейцев, в случае их амбициозности, просто нет другого выхода, как пытаться срочно изменить своё положение в обществе или само общество. У уверенных в огромном количестве жизней японцев есть другой вариант действий – спокойно трудиться во имя своего отдалённого будущего и избегать грубых нарушений существующей иерархии (какие нарушения относятся к действиям, портящим карму).

Иерархичность пронизывает и всю структуру японского языка. Об этом надо говорить очень долго – поэтому упомяну только тот факт, что речевые обороты, являющиеся доброжелательными при их употреблении между родственниками или близкими друзьями, моментально становятся на позицию оскорбительных и унижающих в случае их применения при общении с малознакомыми и даже просто со знакомыми людьми.

Иерархия в японском обществе – это не только отношения «старше-моложе», «начальник-подчинённый», «специалист-рабочий» и т.д. В этой стране существуют ещё и пары семпай-кохай. Эти взаимоотношения на русский язык иногда переводят как «дедовщина». Но в японском варианте «дед» не только взваливает на младшего по рангу массу простой работы – он нередко параллельно с этим является настоящим наставником, другом-опекуном. Нередко дружба между семпаем и кохаем длится десятки лет, даже после того, как они покинули ту организацию, в которой были семпаем и кохаем (например, окончили школу, институт, сменили место работы, перестали ходить в какой-то клуб по интересам и т.д.).

Если вернуться к японскому искусству, то оно очень сильно ориентировано на пустотность, схематичность и абстрактность. Комплекс из этих черт идёт вместе, т.к. именно схематичность и абстрактность создают пустотность, абстрактность вытекает из схематичности и наоборот.

Именно благодаря такой связке в ритмологию пришло слово «танка». У нас оно стало термином, который обозначает текст, помогающий работать с информацией. В японском же языке так называется пятистрочная стихотворная форма, состоящая из 31 слога.

Пример классической японской танки и разбор на её примере принципа пустотности.

«Я увидела под деревьями  
Охапки красной листвы...  
Тщетное подношение.  
Верно молвят: в десятой луне  
Мир покидают боги».  
(Идзуми Сикибу)

Читателю этой танки дано очень мало информации и очень мало объяснений. Есть схема сцены действия – октябрь («месяц без богов» по-японски), листва, деревья, тщетность. На основе этой схемы читатель сам должен представить причину такого состояния души. Любовное разочарование, смерть близкого человека, крах служебной карьеры, тяжёлая болезнь, хроническая усталость и т.д. – список вариантов здесь огромен. Неясно, что это за место (дворцовый парк, лес, сад у дома и т.д.). Но зато есть мысль о непоправимости этой ситуации, о бесполезности попыток что-то изменить (тщетное подношение богам). Другими словами – в тексте есть опоры, схематически, абстрактно описывающие состояние души человека – а всё остальное читатель должен додумывать самостоятельно. Если читатель не пойдёт на такое сотворчество – танка «скользнёт» по его восприятию, не произведя никакого впечатления. При активном же сотворчестве читатель соединит своё печальное воспоминание с текстом, получив своеобразный симбиоз из текста танки и своей памяти, которая будет соединена с красотой поэзии. Также здесь у читателя проявится и удовольствие от сотворчества, от активной работы своего мозга. Можно образно сказать, что автор танки как бы расставил «опоры», по которым «прыгает» мозг читателя, заполняя всё пустое пространство между «опорами» своим собственным опытом. Поэтому задача поэта здесь – не выразить полно свои личные чувства, а взять из них только то, что является универсальным, пригодным практически для любого другого человека. Именно это общепригодное становится вышеупомянутыми «опорами».

Отказ от своей личности ради других людей, отсутствие точных разъяснений, создание пустоты, в которую может «войти» другой человек – всё это опять-таки чисто человеческие, а не земные черты поведения, общения.

Анализ примеров, взятых из японской классической литературы, можно продолжать. Но вместо этого посмотрим на японский традиционный театр –

который тоже много абстрактнее, чем европейский, или на старинную японскую живопись, всегда выбирающую только небольшое количество деталей из пейзажа или сцены.

В современной массовой японской культуре эта привычка к абстракции и додумыванию привела к таким феноменам, как манга, аниме, вокалоиды.

Манга (японские комиксы) показывают не только внешнее действие, но и полноценную эволюцию характеров героев, причины их поведения, изменение мировоззрения, демонстрируют философский спектр идей противоборствующих персонажей. Разумеется, всё это дано очень схематически – но тут начинает работать такой же механизм, который описывался чуть выше. Читатель вполне успешно «прыгает» по «опорам», расставленным мангакой (автор манги). В итоге за счёт этого человек воспринимает схематически очерченных персонажей такими же живыми и сложными, какими европеец воспринимает героев привычной нам литературы. Разумеется, здесь многое зависит от таланта мангаки.

Схожая ситуация складывается и при просмотре аниме (японских мультфильмов). Сразу уточним, что на самом деле аниме – не жанр, а техника производства фильмов. В данной технике выпускается кинопродукция всех тех жанров, которые в западной традиции снимаются исключительно при помощи живых актёров. Психологическая драма, исторический эпос, гангстерский боевик, фантастика, бытовая комедия, порнография, философская притча, ужасы и т.д. – это всё аниме. Естественно, что многие из них сняты не для детей – среди них немало продукции только для взрослых. Японцы всех возрастов склонны воспринимать мультипликационных героев так же, как европейцы и славяне воспринимают живых киноартистов. Здесь работает всё тот же механизм «прыжков между опорами», сотворчества, входа в пустоту, созданную уже не поэтом, писателем или мангакой – а съёмочной группой фильма. А так как зритель заполняет пустое место своим собственным опытом, то персонажи аниме оказываются ему очень близкими, предельно «родными». И, естественно, зритель, особенно молодой, запоминает это удовольствие от сотворчества, от работы своего мозга.

Третий феномен из серии абстрагирования и додумывания – это вокалоиды. Вокалоиды – это класс компьютерных программ, в памяти программы множество звуковых «кирпичиков», из которых продюсер (человек, работающий с этой программой) создаёт поющий или говорящий голос, очень похожий на человеческий. Этот голос накладывается на музыку, получает нарисованную компьютерными дизайнерами внешность и сценическое имя. Получается певец-вокалоид, который (или которая) имеет внешность, на-

рисованную в традициях аниме. Вокалоиды могут не только «сниматься» в клипах, но и давать «живые» концерты – когда их голографическое, в рост человека, изображение при помощи особой аппаратуры выводится на сцену концертного зала или стадиона. Сейчас в мире существует около 60 таких виртуальных исполнителей. Наиболее раскручены они в Японии, которая и является их «родиной». Европа и Россия с их менее абстрактным мышлением принимает вокалоидов с трудом.

Итак, мы имеем тот факт, что даже в массовом искусстве Японии происходит очень лёгкая замена живого человека-артиста на человекоподобный фантом-рисунок и охотное восприятие этого фантома в роли человека. Такое явление, несомненно, является очень близким к психологическим характеристикам человечества, а никак не землян. При этом массовая культура Японии откровенно антиантропоцентрична. Киборги, мутанты, симбиоты, оккультные чудовища и т.д. часто выступают в роли положительных героев. При этом герои-люди могут на каком-то этапе навсегда превращаться в таких существ – и это подаётся как нормальная, совершенно не трагическая и не ужасная ситуация. Например, практически все персонажи популярного сериала «Наруто» – в том числе и положительные – это что-то типа человекоподобных мутантов, а сам Наруто, выступающий как образец для подражания – симбиот человека и демона. Видимо, это связано с тем, что, в отличие от христианства, многие японские божества имеют откровенно нечеловеческий облик – и, повторяемся, именно в них в ходе реинкарнаций перевоплощаются праведные японцы. То есть уважаемый человек теряет свою антропоморфную форму, рождается монстром – и становится ещё более уважаемым существом, чем был при своей человеческой жизни. Всё это тоже не имеет отношения к землянам, которые придают телам огромное значение и поэтому нередко склонны настороженно относиться даже к людям с другим цветом кожи.

Естественно, в современной массовой культуре Японии сохраняется всё то же облегчённое отношение к смерти. Например, большая часть героев манги «Bleach», несмотря на её проанглийское название, не только тесно связана с японской мифологией – они являются мертвецами, духами смерти и т.д. И при этом они взаимодействуют с миром живых людей отнюдь не по схеме ужасника – а убитые герои появляются после своей смерти в виде духов, духи же уходят рождаться в мир людей. К концу манги уже почти непонятно, где жизнь, где смерть, кто жив, кто мёртв – всё оказывается единым, сливается в глобальный круговорот. (Разумеется, призраки, покойники, оборотни в положительном контексте фигурируют и в массе других аниме, манг.)

И, конечно, в японской культуре нет однозначности – самый хороший персонаж может совершить мерзкий поступок, а негодяй вдруг может сделать что-то хорошее и доброе. Это резко контрастирует с современной западной культурой, в которой всё упрощено до легко воспринимаемых схем «хорошее-плохое» и тоже напрямую связано с многомерностью, неоднозначностью работы мозга.

Японские супергерои тоже весьма интересны. Если на Западе в этой роли выступают одиночки, не особо потрудившиеся над получением своих способностей, то японские супергерои – это коллективисты и трудяги. Они – лучшие среди равных, лидеры коллектива, в котором важен каждый его член, и без этого коллектива супергерой не смог бы стать тем, кем стал. Для раскрытия же своих способностей японским суперменам приходится трудиться в кровавом поту, проходить через массу неудач и боли – то есть проходят к своим способностям через судьбу, а не через карму (как на Западе). Всё это тоже много ближе к человечеству, а не к Земле.

Сделаем вывод: процессы, которые приводят современную Японию к лёгкому переходу этноса страны на сторону информации, базируются на том, что японцы, по многим неописанным здесь параметрам являясь землянами и «энергетической» нацией, на протяжении своей истории всё время «рвались» в информацию – в противоположность русским, которые, являясь обетованным человечеством, постоянно «рвались» на Землю.

#### *Список литературы*

1. Лучезарнова Е.Д. Ничего случайного не бывает. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015.
2. Марченко Е.Д. Маленькая страна / Мир глазами Луча : учебный видеофильм. – СПб. : РАДАТС, 2006.
3. Марченко Е.Д. Знакомься, знак! Знакомьтесь – знаки! – М. : РИТМ 25, 2010.

*Цимакуридзе Н.Т.*

## **РИТМОМЕТОД 7P0 КАК ЗАРОЖДАЮЩАЯСЯ ДИСЦИПЛИНА**

*Аннотация.* В статье рассматривается возможность исследования Ритмометода 7P0 как зарождающейся дисциплины с использованием для данных целей системного подхода. Описаны характерные черты зарождающейся научной дисциплины, присущие Ритмометоду, предложена тематика дальнейших исследований.

*Ключевые слова:* Ритмометод 7P0, системный подход, признаки научной дисциплины.

Современная сфера общественнознания, культуры мышления и поведения человека в развитых и развивающихся, согласно классификации ООН, странах, в том числе в России, претерпевает активные метаморфозы. Этот глобальный процесс связан с научно-техническим прогрессом (НТП), фактически отрывающим человека от природы и естественных способностей, а также с общим снижением уровня образованности и, следовательно, стремительным падением традиционных моральных и духовных ценностей у большого количества людей, особенно среди молодёжи. Нанося прямой и косвенный вред духовной и культурной сферам посредством агрессивного распространения безнравственных примеров мышления и поведения, эти же современные технологии, однако, позволяют не менее активно развивать научную и образовательную сферу, ускоряют темп жизни, позволяют человеку прожить больше событий, получить больше опыта и впечатлений, требуют от человека новых навыков и компетенций. В результате возникают междисциплинарные и альтернативные направления развития существующего знания и новые практико-философские концепции.

Одной из наиболее дискуссионных методик, процесс становления которой не остаётся незамеченным для специалистов самых разных отраслей, является Ритмометод 7P0 ЕДЛМ (далее – Ритмометод). Высказано немало мнений о природе его возникновения. Появляется немало споров и на предмет необходимости исследования Ритмометода научными инструментами. С одной стороны, понятно, что для дальнейшего проникновения в общественные отношения научное изучение ключевых положений Ритмометода необходимо. С другой стороны, встречаются некоторые сдерживающие факторы. Обусловлены они, на наш взгляд, тремя причинами:

1. в определённом смысле самодостаточностью Ритмометода, который развивается как практическая дисциплина через консалтинговые услуги, где активно формируется опыт ритмологов-практиков и ритмологов-исследователей;

2. большим объёмом первоисточника (более 400 книг Е.Д. Лучезарновой), проблематичностью подбора целей, способов и методов исследования;

3. фиксируемым по опубликованным источникам неоднозначным отношением Евдокии Дмитриевны Лучезарновой к науке как таковой, что некоторым исследователям её творчества вселяет некий скепсис по поводу применимости научных методов исследования в отношении Ритмометода.

Действительно, у Е.Д. Лучезарновой встречаются не самые привлекательные высказывания о науке.

#### ЛИЦО НАУКИ

Науки синее лицо  
 Так вожделенно,  
 Им замыкается кольцо  
 Большой Вселенной.  
 Науки мнимое лицо  
 Так смертоносно,  
 Им замыкается кольцо  
 Истин неброских.  
 Науки злчное лицо  
 Ядом познания  
 Объемлет в толстое кольцо  
 Младых сознаний.  
 Науки ясное лицо  
 Свеченьем века  
 Поднять способно над кольцом  
 Дух человека.  
 Науки мирное лицо.  
 Науки сладкое лицо.  
 Науки славное лицо.  
 Науки старое лицо.

Данный ритм написан в 1994 году. Представляется, что здесь речь может идти о неких методологических догмах, на существование которых обращают внимание и исследователи науки.

Например, профессор, доктор философских наук А.А. Ивин пишет следующее: «Наука, лишённая свободы операций, перестаёт быть подвижной и текучей и во многом лишается способности увидеть в себе построение, в основе которого лежит “необработанный”, или реальный, мир. Слепым операциям, выполняемым по правилам научного метода, методологизм придаёт конституирующее значение: они формируют мир опыта, мир эмпирических данных. В своих крайних вариантах методологизм склоняется к субъективной теории истины: истинно утверждение, полученное по определённым правилам и удовлетворяющее определённым критериям» [3, с. 74-75].

В то же время, Е.Д. Лучезарнова совсем не отрицает научные принципы как таковые, делая, однако, собственные акценты:

«Наука – это желание исследовать. ... У человека есть инструментарий, а если так, то человек может проводить исследования всего, что его окружает. Он может разрезать что-либо и сказать, как оно устроено. ... Любой исследователь для получения необходимых ему знаний пытается внедриться в этот мир и раскроить его на части, потому что исследовать малыми частями гораздо проще, чем брать весь объём информации. Неслучайно нет единой научной системы. Наука разделена на разделы и подразделы, на различные направления и отрасли.

На самом деле быть настоящим учёным достаточно сложно, поэтому их и не так много. И так, наука – это, прежде всего, элемент исследования, что бы ни происходило. ... Кроме того, наука – это то, что невозможно состыковать в проявленном варианте, обязательно есть допуск на формулу. Это невидимое сначала описывается формулой, а потом открывается. В науке всегда есть допуск на непроявленное, которое проявится чуть позже» [2, с. 4].

«Наука – закреплённая логикой человека причинно-следственная связь поведения субъектов и объектов в направлении времени от прошлого к будущему» [5, с. 3].

Представляется, что подобный взгляд на науку хорошо иллюстрирует сказанное И.В. Блаубергом о понятии «наука»:

«Интуитивное представление о науке как о некотором едином для различных науковедческих дисциплин объекте изучения традиционно находило своё выражение, прежде всего и главным образом, в том, что одно и то же понятие – «наука» – использовалось для обозначения ряда содержательно различных явлений, которые изучались и изучаются в настоящее время



специальными отраслями знания с помощью предметных расчленений и исследовательских средств, разработанных в каждой отрасли. В этих условиях содержательное наполнение понятия науки изменяется от отрасли к отрасли, получая каждый раз особое теоретическое развёртывание» [1, с. 350].

Основатель Ритмометода использует термин «наука» для обозначения определённых явлений, связанных, прежде всего, с процессом исследования, что не противоречит теории науки, более того, поддерживается ею: «Правила научного метода могут меняться от одной области познания к другой, поскольку существенным содержанием этих правил является не кодифицированное мастерство – даваемое самой практикой научной деятельности умение проводить исследование объектов определённого типа и делать вытекающие из такого исследования обобщения». По мнению А.А. Ивина, такое мастерство обобщения вырабатывается долгой практикой, относящейся только к той узкой области исследования, в рамках которой оно сложилось. «Описать это мастерство в форме системы общеобязательных правил невозможно» [3, с. 76].

На наш взгляд, произведения Е.Д. Лучезарновой изобилуют свойственным ей мастерством обобщения собственных наблюдений и выводов в области созданного ею Ритмометода как области исследования, в которой данные обобщения сложились, где она является единственным экспертом, обладающим необходимым мастерством. И методология науки чисто теоретически с такой её ролью, безусловно, согласна. Как и с тем, что «описать это мастерство в форме системы общеобязательных правил невозможно».

Данный аспект «единственности» оказывает определённое влияние на некоторых исследователей Ритмометода, объясняет нерешительность тех специалистов, кто однозначно признаёт непревзойдённое на сегодняшний день мастерство Е.Д. Лучезарновой в созданной ею системе знаний.

Однако, как мы видим, в разные периоды Е.Д. Лучезарнова по-разному характеризует науку и её возможности. Созданную область знаний ритмологию она называет «наукой человека о времени» [5, с. 3], что автоматически размещает ритмологию среди иных явлений, называемых наукой, а значит, требует изучения и обоснования данной позиции. Кроме того, на страницах СМИ Е.Д. Лучезарнова упоминает закон 3 стадий развития любой науки, сформулированный Огюстом Контом. Согласно данному закону, каждая наука проходит в своём развитии три этапа – теологический, метафизический и позитивный. «На первом этапе исследования человечеству необходим религиозно-мифологический опыт, впоследствии появляются точные определения, формулы, схемы». Е.Д. Лучезарнова уточняет, что на сегодняшний

день в её концепции больше используется научная и философская лексика, поскольку её развитие «уже продвинулись в сторону собственной терминологии, а в стране произошёл ряд положительных изменений» [10].

О метафизике Е.Д. Лучезарновой (что вписывается в закон 3-х стадий О. Конта) говорит и Д.А. Миронов: «Стержнем метафизики ЕДЛМ является представление о времени» [4].

Вернёмся к определению науки, данному Е.Д. Лучезарновой: «Наука – закреплённая логикой человека причинно-следственная связь поведения субъектов и объектов в направлении времени от прошлого к будущему» [5, с. 3].

Наличие в данном определении термина «связь» как одного из основных понятий, относящихся к описанию внутреннего строения системных объектов [1, с. 249], а также терминов «объект» и «субъект», «причины», «следствия» дают основание предполагать возможность описания ритмологии и Ритмометода посредством системного подхода, естественно, максимально учитывая специфику объекта исследования [4].

Удобство применения системного подхода заключается в его направленности на синтез теории и практики. По мнению специалистов, только тогда, когда мы рассматриваем объекты как системы, в соответствии с их реальностью, с присущей им внутренней структурой, с учётом взаимосвязи с их внешними объектами, в их развитии мы получаем более правильные и полные представления о них [7, с. 17].

Понятие системы – связующее звено между научным познанием и объективной реальностью [8].

Постановка вопроса о едином предмете исследования предполагает, что объект, относительно которого формируется соответствующий предмет, может в некотором существенном смысле наблюдаться как целостность любым его исследователем (независимо от его интуитивных убеждений), но для этого должны быть заданы условия наблюдения этого объекта и необходимые притом ограничения. Иначе говоря, минимальным методологическим условием изучения объекта как системы является возможность выделить его из окружения как некоторую относительно автономную целостность [1, с. 351].

Выполнение этого методологического условия, по мнению Блауберга, может быть достигнуто разными путями:

– теоретическим (переход на более высокий уровень абстракции – для описания объекта выбирается понятие, по степени своей теоретической общности заведомо превосходящее все имеющиеся концепции объекта, которые могут рассматриваться в качестве его частных случаев);

– и путём, предполагающим методологически-конструктивное осмысление опыта исследования объекта (интуитивных, эмпирических и теоретических его представлений) и построения его системного изображения.

Для изучения Ритмометода 7P0 как объекта исследования, вслед за И.В. Блаубергом [1], предлагаем в данной статье пойти по второму пути.

В своей работе [1] автор излагает попытку системного изображения и комплексного исследования одной из структурных единиц науки – научной дисциплины, мотивируя это тем, что переход на этот уровень исследования даёт возможность более жёстко ограничить объект содержательно. Так, относительная самостоятельность научной дисциплины позволяет в её изучении обратить основное внимание на внутренние особенности её функционирования и развития, предполагая, что её связь с другими социальными институтами осуществляется через другой уровень организации: в трактовке И.В. Блауберга – через уровень науки в целом, в случае Ритмометода, на данном этапе становления – через иные социальные институты.

Вместе с тем, не менее очевидным, по мнению Блауберга, выглядит рассмотрение любой проблемы, связанной с порождением нового научного знания (прим. – что актуально для Ритмометода), с особенностями исследовательской деятельности или подготовкой исследователей, как проблемы внутродисциплинарной или, в крайнем случае, междисциплинарной.

Сказанное позволяет выделить Ритмометод, рассматриваемый специалистами и самим его основателем [10], как зарождающееся научное знание, применив предложенный Блаубергом список признаков-черт научной дисциплины.

Таковыми признаками являются:

1. единство дисциплинарного знания и способов действия с ним;
2. содержание специальной подготовки исследователей и формы их идентификации;
3. набор средств внутродисциплинарной коммуникации и институтов, регулирующих функционирование дисциплины как целого;
4. внутродисциплинарные процессы.

Именно эти характеристики, по мнению многих исследователей, обеспечивают индивидуальность каждой дисциплины как исторического и предметного образования [1, с. 353]. Полагаем, что все описанные пункты могут быть применены при описании Ритмометода, а некоторые из них уже подтверждаются мнениями специалистов.

Так, единство дисциплинарного знания и способов действия с ним для всех опрошенных респондентов в количестве 702 человек подтверждается,

например, социологическим опросом, проведённым компанией «Гортис – инфо» в 2017 году.

Остальные описанные признаки находят своё отражение в публикуемых работах последнего периода, в т.ч. в сборнике статей к 15-летию Института ритмологии «Время. Ритм. Жизнь», вышедшем в 2017 году в издательстве «Ритмовзлёт» (Санкт-Петербург). Сам сборник в полной мере иллюстрирует второй из описанных признаков, а именно наличие специально подготовленных исследователей, форму их идентификации по ритмологической градации (ритмолог, персональный ритмолог, ритмолог-эксперт и др.).

С точки зрения Блауберга, наиболее полные в содержательном и хронологическом отношении результаты получаются при анализе материала отдельных научных дисциплин. Рассказывая о проведённом эксперименте, он отмечает: «При этом исследованию подвергались, по сути дела, любые разумные показатели этих дисциплин, допускающие количественное выражение (публикации, авторы, исследовательские учреждения, выпускники университетов по той или иной специальности и т.п.)». Однако продолжает: «То обстоятельство, что статистические закономерности регистрировались на определённом материале, не даёт оснований для утверждения типа: дисциплина состоит из публикаций, институтов, учёных и т.п. Скорее, наоборот, поскольку эти закономерности наблюдаются в поведении любых численных показателей научной дисциплины, оправданным выглядит утверждение: “из чего бы ни состояла научная дисциплина, её рост можно описать статистически”. Что же касается содержательной интерпретации таких закономерностей, то здесь требуются более общие представления. При этом речь пойдёт уже о построении некоторой методологической по замыслу абстракции, которая задавала бы степень сложности изучаемого объекта и тем самым помогала бы организовывать теоретические и эмпирические сведения о нём» [1, с. 355-356].

Описанная методика в отношении Ритмометода как дисциплины даёт такую первичную ознакомительную картину, основанную на фактах:

– 15 августа 2002 г. основан Институт ритмологии (Некоммерческое научно-образовательное учреждение «ИРЛЕМ»), с 2016 г. – Частное научное учреждение «Институт ритмологии Лучезарновой Евдокии» (ИрЛЕМ);

– с 2005 г. выпускаются специалисты по оказанию ритмологических услуг. За период 2002 – 2015 гг. 18000 человек из 698 городов и 34 стран прошли обучение. Программы Института проводились в 152 городах России, Украины, США, Израиля, Кипра, Швеции, Прибалтики, Казахстана;

– в 2012 г. проведено более 180 программ, в которых приняло участие 6180 человек [9].

Исследовательское направление развивается посредством проведения тематических конференций. В табл. 1 представлен перечень изданий Института «ИрЛЕМ» по материалам проведённых конференций, свидетельствующий о росте научного и общественного интереса к Ритмометоду.

Таблица 1

Общая динамика издательской активности Института «ИрЛЕМ».

Год издания	Название сборника	Статей, шт.	Всего авторов, чел.	В том числе:	
				кандидатов наук, чел.	проф. ритмологов, чел.
2006	Время. Мозг. Пульс	13	12	3	2
2012	Время. Мозг. Пульс	33	25	15	11
2017	Время. Ритм. Жизнь	27	22	11	19
2018	Время. Ритм. Жизнь	27	22	8	22

Согласно открытым источникам, начиная с 2014 года, в периодических рецензируемых научных журналах и сборниках всероссийских и международных научно-практических конференций, сторонних по отношению к издательству ИрЛЕМ, вышли научные публикации кандидатов, докторов и профессоров философских, социологических, психологических, педагогических, экономических и др. наук, частично и в целом признавших Ритмометод в качестве методического аппарата, способствующего росту человеческого сознания, культуры мышления и качества жизни, в частном, общественном и трудовом (экономическом) аспектах.

В настоящее время ритмологические услуги оказываются по 15-ти направлениям: веб-абонементы; встречи с автором Ритмометода Е.Д. Лучезарновой (радасы, авторские озарины); действующее предприятие; индивидуальное консультирование; клубные программы; личные ритмологи; ритмология жизни; ритмология здоровья; ритмология красоты и гармонии; ритмология любви и результата; ритмологическое сопровождение; сертификаты «волшебная комната»; стартап; туры с ритмологией; центры отдыха «Озаригн» [11].

Обобщение и систематизация элементов описанного нового знания представляет, на наш взгляд, интерес как с теоретической, в качестве примера становления новой дисциплины, так и с практической точки зрения применения альтернативной методик, способствующей адаптации личности к условиям, диктуемым НТП. В этой связи представляется целесообразным и логически правильным:

1. Дальнейшее осуществление сбора статистических данных о развитии Ритмометода как практической дисциплины;
2. Проведение новых теоретических исследований, касающихся описания Ритмометода как объекта и как инструмента научного исследования, с учётом специфики и принципов объекта исследования;
3. Разработка и предложение направлений и способов его изучения и применения;
4. Описание наиболее популярных и общедоступных методик ритмологического моделирования.

#### Список литературы

1. Блауберг И.В. Проблема целостности и системный подход – М. : Эдиториал УРСС, 1997. – 450 с.
2. Время. Ритм. Жизнь : сб. статей к 15-летию Ин-та ритмологии. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2017. – 168 с.
3. Ивин А.А. Наука, паранаука и псевдонаука. От алхимии к химии, от астрологии к астрономии. – М. : Проспект, 2016. – 272 с.
4. Миронов. Д.А. Современный русский космизм: вчера и сегодня : сб. материалов V Междунар. науч. конф. «Космизм и органицизм: эволюция и актуальность». г. Санкт-Петербург. 27-28 октября 2017.
5. Лучезарнова Е.Д. Ритмология: неделя за неделей-1. Прочти себя – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 280 с.
6. Москвина И.К. Ритмологические концепции конца XIX – начала XXI веков и ценности культуры: теоретическое и практическое наследие // Культура и цивилизация. – 2016. – № 5. – С. 339-349.
7. Синельников Б.М., Горшков В.А., Свечников В.П. Системный подход в научном познании. – М., 1999. – 388 с.
8. Фролков А.И. Системный подход в науке и технике. – М. : Книга и Бизнес, 2007. – 176 с.
9. Официальный сайт Института ритмологии. – URL: <http://irlem.ru/about>. – Текст : электронный.

10. Ученые научились «ловить» ритм жизни. – URL: <https://www.spb.kp.ru/daily/26765/3797839/>. – Текст : электронный

11. Магазин Ирлем-практик. – URL: <https://irlem-practice.ru>. – Текст : электронный

*Цимакуридзе Н.Т.*

### О СООТНОШЕНИИ ПОНЯТИЙ «РИТМОМЕТОД 7Р0 ЕДЛМ» И «РИТМОЛОГИЯ»

*Аннотация.* В статье рассмотрены исторически сложившиеся определения, связанные с исследованием творчества Е.Д. Лучезарновой, предложен вариант унифицированного подхода к выбору объектов исследований, описано соотношение понятий «Ритмометод 7Р0 ЕДЛМ» и «ритмология», упомянуты некоторые перспективные направления исследований.

*Ключевые слова:* Ритмометод 7Р0 ЕДЛМ, ритмология, признаки научной дисциплины, направления исследований.

Активизация в последние годы интереса к изучению теоретических основ Ритмометода 7Р0, появляющиеся предложения по разработке направлений, способов его изучения и применения проявляют некоторые аспекты, обсуждение которых представляется приоритетным. Одним из таковых является вопрос соотношения понятий «Ритмометод 7Р0 ЕДЛМ» и «ритмология».

Первые публикации о творчестве Е.Д. Лучезарновой появились в научных изданиях в 1998 году, на сегодняшний день их количество исчисляется десятками. Произведения и методики данного автора исследовались или упоминались специалистами культурологии, философии, филологии, социологии, экономики, педагогики, психологии, лингвистики, религиоведения, истории, юриспруденции. Проведённый анализ научных источников подтверждает, с одной стороны, присутствующий интерес к творчеству Е.Д. Лучезарновой, с другой – большой разброс в его оценке [8].

Полагаем, что немалую роль в возникающих противоречиях играет несогласованность понятийного аппарата – в работах некоторых специалистов, особенно на ранних стадиях изучения творчества Е.Д. Лучезарновой, невозможно установить, о чём конкретно идёт речь, объект изучения достаточным образом не определён. Так, в разных публикациях упоминаются следующие

объекты: «Радастея» (предположительно, как мировоззренческое течение), МОО «Радастея», Институт ритмологии, ритмология, ритм, Ритмометод 7Р0 ЕДЛМ, стиль и образ жизни сообщества. При этом определения данных терминов не рассматриваются или рассматриваются крайне поверхностно. «Вычисление» целей публикаций в некоторых работах вызывает ещё большие трудности.

Такое «слипание» понятий можно наблюдать и в обиходном упоминании, когда, желая побеседовать о предложенной Е.Д. Лучезарновой практико-философской концепции, участники диалогов используют любое из упомянутых выше определений. Вот как об этом пишет Н.В. Шеляпин: «Описанный Е.Д. Лучезарновой метод получил название Ритмометод 7Р0, или ритмология» [9, с. 141]. Как видим, учёные в некоторых моментах вынуждены следовать данной сложившейся традиции. И если для общеупотребительного применения такое смешение допустимо и, скорее, говорит о популярности явления, опознаваемого по множеству терминов, то для развития теоретического понятийного аппарата оно представляется нежелательным, затрудняющим изучение феномена. На наш взгляд, важно понимать, что каждый из обозначенных объектов имеет свою специфику и своё место в общей системе знаний, предложенных Е.Д. Лучезарновой.

Полагаем, что объектами наиболее точного и корректного изучения может быть творчество Е.Д. Лучезарновой в целом и его различные производные – собственно философская концепция, Ритмометод 7Р0 ЕДЛМ, ритмология, ритмы, результаты применения конкретных технологий (ритмик, программ углублённого обучения), сообщество ритмологов и т.д.

В контексте настоящей статьи рассмотрим соотношение понятий «ритмология» и «Ритмометод 7Р0 ЕДЛМ».

Понятие Ритмометод 7Р0 ЕДЛМ в процессе своего становления претерпело несколько модификаций. К первоначальному понятию «Метод 7Р0» сначала была добавлено слово «ритм(о)-», позже – аббревиатура «ЕДЛМ» (Евдокии Дмитриевны Лучезарновой (Марченко)).

Е.С. Элбакян отмечает, что «по замыслу Е.Д. Лучезарновой аббревиатура “Метод 7Р0” расшифровывается как 7 “Р” – “ритм”, “ритмика”, “ритмология”, “ритмический рисунок”, “ритмологический рисунок”, и 0 – как нулевое состояние, которого необходимо достичь для разумного наблюдения» [10].

«Ритмология» является одной из частей, составляющей Ритмометод 7Р0 ЕДЛМ. Очевидно, что «Ритмометод 7Р0 ЕДЛМ» и «ритмология» соотносятся между собой как общее и частное.

При этом характеристиками практической дисциплины (1. единство дисциплинарного знания и способов действия с ним; 2. содержание специальной подготовки исследователей и формы их идентификации; 3. набор средств внутридисциплинарной коммуникации и институтов, регулирующих функционирование дисциплины как целого; 4. внутридисциплинарные процессы [2]) обладает не ритмология, а Ритмометод 7Р0 ЕДЛМ в целом [7].

Ритмология – это, прежде всего, процесс мышления, специфический процесс познания [9, с. 146]. Специалиста, способного посредством активизации ритмологического мышления эффективно применять все возможности Ритмометода 7Р0 ЕДЛМ для достижения определённого результата, называют ритмологом.

При фиксации описанной разницы рассматриваемых понятий наиболее перспективным представляется параллельное исследование:

– Ритмометода 7Р0 ЕДЛМ как практической дисциплины (или, с учётом неотъемлемого присутствия среди его составляющих ритмологии как науки в стадии становления, – научно-практической дисциплины);

– ритмологии как науки об определённом процессе познания окружающего мира, развивающейся в единстве с иными способами познания действительности (художественным, философским и др.) в рамках практического применения Ритмометода 7Р0, предложенного современным философом Евдокией Дмитриевной Лучезарновой.

#### *Список литературы*

1. Алимова О.В., Цимакуридзе Н.Т. Опыт применения Ритмометода 7Р0 Евдокии Лучезарновой. По материалам качественных и количественных исследований. – СПб., 2019.
2. Блауберг И.В. Проблема целостности и системный подход – М. : Эдиториал УРСС, 1997. – 450 с.
3. Лучезарнова Е.Д. Апофеоз, или Обретение лучезарности. – 4-е изд., исправл. и дополнен. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – С. 322.
4. Лучезарнова Е.Д. Нулевой репортаж, или Я просто вас люблю. – 3-е изд., исправл. и дополнен. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – С. 7.
5. Лучезарнова Е.Д. Ритмология: неделя за неделей-1. Прочти себя – СПб.: РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 280 с.
6. Социокультурное пространство XX в.: многообразие когнитивных практик : монография / В.С. Любченко, М.В. Рендл; отв. ред. д-р филос. наук, проф. А.П. Бандурин. – М. : РУСАЙНС, 2016. – 194 с.

7. Цимакуридзе Н.Т. Ритмометод 7Р0 как зарождающаяся дисциплина / Время. Ритм. Жизнь. – 2020. – Вып. 5. – С. 157-166.

8. Цимакуридзе Н.Т. Справочно-аналитический обзор исследований творчества Е.Д. Лучезарновой. – СПб. : Петрополис, 2018. – 64 с.

9. Шеляпин Н.В. Новые ценностные и духовные ориентиры в современных российских идеологических процессах (на примере концепции «ритмология»). – СПб. : Петрополис, 2018. – 244с.

10. Элбакян Е.С. Ритмология как практика развития личности // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. – № 3 (часть 2). – 2018. – С. 62.

*Цимакуридзе Н.Т.*

#### **О ПРИРОДЕ РИТМОМЕТОДА 7Р0 ЕДЛМ**

*Аннотация.* В статье представлены некоторые аргументы актуальности комплексного подхода в определении природы Ритмометода 7Р0 ЕДЛМ, основанные на представлении познания как творческой деятельности субъекта.

*Ключевые слова:* Ритмометод 7Р0 ЕДЛМ, ритмология, формы и уровни познания.

Необходимость аналитических рассуждений о природе Ритмометода 7Р0 ЕДЛМ вызвана попытками некоторых исследователей дать однозначную трактовку этому комплексному явлению, относя его или к науке, или к религии [7]. На наш взгляд, феномен необходимо рассматривать шире. В настоящей статье предложены некоторые аргументы обоснования комплексного характера данного метода, для чего предлагаем обратиться к термину «познание».

«Познание – творческая деятельность субъекта, ориентированная на получение достоверных знаний о мире. Познание является сущностной характеристикой бытия культуры и в зависимости от своего функционального предназначения, характера знания и соответствующих средств и методов может осуществляться в следующих формах: обыденное, мифологическое, религиозное, художественное, философское и научное» [6, с. 527-528].

В структуре познавательного процесса выделяются также чувственный и рациональный уровни познания. Чувственное познание (его основные

формы: ощущение, восприятие и представление) является результатом непосредственного взаимодействия субъекта и объекта, что обуславливает конкретность, индивидуальность и ситуативность получаемого здесь знания. Будучи основанием познавательной деятельности в целом, чувственный уровень познания особое значение имеет в искусстве и обыденной практике.

Рациональное познание (его формы: понятие, суждение и умозаключение) предполагает возможность объективации индивидуальных знаний, их обобщения, трансляции и т.п. Именно рациональное познание обеспечивает существование таких форм познавательного творчества, как наука и философия [6, с. 528].

Помимо чувственного и рационального, особую роль в познавательном процессе играет интуиция, свидетельствующая об особых механизмах познания и соответствующего ему типу знания. Особым видом познания выступает самопознание, которое со времён Сократа является одной из центральных тем в философии и одновременно представляет собой один из наиболее существенных модусов индивидуального бытия. Проблемы познания на сегодняшний день изучаются целым рядом как философских (гносеология, эпистемология, культурология, логика и методология науки), так и специальных (когнитивная психология, науковедение, социология знания и науки и др.) дисциплин [6, с. 528].

Интерпретация познания как творческой деятельности отличает современную неклассическую философию. Применение данного подхода для целей настоящей статьи представляется удобным в силу творчески-познавательной направленности как собственно произведений Е.Д. Лучезарновой, так и намерений пользователей, применяющих данные технологии.

Рассмотрим некоторые аспекты методики.

1. Ритмометод 7P0 ЕДЛМ, как и все составляющие его элементы, – это, прежде всего, практика, что напрямую следует из названия, подтверждается многими учёными (Л.К. Рахлевская, А.В. Самаруха, И.К. Москвина, О.В. Алимова, И.Р. Ишмуратова и др.) [7] и пользователями [2].

2. Основной целью обращения к Ритмометоду является удовлетворение потребности в познании, интерес. Так, согласно социологическому опросу\*, проведённому в 2017 г., 48% респондентов стали заниматься Ритмометодом для саморазвития, 40% – из любопытства и интереса. Интервью с опытными пользователями подтвердили данные выводы.

\*По репрезентативной выборке было опрошено 702 респондента, применяющих Ритмометод 7P0 ЕДЛМ.

*Интервьюер:* Назовите жизненные обстоятельства, при которых вам пришлось обратиться к методу?

*Респондент 15:* Это интерес.

*Интервьюер:* Можно это назвать поиском себя?

*Респондент 15:* Да, абсолютно. Я уже до этого читала книги, искала себя.

*Респондент 22:* Я искала что-то, что позволит развиваться.

*Интервьюер:* То есть обстоятельства, которые привели вас, а вернее заставили вас обратиться к этому методу – это...

*Респондент 1:* Поиск самой себя.

*Интервьюер:* Поиск самой себя, да?

*Респондент 1:* Да, однозначно.

*Респондент 16:* По жизни идёт познание, это как бы поиск себя от несоответствия. То есть понимаешь, что сам можешь быть лучше и то, что вокруг тебя, может быть лучше.

*Респондент 10:* Это были творческие искания, не было проблемных и ущербных ситуаций, это был поиск себя, чего-то нового.

В целом ценность развития, самовыражения является ключевой для 69% женщин и 52% мужчин, применяющих данную технологию. У профессиональных ритмологов она ещё выше и является ключевой для 72% респондентов. Подробнее о мотивах обращения к Ритмометоду – [2].

Учитывая сказанное, а также то, что ожидания и эффект от обращения к технологии в целом совпадают, можно утверждать, что практики Ритмометода 7P0 являются познавательными, т.е. когнитивными.

Понятие практики в данном контексте восходит к античному «праксис», «непосредственно связанной с человеком деятельности в единстве её теоретической, этической и эстетической составляющих». Практика в этом смысле не столько противопоставляется теории, сколько включает её в себя, и само теоретическое умозрение трактуется как вид деятельности [1]. Пользуясь понятием «когнитивные практики», Л.А. Микешина имеет в виду «не предельно абстрактного гносеологического субъекта, а деятельность целостного познающего человека, для которого практика с необходимостью включает волю, мысль, поступок, этические и эстетические компоненты (ценности)» [5, с. 8-9]. «Когнитивные практики не сводятся к теориям или экспериментам, но

включают в себя компоненты того и другого, к когнитивным практикам относятся идеи, течения, подходы, новые явления интеллектуальной жизни» [1].

3. Вернёмся к чувственному и рациональному уровням познания, которые, в соответствии с рассматриваемым определением, имеют особое значение: чувственный – в искусстве и обыденной практике, рациональный – в науке и философии.

Наличие ярких постановок по произведениям Е.Д. Лучезарновой, деятельность творческого коллектива ритмогруппы «СТ-эффект», более 15-ти лет сопровождающего выступления Е.Д. Лучезарновой, множество художественных произведений (романы, поэтические миниатюры и др.), Большая литературная премия за книгу «Время России» (2017 г.) – все эти аспекты очевидно свидетельствуют об активном применении в рамках Ритмометода 7Р0 ЕДЛМ формы художественного познания. Кроме того, собственно базовым элементом всего метода является «ритм» – литературная авторская жанровая форма, она же – один из основных методов всей технологии.

В то же время многие исследователи признают философский характер произведений Е.Д. Лучезарновой, считая её продолжателем идей русского космизма, ритмологию – наукой (хотя и не без оговорок) в стадии становления, что предполагает наличие рационального уровня познания [7].

4. Присутствие в произведениях Е.Д. Лучезарновой мифологических сюжетов, наряду с философскими рассуждениями и научными знаниями, фиксирует Н.В. Шеляпин [9, с. 138], некоторые авторы отмечают религиозный характер её концепции (С.В. Рязанова, Е.О. Гаврилов), другие – таковой отрицают (С.Д. Мезенцев, Е.С. Элбакян) [7]. При этом Е.С. Элбакян подчёркивает, что применение технологий Ритмометода, судя по результатам исследований, никак не мешает личной религиозности более чем трети опрошенных, позиционирующих себя православными, и остальных, заявляющих о своей принадлежности к другим религиям или неверии [10, с. 48].

По мнению А.В. Самарухи, присутствующее в Ритмометодe глубокое философское осмысление не могло не затронуть вопросы теософского характера [2]. Добавим, что при поверхностном знакомстве с Ритмометодом такие имеющиеся в произведениях Е.Д. Лучезарновой отсылки воспринимаются некоторыми читателями как подтверждение религиозного характера методик.

Какую функцию в применении Ритмометода играют различные формы познания: обыденное, мифологическое, религиозное, художественное, философское и научное, а также чувственный и рациональный его уровни, интуиция, самопознание – всё это вопросы для будущих исследований.

5. Произведения Е.Д. Лучезарновой, хотя и сугубо практичны, выполняют функцию теории применения Ритмометода. Практическое применение пользователями Ритмометода содержит в себе основания для обобщений, теоретических заключений, выявления признаков становления практической дисциплины, включает волю, мысль, поступок, этические и эстетические компоненты как признаки когнитивной практики.

Высокая практичность основных элементов Ритмометода «ритм», «ритмика», «ритмология», преимущественно комплексное их применение, глубокое переплетение теории и практики вызывают достаточные сложности в идентификации научного начала методики.

Для определения объекта познания Ритмометода и, в частности, ритмологии как науки, необходимо вспомнить, что среди наиболее общих объектов познания выделяют природу, общество и человека и соотнесённые с ними естественное, социальное и гуманитарное знания.

В таком контексте Ритмометод представляет собой социо-гуманитарное, а в первую очередь – гуманитарное знание.

Как пишет М.Н. Эпштейн, «гуманитарные дисциплины являются таковыми не потому, что они вообще изучают человека в его разнообразных проявлениях. Физиология, анатомия, медицина, экономика, социология, политология, социально-экономическая история тоже изучают человека, устройство его тела, продукты его деятельности, способы его общественной организации. Но это науки не гуманитарные, а естественные и общественные. Гуманитарность – в тех процессах мышления, творчества, высказывания, межличностных отношений, где человек менее всего определим, где он открыт себе и непостижим для себя.

Парадокс самореференции стоит в центре гуманитарных наук, определяя сложное соотношение их гуманитарности и научности. Гуманитарные науки изучают самого изучающего, именуют именуемого, и именно поэтому в их центре находится разрыв дискурса, «мёртвая зона», в которую попадает обращённый на себя взгляд. Непостижимость человека для себя образует трещину в основании гуманитарных наук. Именно то, что делает возможными гуманитарные науки, – способность человека познавать и исследовать себя – ставит под сомнение их научность. Субъект не может полностью познать себя, ибо он изменяется в ходе самопознания, в нём возникает некий конструктивный задел – «ненаучный» остаток гуманитарности» [11, с. 15].

И далее. «Неспособность гуманистики настичь свой ускользающий субъект-объект – оборотная сторона её конструктивной задачи: строить новые понятия, знаки, образы человека. Только так может быть разрешён

парадокс самореференции: включать своё знание о себе в бытийный рост самого познающего. Человековедение неотделимо от человекотворчества. Субъект человековедения потому и не может быть полностью объективирован, что находится в процессе становления, и каждый акт самоописания есть и событие его самопостроения. В гуманистике человек не только открывает нечто в мире субъектов, но и производит в ходе самопознания собственную субъективность» [11, с. 16].

Именно таким образом можно описать процесс постижения человеком Ритмометода и самого себя в его контексте, а также процесс развития Ритмометода в целом. Однако попробуем осознать природу ритмологии.

6. В основе ритмологии как науки находится процесс мышления, специфический процесс познания. Активизация ритмологического мышления – первичный творческий акт, влекущий цепь умозаключений, направленных на решение той или иной задачи. Но в процессе его применения, наряду с научным, используются и другие формы познания, как минимум, или обыденное, или художественное, или мифологическое, или философское. Поэтому, на наш взгляд, необходимо разграничение понятий «ритмология» в широком и в специальном смысле слова. В таком случае ритмология как наука в широком смысле слова – это система знаний, предложенная Е.Д. Лучезарновой, с привлечением которой человек может решать актуальные для себя задачи. Здесь термин «наука» применяется в значении, описанном И.В. Блаубергом: «Интуитивное представление о науке как о некотором едином для различных науковедческих дисциплин объекте изучения традиционно находило своё выражение прежде всего и главным образом в том, что одно и то же понятие – “наука” – использовалось для обозначения ряда содержательно различных явлений, которые изучались и изучаются в настоящее время специальными отраслями знания с помощью предметных расчленений и исследовательских средств, разработанных в каждой отрасли. В этих условиях содержательное наполнение понятия науки изменяется от отрасли к отрасли, получая каждый раз особое теоретическое развёртывание» [1, с. 350].

Понятие ритмологии как науки в специальном смысле слова необходимо для выделения предмета ритмологии, определения её места среди научных дисциплин. Как и предыдущее, оно должно основываться на авторском определении, поэтому, в первую очередь, ритмология – это наука человека о времени [4, с. 3], логика ритма [4, с. 3]. Логика, как известно, непосредственно связана с мышлением, логикой названа одна из философских дисциплин, изучающих мышление.

Выявление признаков науки, на наш взгляд, наиболее удобно основывать на изучении ритмологического мышления, без которого практическая ритмология невозможна. Вероятно, именно желая подчеркнуть значимость присутствия человека с его мыслительными возможностями, автор включает слово «человек» в определение ритмологии. Ведь, строго говоря, все науки созданы человеком, и исследователю, незнакомому с обоснованностью словоупотребления Е.Д. Лучезарновой, такое упоминание может показаться излишним.

Именно ритмологический тип мышления, на наш взгляд, является связующим звеном между философским и научным развитием Ритмометода. При этом процесс описания развития ритмологии как науки не должен быть форсированным, излишне затеоретизированным, напротив, должен следовать за практикой применения этого специфического вида мышления. Предлагаемая выше теоретико-исследовательская деятельность никаким образом не отразится на том процессе применения практик Ритмометода (в т.ч. одной из них – ритмологии), который уже имеет место быть. Однако она сможет открыть новые возможности применения ритмологического мышления в различных сферах и отраслях знания.

7. Универсальность применения Ритмометода 7P0 ЕДЛМ, по мнению пользователей, является одним из существенных его достоинств [2]. В науке также предпринимаются первые шаги по описанию применимости Ритмометода в разных отраслях: в данный сборник вошли статьи о ритмосемиотике (Д.А. Миронов), ритмолингвистике (Е.В. Наумова).

Стремление к универсальности свойственно многим научным направлениям, например, когнитивистике. Главным достоинством синергетической методологии её создатели также считают универсальность. По мнению исследователей, «методологически синергетика действительно способна объяснить закономерности функционирования системы вне зависимости от сферы её применения. Г. Хакен неоднократно упоминал в своих работах перспективу когнитивного синтеза синергетики и социальных дисциплин. В частности, он рассматривает необходимость правильного гносеологического акцента в построении знаний о бытии социальных процессов. Это напрямую связано с осознанием системного характера социальной самоорганизации, её вовлечённости в единый процесс научной и философской эволюции. На сегодняшний день идея трансфера синергетической методологии в плоскость гуманитарного знания является одной из когнитивных доминант современной научной картины мира. Более того, синергетика полностью оправдала заявку на междисциплинарность и универсальность,



создав новый метауровень в осмыслении динамики социальных процессов» [3, с. 53].

Вероятно, применение синергетического подхода в исследовании Ритмометода 7P0 ЕДЛМ позволит значительно продвинуться в сторону понимания его природы и роли в системе современного знания.

Таким образом, Ритмометод 7P0 ЕДЛМ – это когнитивная, социо-гуманитарная, претендующая на универсальность технология, содержащая в себе (применяющая) элементы научной, художественной и иных форм познания. Данное определение может быть рассмотрено как гипотеза и перспективное направление для будущих исследований.

Уже сейчас есть основания утверждать, что методика обладает комплексным подходом, не ограничиваясь средствами исключительно искусства, философии или науки.

Полагаем, что изучение такого комплексного явления требует междисциплинарного подхода, с обязательным применением достижений современной науки, в том числе отраслей (и их разделов), изучающих процессы мышления – когнитивистики (когнитивной лингвистики, когнитивной психологии и др.), эпистемологии, гносеологии, эвристики, герменевтики, психолингвистики, а также различных методологических подходов, изучение возможности применения которых и является на сегодняшний день приоритетной задачей.

#### *Список литературы*

1. Алексеева И.Ю. Рецензия на книгу: Микешина Л.А. «Диалог когнитивных практик». Из истории эпистемологии и философии науки – URL: [http://vphil.ru/index.php?option=com\\_content&task=view&id=536/](http://vphil.ru/index.php?option=com_content&task=view&id=536/) – Текст : электронный
2. Алимova О.В., Цимакурдзе Н.Т. Опыт применения Ритмометода 7P0 Евдокии Лучезарновой. По материалам качественных и количественных исследований. – СПб., 2019.
3. Любченко В. С. Социокультурное пространство XX в.: многообразие когнитивных практик : монография / В.С. Любченко, М.В. Рендл; отв. ред. д-р филос. наук, проф. А.П. Бандурин. – М. : РУСАЙНС, 2016. – 194 с.
4. Лучезарнова Е.Д. Ритмология: неделя за неделей-1. Прочти себя – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 280 с.
5. Микешина Л. А. Диалог когнитивных практик: из истории эпистемологии и философии науки / Людмила Микешина. – М. : РОССПЭН, 2010. – 574 с.

6. Новейший философский словарь / Сост. А.А. Грицанов. – Мн. : Изд-во В.М. Скакун, 1998. – 896 с.

7. Цимакурдзе Н.Т. Справочно-аналитический обзор исследований творчества Е.Д. Лучезарновой. – СПб. : Петрополис, 2018. – 64 с.

8. Черникова И.В. Эпистемологические схемы или когнитивные практики как основание научных парадигм. Исследование выполнено по гранту РФФИ – 05-06-80287 – URL: [http://fsf.tsu.ru/wp\\_test/wp-content/uploads/publications/chernikova\\_iv/epistemolog\\_shemy.pdf](http://fsf.tsu.ru/wp_test/wp-content/uploads/publications/chernikova_iv/epistemolog_shemy.pdf) – Текст : электронный.

9. Шеляпин Н.В. Новые ценностные и духовные ориентиры в современных российских идеологических процессах (на примере концепции «ритмология»). – СПб. : Петрополис, 2018. – 244 с.

10. Элбакян Е.С. Новые религиозные движения эпохи постмодерна: динамика организаций ньюэйдж (на примере организации «Радастея») // Религиоведение. – № 1. – 2018.

11. Эпштейн М.Н. От знания – к творчеству. Как гуманитарные науки могут изменять мир. – М.; СПб. : Центр гуманитарных инициатив, 2016. – 480 с. – (Humanitas).

*Шкарин Д.Л.*

### **РИТМОМЕТОД 7P0 В СВЕТЕ ОБНОВЛЕНИЯ СЕМИОТИЧЕСКОЙ ПАРАДИГМЫ**

Общепринятые на сегодняшний день способы рассмотрения языковых систем связаны в своих истоках с рядом постулатов, образующих в совокупности доминирующую лингвистическую парадигму современности:

1. Язык есть средство человеческой коммуникации. Из этого принципа следует, что люди коммуницируют преимущественно через язык и, наоборот, язык целиком циркулирует в рамках человеческой коммуникации.

2. Формы языка закрепляются на основе социальной договорённости и имеют по большей части случайный, немотивированный характер. Отношения знака и предмета не просто носят условный характер, но и развиваются в сторону повышения абстрактности знака: от указательного имени собственного к абстрактным символам (логическим переменным) логико-математических формальных систем.

3. По мере развития язык становится средством мышления и в своей се-

мантической структуре репрезентирует картину мира как способ понятийной категоризации действительности. Таким образом, доминирующим значением знака становится функция соответствия знаковой формы (слова, высказывания, текста) действительности в параметрах истинности-ложности.

Именно на базе этой парадигмы с конца девятнадцатого века интенсивно развивается сфера семиотического знания. Классические теории Ф. Соссюра, Ч. Пирса, Ч. Морриса, Ч. Огдена, А. Ричардса задали базовые параметры анализа языковых систем с опорой на номинативную функцию слова в рамках оппозиции «означаемое-означающее» [10].

Параллельно в сфере анализа логико-математических систем (Г. Фреге, Р. Карнап, У. Куайн) происходило исследование логической структуры формального символа. Распространённые семантические треугольники (Фреге, Огдена-Ричардса и др.) фиксировали универсальную трехчастную структуру любого знака, стоящую из предметной области значений, системной области значений и способа выражения или обозначения. В сжатом виде эволюция подобных представлений отражена и представлена в обобщённой схеме модели развития знаковых систем и семиотической реальности [Соломоник, 12]:



Одновременно с развитием данной линии на протяжении двадцатого века происходили непрерывные попытки выйти за рамки классической парадиг-

мы. Уже в рамках семиотики Чарльза Морриса было выделено три относительно независимых области семиотических исследований:

1. семантика как исследование отношения знаков и предметов;
2. синтаксис, понимаемый в семиотическом смысле как внутрисистемные отношения знаков друг с другом;
3. прагматика как отношения человека и знака.

Но даже это расширение не преодолевало установку на языковую систему как на систему репрезентации. В частности, прагматика в этом развороте сводится к исследованию репрезентации позиций коммуникаторов внутри самих знаковых систем, т.е., по сути, сводится к семантическим и синтаксическим маркерам лица и модальностям высказывания.

Сходный вариант расширения лингвистической парадигмы происходил и в результате лингвистического поворота внутри аналитической философии. Наиболее мощный толчок, проблематизирующий логические аспекты языка, дала теория речевых актов Д. Остина, Д. Серля [11], в результате чего произошло теоретическое осознание, что здание рационального дискурса построено на доминирующем положении отдельного вида речевых актов – констатива, значение которого заключается в констатации определённых фактов и оценивается в параметрах истинности-ложности (Идёт дождь. Молекулы состоят из атомов. Квадрат гипотенузы равен сумме квадратов катетов.). Между тем, отмечал Джон Остин, существует большое количество речевых актов, таких как экспрессивные акты, обещания, извинения, просьбы, советы, запреты и т.д., которые ничего не сообщают о фактическом положении вещей и работают по своим собственным законам. Итогом этого разворота явилась разработка ряда важнейших понятий современной лингвистики:

Локутивный акт (локуция) – речевой акт как высказанное содержание речи.

Перформативный акт (перформатив) – речевой акт как поступок, указанный в локутивном акте. Произнести перформативное слово означает осуществить само действие.

Иллокутивная цель (иллокуция) – цель произнесения речи.

Перлокутивный эффект (перлокуция) – последствия произнесённой речи.

Локутивный акт	<i>Приказываю остановиться</i>
Перформатив	Приказ
Иллокутивная цель	Требование остановиться
Перлокутивный эффект	Согласие или отказ выполнить требование

Подобный тип анализа (интент-анализ) существенно углубил возможности понимания логики повседневной коммуникации. Общение предстало как многоплановый процесс, где перекрещивается множество прямых и косвенных целей, перформативов и локуций. Описывая звуковые струны мозга, Евдокия Дмитриевна Лучезарнова систематизирует типы речевых актов по их функциям, совместив перформативы с функциональными уровнями речи [7].

	<i>Перформатив</i>	<i>Функция</i>	<i>Локализация</i>
<i>1-я струна</i>	указ-заказ	мышление	Головной мозг
<i>2-я струна</i>	рассказ-наказ	общение	Горловой мозг
<i>3-я струна</i>	приказ-показ	регуляция	Солнечное сплетение

Таким образом, в естественной речи мы встречаем три основные речевые функции, перевязанные со всеми известными группами перформативов: ментальные действия, фактические (общение) и регулятивные. До этого момента действуют привычные лингвистические модели, детально прописывающие структурную логику осуществления каждого отдельного речевого акта внутри выделенных групп. Но на этом потенциал теории речевых действий заканчивается, потому что законы перформативной логики ограничены рамками современной лингвистической парадигмы, установки которой мы перечислили в начале статьи. Евдокия Дмитриевна Лучезарнова делает принципиальный шаг дальше, преодолевая ограничения, устанавливаемые репрезентативной моделью языка. Качественные изменения парадигмы обнаруживаются в момент перехода непосредственно к Методу 7P0, так как внутри него перформативные речевые акты сменяются трансформативами, имеющими собственную специфичную структурную логику. В трактовке М.Н. Эпштейна, «трансформатив – тип высказывания, которое радикально меняет сами условия речевого акта, отношения между его участниками» [14, с. 472]. Но и эта трактовка оказывается узкой для описания практик Ритмометода, так как остаётся внутри границ межсубъектной коммуникации. Е.Д. Лучезарнова оперирует речевыми актами, которые радикально меняют не столько условия речевого акта и отношения между участниками, сколько сами субъекты и объекты действительности во всей тотальности происходящих в них процессов. Рассмотренная с этой позиции базовая практика переизлучения предстаёт как многоступенчатая система трансформации, подчинённая собственным законам преобразования.

Основу преобразований составляет перевод словоформ в алфавиты субстанциональных языков в их отличии от условных языков естественной речи. Поэтому вкратце затронем значение алфавитного принципа в семиотических традициях. В семиотической школе Ю.С. Степанова алфавитные системы рассматриваются в качестве важнейшей константы мировой культуры, значение которой заключается не столько в закреплении письменного начертания звуков устного языка, сколько в полномасштабной интеграции мирового порядка на всех его уровнях. Этимологические исследования находят три системообразующие семиотические нити, сходящиеся в системе алфавита.

Первая нить восходит к концепту «мировой порядок» в др.-инд. «ṛta» и «священный порядок, ритуал» в лат. «ritus». Вторая нить связывает концепт «число» и концепт «ритм, рифма» в нем. «reim», восходящим к др.-гр. «rhythmos». Таким образом, смыслы перевязываются как «порядок в движении, течение порядка». Третья нить образует концепт «буква», соединяющий в себе пересечение нескольких смыслов:

1. тень от солнечных часов;
2. буква с точки зрения её звукового достоинства;
3. первоначало, первоэлемент [13, с. 73].

Подобная же реконструкция алфавита как модели мироздания в первичном языке и связь его с календарным вращением священного года в древнеиндийской символике двенадцатиспицевого небесного колеса «ṛta» представлена и в работах Германа Вирта [2, с. 286].

Многие исследователи алфавитов сходятся и в том, что понятие «элемент» образует свою форму соединением букв L M N, занимающих срединное 12-е, 13-е и 14-е место в ряду из 25 знаков латинского алфавита. Эти и многие другие наблюдения указывают на то, что порядок мира и порядок языка интегрированы в алфавите в единое целое [13, с. 77].

Этот же принцип двойной референции воплощён и в алфавитных системах Ритмометода 7P0, в которых воплощены:

1) порядки мира (например, Хладастейное поле, Радастейное поле как субстанциональные наполнения внутри пространственных и временных вселенных и соответствующие языки Хладастеи и языки Радастеи);

2) собственно субстанциональные элементы этих вселенных, являющиеся одновременно элементами языков вселенной (например, Хладастейное поле задаёт три плана материальной плотности, представленное языками Циклохладаит, номерной Хладавит и Ритмохладаит, в котором выделены отдельные Хладастеи как целостные субстанции этих порядков);

3) числовые ряды как порядки следования мест и взаимосвязи элементов. При этом двойная референция алфавитных порядков находит своё воплощение в парадигматической и синтагматической логиках построения самих алфавитов.

Коснёмся более детально вопроса синтаксиса трансформатива или правил образования синтагм. Поскольку логика составления синтагм задаёт логику преобразования мира, то правила синтаксиса имеют ключевое значение для понимания логики самой трансформативной прагматики. В Ритмометодe мы обнаруживаем двойное соответствие выделенных парадигм исходной формулировки: типу языка и типу материальной трансформации [8, с. 339-344].

Исходная синтагма	Деление на грамматические разряды (части речи)	Уровень материальной плотности трансформации	Календарные языки	Языки ритмовремени
Создать совместный бизнес	глаголы <i>создать</i>	максимальный	Цикло-хладавит	Опоры Хладавит
	прилагательные <i>совместный</i>	минимальный	номерной Хладавит	Опоры Радастеид
	существительные <i>бизнес</i>	средний	Ритмо-хладавит	Опоры Ритмохладавит

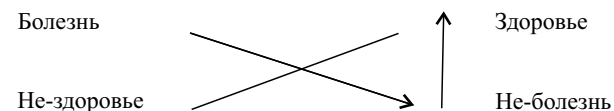
Таким образом, в трансформативах онтологической значимостью наделяется вся система семиотических различий. При этом любопытно, что в психолингвистике именно за глагольными формами закреплена первичная семантическая значимость любых словоформ как в исторической перспективе возникновения речи, так и в индивидуальном её освоении. Под глагольной формой здесь понимается не семантическое отражение процессов действительности, а деятельный характер самих словоформ как инициаторов активности.

Так, например, Б.Ф. Поршнев возводит эволюцию человеческого поведения к развитию способности торможения естественных, первосигнальных реакций запретительными командами (интердикции) и надстраивающими-

ся над ними суггестивными командами. При этом обмен командами, согласно этой теории, диффузен, как относительно предметного содержания (отсутствие фиксированного семантического значения), так и относительно объекта воздействия (им может быть и человек, и особь другой популяции, животное и т.д.).

Весь спектр значений речевых сигналов размещён вокруг процессуальной оси «торможение действия – торможение торможения действия» (отогнать-приманить, отказать-разрешить, остановить-запустить) [9]. А.Р. Лурия, отталкиваясь от Б. Скиннера с его разведением прагматического («-манд») и коммуникативного («-такт») аспектов речи, подтвердил на уровне нейролингвистических исследований независимость функциональных систем, отвечающих за целенаправленное и познавательное поведение: «первым этапом развития регулирующей функции речи, т.е. функции речи, т.е. функции, лежащей в основе произвольного поведения, является умение подчиниться речевой инструкции взрослого» [6, с. 147].

Вторичную рефлексию данного синтаксиса мы можем видеть, например, в разработках парижской школы семиотики. А. Грейсмас формирует полную модель трансформации как порождающей структуры нарративного текста в форме семиотического квадрата, где отражены инверсии бинарной оппозиции в расширенной четырёхчастной структуре: объект – антиобъект – не-объект – не-антиобъект. В результате чего мы получаем вариативную логику трансформаций. В частности, Д. Вайткявичене применяет её к структуре литовских заговоров, что позволяет конструировать альтернативные виды комбинаций:



Соответственно, логика трансформации в заговорах на здоровье может протраиваться как приглашением здоровья с целью замещения не-здоровья, так и отделением болезни с переходом в не-болезнь, возможно и полное сочетание этих линий внутри одного заговора [1, с. 377].

По этой же логике в Ритмометодe 7P0 мы можем отслеживать все возможные линии трансформации в практике переизлучения. Например, внутри Хладастейного поля:

<i>Язык переизлучения</i>	<i>Операторы проявления</i>	<i>Операторы снятия</i>	<i>План перлокутивного эффекта</i>
Циклоладавит	Плюс	Минус	Энергия
Номерной Хладавит	Близь	Даль	Информация
Ритмохладавит	Глия	Блокиратор	Пространство

Далее, продвигаясь по структурным уровням Метода, мы находим языки более высоких порядков, управляющие структурами нижнего уровня. Усложняются и правила трансформативного синтаксиса: переизлучение производится внутри ритмов, между языками и т.д. [8].

Таким образом, анализируя практику переизлучения в Ритмометод 7P0 в рамках трансформативной прагматики, мы обнаруживаем стройную многоуровневую систему семиотических преобразований: подбор формулировки как образование синтагм на исходном языке, задаваемый системами правил трансформативной прагматики (например, правила жёстких формулировок, правила подбора ритмов по словам-организаторам, правила подбора ритмоформулировки и т.д.) – вычленение парадигм из исходной формулировки (например, извлечение слов по частям речи, извлечение отдельных букв и т.д.) – подбор языков перепрочтения – чтение парадигм на подобранных языках и образование новых синтагм по правилам трансформативного синтаксиса – наполнение синтагм дополнительными преобразованиями, связанными с ритмологическим контекстом (подключение дополнительных ритмов, субстанций, фильтров, ориентиров, задающих точное направление и параметры трансформации) – считывание эффекта.

Заключительный такт трансформативного акта (считывание эффекта) сам по себе требует отдельного разбора, поскольку за рамками конвенциональной ситуации обычной коммуникации становится не совсем очевидным, что считать откликом. Усложнение процедур осуществления трансформативного акта влечёт за собой не менее сложные требования к фиксации перлокутивных эффектов, которые задаются как логикой осуществлённых преобразований, так и целостным контекстом реализации перлокутивных эффектов. Это требует развития умения дифференцировать знаковый отклик в пространстве и времени с опорой на множественные параметры среды, иными словами, развивает особые герменевтические навыки «чтения мира как текста». При этом, что наиболее ценно в Методе, сам наблюдатель становится откликом в единой системе универсума.

По словам Е.Д. Лучезарновой «цель Ритмологии – сделать тело лакмусовой бумажкой, определителем параметров среды» [8, с. 157]. В этом плане в

Ритмометод 7P0 выстраивается понимание равноценного диалога человека и Вселенной, что предполагает прежде всего раскрытие и совершенствование человеком своих внутренних потенций. Постепенно система практик Метода превращается в систему трансформации самого разума, раскрывающегося как соразмерность планам космоса, проявленным на соответствующих языках.

Завершая статью, обобщим те принципиальные моменты, которыми Ритмометод 7P0 существенно обновляет семиотическую парадигму, принятую в современной лингвистике.

Во-первых, сфера влияния трансформативной прагматики выходит далеко за пределы границ межсубъектной коммуникации. Тем самым восстанавливается статус полноценного диалога человека и бытия на всех его уровнях.

Во-вторых, происходит обращение к языкам самого космоса, чем преодолевается радикальная ограниченность современных подходов к языкам как формально-логическим системам репрезентации опытного знания.

В-третьих, постулируется и подтверждается на практике деятельная, преобразующая роль речи, предполагающая, прежде всего, трансформацию самого человека, включённого в открытую эволюцию разума.

#### *Список литературы*

1. Вайткявичене Д. О нарративной структуре литовских заговоров // Заговорный текст. Генезис и структура. – М. : Индрик, 2005. – 520 с.
2. Вирт Г. Священный год // Дугин А.Г. Знаки Великого Норда: Гиперборейская теория. – М. : Вече Год: 2008 – 320 с.
3. Греймас А.Ж., Фонтаний Ф. Семиотика страстей. От состояния вещей к состоянию души. – М. : Изд-во ЛКИ, 2007. 336 с.
4. Лурия А.Р. Название: Язык и сознание. – М. : Изд-во МГУ, 1998 – 336 с.
5. Лучезарнова Е.Д. Внутри разума. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 48 с.
6. Лучезарнова Е.Д. Откровенное знакомство, том 3. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 416 с.
7. Поршнев Б.Ф. О начале человеческой истории. Проблемы палеопсихологии. – СПб. : Алетей, 2007. – 714 с.
8. Семиотика: Антология / Составитель Ю.С. Степанов. – М. : Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2001. – 702 с.
9. Серль Д. Что такое речевой акт? // Новое в зарубежной лингвистике. Вып. 17: Теория речевых актов. – М., 1986. – С. 151-169.

10. Соломоник А.Б. Язык как знаковая система. – М. URSS. 2010. – 224 с.
11. Степанов Ю.С., Проскурин С.Г. С79 Константы мировой культуры. Алфавиты и алфавитные тексты в периоды двоеверия. – М. : Наука, 1993. – 156 с.
12. Эпштейн М.Н. Проективный словарь гуманитарных наук. – М. : Новое литературное обозрение, 2017. 1100 с.

*Якунова Э.Н.*

### **СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ЗАВИСТИ**

*Аннотация.* В данной статье рассмотрены социально-психологические факторы формирования профессиональной зависти, дано определение зависти в психологии, раскрыты понятие, сущность классификация категории «зависть», дана оценка влияния профессиональной специализации на зависть.

Актуальность изучения феномена зависти в контексте служебных отношений обусловлена рядом факторов. Учтём, что страны с развитой экономикой нацелены на получение высоких результатов труда. Интенсивность трудовой деятельности непременно приводит к возникновению конкуренции, которая при стечении определённых обстоятельств неизбежно порождает зависть между сотрудниками.

Значимость исследования проблемы зависти в служебных отношениях состоит в потребности оптимизации и повышения эффективности функционирования компаний, а также заботой о становлении оптимального социально-психологического климата и психологического здоровья сотрудников.

Зависть – это обобщённое понятие, используемое в психологии для описания и характеристики определённых черт личности, переживаний, чувств, мотиваций, эмоций, защитной реакции человека, связанных с его отношением к другим людям.

Зависть в последнее время всё чаще становится объектом научных исследований философии, экономики, социологии, психологии, этики, религиоведения, педагогики и политологии.

Философы рассматривают феномен зависти в качестве антропологической характеристики, которая коренится в природе человека вследствие его несовершенства, стремления к сравнению и превосходству другого.

Социология определяет зависть как социальный феномен и акцентирует внимание на причинах и формах её возникновения. Экономика видит причины зависти в преобладающей в обществе установке на потребление и обогащение, накопление материальных благ.

В психологии определяют зависть как чувство досады, раздражения при осознании превосходства другого, связывают возникновение зависти с самоотношением и самооценкой, стремлением доминировать.

Психологические аспекты изучения зависти предполагают её рассмотрение во взаимосвязи с гендерными и возрастными особенностями, характерологическими особенностями, ценностными ориентациями, психологическими защитными механизмами, субъективным благополучием, перфекционизмом, удовлетворённостью жизнью, психологическим здоровьем.

Изучение психологической литературы приводит к выводу о том, что, несмотря на достаточное количество исследований в области психологии, нет ни одного исследования, направленного на изучение зависти в контексте служебных отношений.

Понятие «зависть» как нестандартная психологическая черта подверглось детальному изучению социальными психологами на стыке XX – XXI вв. Зависть может измеряться как в рамках нравственно-социального научения, так и с точки зрения психологии. Её можно трактовать и понимать по-разному. Является одним из фундаментальных феноменов жизни человека. В прошлом веке берут начало два направления исследования феномена зависти, позже ставших основными. Речь идёт о рассмотрении внутренних детерминант зависти (особенностях личности и индивидуально-психологических свойствах), а также исследовании факторов микро- и макросоциального уровня, которые провоцируют формирование и развитие зависти в современном обществе.

В словарях чаще всего этот феномен рассматривается как неприязненное, враждебное отношение к успехам, популярности, моральному превосходству или преимущественному положению другого лица. Зависть также можно рассматривать как глубинное чувство человека, окрашенное в разрушительные тона аффект.

В психологии также зависть определяется как защитная реакция на угрозу «я», возникающую при невозможности реализовать свою потребность, например, в любви, власти, тяге к знаниям и др.

**Категория «зависть» в социальной психологии:  
понятие, сущность, классификация**

Анализ современных социально-психологических трудов по данной проблематике показал, что до сих пор в научной литературе существуют противоречивые взгляды на природу зависти и место этого феномена в психике. В зависимости от позиций исследователей она может трактоваться как «эмоция» и «чувство», как «страсть», «деструктивное отношение», «проявление мотивации достижения», «личностная характеристика».

Отсутствие единого подхода к пониманию социально-психологического феномена зависти связано с различными исходными позициями авторов в отношении её «разнополярной сущности».

Если одни авторы, признавая её деструктивный характер, находят в ней и конструктивное зерно, то другие отрицают стимулирующий характер зависти, утверждая, что она связана не только с разрушением чужой жизни, но и своей.

Рассмотрим основные определения зависти, встречающиеся в психологической науке:

1. «Зависть – чувство, возникающее вследствие желания иметь то, чем обладает кто-либо другой. В крайнем случае зависть может вызывать ненависть к этому другому» [11, с. 32];

2. «Зависть – отношение к другому человеку, обусловленное субъективной оценкой его превосходства в значимых сферах, сопровождающееся комплексом негативных эмоций, снижением самооценки и желанием нивелировать превосходство другого» [7, с. 145];

3. «Зависть – неприязненно-враждебное чувство, возникающее, когда индивид не имеет того, чем обладает другой человек, и страстно желает иметь этот предмет (это качество, это достижение, этот успех) либо страстно желает лишить предмета зависти другого человека. Зависть – чувство досады, вызванное превосходством, благополучием другого, желанием иметь то, что есть у другого» [12, с. 89];

4. «Зависть – враждебное отношение к другому человеку, детерминированное его превосходством в значимых сферах, сопровождающееся негативными эмоциями, имеющими двунаправленный характер (на другого и на себя), и проявляющееся в желании лишить прямо или косвенно его этого превосходства» [13, с. 175];

5. Зависть (англ. envy) – «чувство досады, вызванное благополучием, успехом другого» [4, с. 29];

6. Зависть – проявление мотивации достижения, при которой чьи-либо реальные или воображаемые преимущества воспринимаются субъектом, как угроза ценности «я» и сопровождаются аффективными переживаниями [1, 213];

7. Зависть – это чувство недовольства, вызванное желанием обладания личными качествами, социальным статусом, продуктами материальной и духовной деятельности, имеющимися в распоряжении других людей, но отсутствующими у человека [2, с. 91];

8. Зависть – чувство досады или горечи, возникающее по отношению к другому человеку, обладающему каким-либо благом или преимуществом, и сопровождающееся желанием, чтобы он их лишился [8, с. 110].

Мы рассмотрели ключевые определения зависти, представленные в психологической литературе и, проанализировав множество способов концептуализации данного термина, пришли к выводу, что данные определения не охватывают всех сторон этого многомерного феномена.

Зависть мы рассматриваем как антагонистическое отношение в адрес другого субъекта, имеющее свои проявления в различных сферах психики: в сфере чувств и эмоций, в когнитивной сфере, в поведении и деятельности человека.

При остром приступе зависти возможно самобичевание в виде преуменьшения собственной ценности.

Факторы, облегчающие возникновение зависти, подразделяют на внутренние и внешние. К внутренним относятся такие особенности личности, как:

- тщеславие и чрезмерное честолюбие;
- эгоизм и себялюбие;
- моральный эгоцентризм [4, с. 212];
- каузальные заблуждения – восприятие человека, имеющего превосходство, как причины собственных неудач и униженного положения [10, с. 54].

Внешние факторы включают в себя:

- близость в статусном положении завидующего объекту зависти;
- реально существующую социальную несправедливость;
- наличие предмета зависти (например, желаемой должности);
- наличие объекта зависти (сослуживца, занявшего возделанную должность);
- отсутствие возможности удовлетворить насущную потребность (занять желаемую должность).

Выделяют следующие предпосылки возникновения зависти у ребёнка:

- конкурентный характер игр;

- депривация потребности в признании;
- осознание более низкого своего положения [6, с. 57].

Рассмотрим основные классификации видов зависти. Исследователи по-разному понимают зависть и классифицируют её исходя из своих представлений по разным основаниям.

Так, в философских подходах зависть рассматривается в рамках дихотомической структуры: «деструктивная-конструктивная» (Древняя Греция). Мыслители отмечали, что зависть помимо агрессивных импульсов, направленных на разрушение, имеет и конструктивное (соревновательное) начало, направленное на саморазвитие.

Ф. Бэкон выделяет «публичную» (открытую) и «приватную» (тайную) зависть («общественная зависть» и «личная зависть» по Г.Ф. де ла Мора). Первая – выражается в неискренности и лицемерии, относительно «безобидный вид», о ней субъект может заявлять публично. Вторая, наоборот, скрыта от окружающих «враждебным взглядом», она «коварна и неистребима», её переживание носит долгий и разрушительный характер не только для объекта зависти, но и для самого завидующего.

Р. Декарт выделял «справедливую-несправедливую» зависть. Два вида зависти, в его понимании, направлены на людей, достигших высокого социального положения. Справедливая зависть переживается в отношении лица или группы лиц, которыми мы восхищаемся и расцениваем их действия как социально желательные, направленные на пользу обществу. Несправедливая зависть направлена на людей, которые, по нашему мнению, разрушают и «ломают» общество. Зависть к ним проявляется в виде «вербального очернительства и злословия».

До сих пор у психологов отсутствует единая точка зрения на вопрос о происхождении зависти. По мнению Е.П. Ильина, в онтогенезе зависть как ситуативная реакция появляется достаточно поздно в результате морально-эгоцентризма ребёнка, конкурентного, соревновательного характера игр, депривации потребности в признании [6, с. 32].

М. Лоуренс и М. Магуир утверждают, что зависть начинает проявляться на ранних этапах индивидуального развития ребёнка, когда он вовлекается в диадные отношения [3, с. 115].

Существует и иная точка зрения на возникновение чувства зависти. Созданная Фрейдом в первые десятилетия двадцатого века теория о зависти женщин к пенису, как известно, признана спорной. Единомышленица Фрейда Джульетт Митчелл писала: «Нет фаллоса – нет власти, если, конечно, женщина не найдёт способа его заполнить» [9, с. 69].

Некоторые коллеги Фрейда обвинили его в предвзятом отношении к женщинам. Карен Хорни противопоставила фрейдовской теории свою точку зрения, согласно которой мужчины завидуют женщинам и потому подавляют их и ограничивают их возможности к самореализации [5, с. 87].

До сих пор остаётся спорным вопрос о том, является зависть врождённой или приобретённой (вызванной внешними факторами). Причина этого спора порождает основное противоречие психоанализа, заключающееся в разных точках зрения психоаналитиков на причины переживания ребёнком чувства зависти.

Так, согласно, например, М. Клейн, зависть является врождённым, связанным с инстинктом смерти и имеющим деструктивный характер чувством. Автор утверждала, что люди рождаются с «разными конституциональными тенденциями в плане выражения зависти...» [8, с. 65]. Эти тенденции могут усиливаться в зависимости от опыта внутриутробного развития и родов. Клейн считала зависть исключительно внутриспсихическим феноменом, не придавая должного значения ни семейной динамике, ни другим внешним факторам.

Также вопрос зависти рассматривает автор Метода 7P0 Е.Д. Лучезарнова (Марченко) в своей книге «Вычленение зависти». Она пишет: «Зависть есть, по сути, разрушающее энергополе человека, энергосгусток человека, энергожизнь человека. И чаще всего она идёт от информации, от оценки. Но оценка эта всегда приблизительна, поскольку она выходит только на маленькую частичку большого-большого опыта.

Очень хороши люди, свободные от зависти. У них есть пустотность, у них есть цельность. А главное, что любая цель, к которой они сейчас идут, и та зона внимания, она всегда достижима.

В этом главная разница между завистью и свободой... Зависть разрушает и даёт ориентацию на цель поверхностную. А свобода проникает очень глубоко в жизнь человека, и от этой глубины – наслаждение знания..., наслаждение, которое затем... становится вашей жизнью. И состояние полноценной жизни даст возможность настоящего наслаждения и удовольствия» [14, с. 11].

Автор ведёт речь о том, как зависть отнимает у человека всё самое ценное в жизни. Человек, который завидует, начинает терять собственную жизнь, идёт по ложным, не своим целям.

Чаще всего завидующие люди думают, что у других людей есть что-то более ценное, которое досталось им без труда, им «повезло». От того, что они не понимают меру труда, вложенного другим человеком, заслужившим



то или иное благо, они страдают, чувствуют себя ущербными или ущемлёнными.

Зависть произрастает из незнания уникальности собственного жизненного пути. Люди, которые «потерялись» в жизни, не имеют конкретных целей, начинают искать подходящие им чужие цели. Но когда у них не получается достичь таких целей, они страдают, чувствуют себя несчастными.

Помогает избавиться от зависти знание собственной уникальности, собственного жизненного пути, которое можно обрести, если анализировать себя, собственные внутренние желания и потребности.

Е.Д. Лучезарнова (Марченко) пишет: «Свобода, полученная от разрушительной и разрушающей зависти, даст возможность вести, которая будет совместной. И людям будет очень хорошо вместе с вами. Они не будут вам завидовать, поскольку вся ваша глубина будет для них очевидна. И вам не придётся никому завидовать, поскольку ваши Ленты жизни пересекутся очень гармонично».

Интересная классификация «По цветам зависти» предложена И. Кантом. Он выделяет два тона зависти: «чёрная» и «белая». Первая связана с мотивом «уничтожить», вторая – с мотивом «возвысить». Ю.М. Орлов отмечает, что между чёрным и белым существует множество промежуточных оттенков и целесообразно рассматривать зависть как сложную комбинацию различных цветов. Сопоставим различные виды зависти и проанализируем их в сводной таблице «Классификация видов зависти по эмоциональной окраске» (табл. 1).

### Исследование формирования профессиональной зависти в трудовом коллективе

Зависть в трудовом коллективе – это, по сути, демонстрация сравнения на социальном уровне не в свою пользу. Среди обязательных аспектов зависти является пересечение интересов с противоположной стороной – один имеет то, что другому недоступно.

Следует научиться разграничивать проявление здоровой конкуренции и личную вражду и ненависть. Ситуация, когда наблюдается резкое изменение отношения после оживлённой беседы с коллегами накануне, где вы рассказывали о приятных событиях, произошедших в жизни, означает только одно: у вас появился недруг, который погряз в собственных неудачах.

Изучив социальные представления о зависти, мы можем сделать вывод о том, что проявление зависти объясняют психологические (внутренние

лично переживаемые) и социальные (внешние интерперсональные) факторы.

Таблица 1

Классификация зависти по эмоциональной окраске

<i>Вид зависти</i>	<i>Мотив</i>	<i>Признаки зависти</i>	<i>Представители</i>
Чёрная («низменная»)	Навредить	Враждебное отношение. Желание отобрать, сломать, разрушить	И.Кант, Glueck S., Glueck E., L. Neu, Puttan, Polman
Белая («соревновательная»)	Гордиться	Восхищённое дружелюбное отношение. Желание достигнуть такого же уровня	Аристотель, И. Кант
Красная («поклонение»)	Почитать	Эмпатичное отношение. Желание возвысить в глазах окружающих объект зависти	Ю.М. Орлов
Зелёная («любовь»)	Возвысить	Состояние возвышенного «катарсического» поклонения	

Зависть может быть не только деструктивной, но и нормальной реакцией на изменяющиеся условия в социуме. Зависть может быть конструктивной, направленной на «саморазвитие», «рефлексию», постановку новых жизненных «целей» и преобразование субъективной картины мира. В этом случае она выступает как стимул роста, движения, позитивного изменения.

Зависть может выступать в качестве негативно окрашенной эмоции, сопровождаться отрицательными установками, способствовать разрушению гармонии, приводить к деструктивным социальным последствиям. Зависть, проявленная с негативной точки зрения, приводит к пессимистическому взгляду на жизнь, неуверенности в своих силах и разрушению чужого благополучия. Зависть может быть амбивалентным явлением, без чётко определённых позитивных или негативных границ, быть субъективным и неосознаваемым переживанием.

Отметим, что два вида зависти «зависть-неприятнь» и «зависть-уныние» проявляются в гендерном аспекте по-разному. Так, для юношей характерно активное переживание «зависти-неприятни», которое можно обозначить как враждебное, недружелюбное, зложелательное отношение в адрес объекта зависти.

Для девушек характерно пассивное переживание «зависти-уныния», которое сопровождается подавленным состоянием и упадком сил. Юношей отличает яркая и открытая форма зависти, которая может проявляться в активной позиции самоутверждения и достижения «любой ценой», тогда как для девушек – замаскированная, скрытая, безынициативная, которая может выражаться в обесценивании значимости чего-либо или уклонении от достижения чего-либо.

Напряжённость, отчуждённость, конфликтность и агрессивность в межличностных отношениях выступают индикаторами близости – отдалённости между людьми. Эти показатели выражены у субъектов зависти-юношей. Стоит отметить, что для девушек, склонных к завистливости, не характерно проявление агрессивности, тогда как напряжённость и отчуждённость встречаются на статистически значимом уровне.

Зависть в контексте межличностных отношений обусловлена двумя основными факторами: «конкурентность» и «мизантропия», которые существенно отличаются друг от друга включёнными в них эмоционально-чувственными переживаниями.

Зависть обусловлена чувственным тоном в межличностных отношениях, социально-психологической дистанцией, ослаблением позитивно окрашенных эмоциональных и социальных связей, преобладанием астенических, удаляющих и меланхолических чувств над гедонистическими и сближающими.

Завистливых респондентов отличает низкая степень самоуважения и контроля над обстоятельствами, они пессимистично оценивают своё личностное развитие, не обладают высокой вариативностью в стратегиях межличностного взаимодействия.

Для подведения итогов исследования снова обратимся к трактовке категории зависти Е.Д. Лучезарновой (Марченко). Автор считает, что именно зависть не позволяет человеку принимать разумные решения, склоняет к ложным целям и ценностям, и в итоге отнимает у человека время и возможность собственной реализации. Зависть в коллективе отличается от здорового соперничества тем, что завидующий человек не способен видеть общие коллективные цели, воспринимать профессиональный коллектив как единое сообщество, в котором каждый важен в своей профессиональной деятельности.

Чаще всего завидующие люди думают, что у других людей есть что-то более ценное, которое досталось им без труда, им «повезло». От того, что они не понимают меру труда, вложенного другим человеком, заслужившим

то или иное благо, они страдают, чувствуют себя ущербными или ущемлёнными.

Зависть произрастает из незнания уникальности собственного жизненного пути. Люди, которые «потерялись» в жизни, не имеют конкретных целей, начинают искать подходящие им чужие цели. Но когда у них не получается достичь таких целей, они страдают, чувствуют себя несчастными.

Помогает избавиться от зависти знание собственной уникальности, собственного жизненного пути, которое можно обрести, если анализировать себя, собственные внутренние желания и потребности.

Е.Д. Лучезарнова (Марченко) пишет: «Свобода, полученная от разрушительной и разрушающей зависти, даст возможность вести, которая будет совместной. И людям будет очень хорошо вместе с вами. Они не будут вам завидовать, поскольку вся ваша глубина будет для них очевидна. И вам не придётся никому завидовать, поскольку ваши Ленты жизни пересекутся очень гармонично».

Как мы видим, зависть в контексте межличностных отношений обусловлена двумя основными факторами: «конкурентность» и «мизантропия», которые существенно отличаются друг от друга включёнными в них эмоционально-чувственными переживаниями.

Ещё раз следует заметить, что зависть может быть не только деструктивной, но и нормальной реакцией на изменяющиеся условия в социуме. Зависть может быть конструктивной, направленной на «саморазвитие», «рефлексию», постановку новых жизненных «целей» и преобразование субъективной картины мира. В этом случае она выступает как стимул роста, движения, позитивного изменения.

#### *Список литературы*

1. Бескова Т.В. Особенности проявления зависти в межличностном взаимодействии субъектов // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. – 2010. – Т. 12. – № 5. – С. 104-109.
2. Бескова Т.В. Социальная психология зависти. – Саратов : Наука, 2010.
3. Бескова Т.В. Социально-психологическая сущность зависти в философско-этических трудах // Мир науки, культуры, образования. – 2010. – № 4-1. – С. 94-99.
4. Гусова В.А. Зависть как социальный феномен : автореф. дисс. ... канд. филос. наук. М., 2006.

5. Дескюрэ Ж.Б.Ф. Зависть и ревность. – СПб. : Издание В.И. Губинского, 1899.
6. Дмитриева Н.В. Психология зависти // Сибирский психологический журнал. – 2005. – № 2. – С. 133.
7. Дмитриева Н.В. Зависть и связанные с ней виды психологических защит // Философия образования. – Новосибирск : Изд. Сиб. отд. РАН, 2009. – № 2. – С. 234-242.
8. Ерофеева, К.Л. Зависть: философский аспект проблемы / К.Л. Ерофеева // Личность. Культура. Общество. – 2008. – № 1, Т. X. – С. 328-335.
9. Жукова О.А. Тайный враг // Зависть (семь смертных грехов). – М. : АСТ – Астрель, 2006. – С. 7-29.
10. Зимбули А.Е. Зависть как антитеза насилия // Педагогика ненасилия в контексте проблем изменяющего мира. – СПб. : Питер, 2000. – С. 192-197.
11. Кляйн М. Зависть и благодарность. Исследование бессознательных источников. – СПб. : Б.С.К., 1997.
12. Колпакова С.П. Феномен зависти: историко-философский аспект // Философская антропология: истоки, современное состояние и : тезисы VIII ежегодн. конф. каф. философии РАН. 6-7 февраля 1995. – М., 1995. – С. 103-105.
13. Котова И.Б. Зависть как личностный феномен // Ежегодник Российского психологического общества : матер. III Всерос. съезда психологов. 25-28 июня 2003: В 8 т. – СПб., 2003.

## К ВОПРОСУ О... (НАБРОСКИ, ЗАМЕТКИ...)

*Исайкина И.П.*

### ПРИГЛАШЕНИЕ РИТМОМЕТОДА В МОЮ ЖИЗНЬ

Первая встреча с гением современности, красивейшей женщиной Евдокией Дмитриевной Лучезарновой (Марченко), автором Ритмометода 7P0, состоялась для меня 7 февраля 1997 года.

9 февраля я возвращалась домой после встречи, которая называлась «Жизнь без рождения». Я была счастлива! Такого количества, такого качества счастья я не испытывала никогда! С самого детства мне жилось в этом мире «грустновато». Это потом, посещая встречи, читая книги Евдокии Дмитриевны, я поняла, почему было такое ощущение. Дело в том, что мои родители ждали мальчика, так как девочка в семье уже была. Представляю огорчение моих дорогих родителей. Вот это огорчение я и выдохнула с первым вдохом.

Конечно, в моей жизни были счастливые моменты – друзья, любовь, учёба в институте, свадьба, рождение детей. Но, институт окончен. С друзьями как-то стало не очень интересно. Дети выросли. Меня и раньше мучил вопрос – зачем я родилась? Для чего институты, дети, вообще жизнь? А теперь совсем невольно стало.

Посещала всевозможные лекции и общества. Познакомилась с колдунами, экстрасенсами, эзотериками. Читала книги Айвазова, Шри Ауробиндо, Блаватской, Рерихов. Уже теплее. Но, как говорится – «всё вокруг да около».

И, наконец, я слушаю лекцию Евдокии Дмитриевны Лучезарновой. Вряд ли я тогда что-то поняла, но глоток свежего воздуха и крылья я получила.

### НАЧИНАЮЩИМ СОТРУДНИКАМ

Бескрайний мир,  
 Безгрешное сиянье  
 Опущен на сверкающих собратъев,  
 Парите вы в структуре мироздания,  
 Младые и неопытные братья.  
 Мы также вырывались и входили  
 В иные тропы и миры иные

И за собою к свету выводили,  
 Кто жаждал отворить замки дверные.  
 Путь бесконечен.  
 В этом горечь, сладость,  
 Посланник вечен от создания света,  
 Мы приоткрыли вам, что с нами случилось,  
 Когда пошли за истинным ответом.  
 Одежды сняли на Земле привычной,  
 Плащ страха, недоверия оковы  
 И засияли мощью земляничной  
 С единственным отцом:  
 «Всегда готовы».  
 Всегда готовы сделать шаг последний,  
 Всегда готовы в целину шагнуть  
 И ощущать спиной всегда готовы,  
 Кто этот смелый с нами выбрал путь.  
 Великий праздник нынче в нашем братстве  
 За всех за вас, дошедшие за пределы,  
 Сумевших скинуть с плеч  
 Привычные каркасы  
 И взяться за неслыханное дело [2, с. 4].

Обучаясь Ритмометоду 7P0, начинаю кое-что понимать. Учусь управлять своей жизнью. Приглашаю к себе события, как мне кажется, необходимые мне. Убираю события, по моему разумению, не нужные. Вроде бы ничего случайного со мной не должно произойти, но 31 мая 2007 года катаюсь на роликах со своим десятилетним внуком Павлом и его другом Юрием. Показываю мальчишкам, как кататься спиной вперёд, падаю и оказываюсь в травмпункте. Вертикальный перелом правой лодыжки и порванные связки колена. Очень интересно. Кость срослась быстро. А со связками пришлось «повозиться».

Открываю архивные тетради 2007 года. Новогодний Радаст, альбом «Я из времени». Осевой ритм «Зелёный разбег» из книги «Искромётная связь»:

«Между двумя зелёными струнами  
 задаётся два тона:  
 бирюзовый – вверх,  
 фисташковый – вниз» [3, с. 195].

2 января при пропевании со сцены «СТ-эффектом» мелодии Красной струны у меня заболела правая стопа. В феврале была на Дополнительном луче Макрорадаста, проходившего в сентябре 2006 года. Там получила слово «ускоряйтесь» и Осевой ритм «Созвездие городов» из книги «Запомни трепет струн»:

«Мерцают города, как звёзды,  
 с неба Земля, как небосвод.  
 Дрожит красавица тревожно.  
 Огни зажжённые мерцают  
 то воскресают в дымке,  
 то тают.  
 Непознанную жизнь ведут.  
 Строители их – люди –  
 бродят угнетёнными  
 по городам построенным.  
 В дыму событий  
 огни восстанут  
 вертикальными столбами.  
 И люди вырастут,  
 и люди вырастут,  
 Осознавая всю красоту  
 созданных ими  
 созвездий городов» [4, с. 12].

В марте я обучаюсь на Макрорадасте «Масштабность откровений». Получаю Осевой ритм из книги «Искромётная связь» «Наблюдателю за фазами»:

«Все башни выстроились в ряд,  
 вторую фазу завершая.  
 Лазер освещает пирамиду,  
 У конуса светимость  
 отражённых звёзд  
 С Плата Любви до Плата Знаний,  
 Подхватим Платом Знаний,  
 Подтянем Платом Денег.  
 И вот оно – мерцание.

Ритмический рисунок.  
 Все фазы по порядку  
 по волновой структуре.  
 Ритмологический рисунок  
 через вторую фазу  
 Тринадцать приподнимает  
 наружным наблюдением  
 И тридцать один – внутренним» [3, с. 150].

При проведении ритмики в правом верхнем уголке, где у меня написано «судьба», читаю – заболело на уровне щиколотки правой ноги.

В апреле прохожу первый рубеж «Ничего случайного не бывает». Ну, и 31 мая получаю то, что не случайно. Прекрасно! Подсказки были, да такие чудесные. Когда стала разбираться, очень обрадовалась.

Что можно было сделать? «Жизненно необходимо» – «Стопа Влекущая выстраивает путь. Потеряешь путь – возникнут проблемы материальные. Стопа Влекущая открывает старое, проверенное веками, сообщает, гарантирует безопасность. Чувствовать свой путь по планете Земля сердцем поможет Янтра Штурвала времени, освобождая Стопу Влекущую: Хладастея Штурвала, зная срок достижения цели, выверит скорость пути».

Необходимо было восстановить Красную струну. Не обратила внимания на стопу, «получила» и стопу, и колено. Колено – отображение экспедиционной Струны Закрепления. Зов Струны Закрепления – 97. Пришла в Радастею в 1997 году. Прошло 10 лет. Внуку 10 лет, моё прошлое. Необходимо обратиться к книге «Жизнь без рождения», глава XII: «На Струне Закрепления. Работа с корнями, лентой прошлого, Платами».

Лечащий врач настаивал на операции колена. Ну уж нет! И начала ритмологический анализ этого происшествия. Надо сказать, что в это время мы проживали Страдастею Материнства. В книге Радаста Страдастеи Материнства есть глава «Рука Водящая и Стопа Влекущая»: «В Страдастее Материнства – два Расстояния. Одно Расстояние направлено в пространство, другое Расстояние во время» [1, с.80].

Спина – личная временная траектория. Ролики – Выход Плата Денег. Родилась я в 1952 году – деньги, гармония, мировая Струна Взаимопроникновения. Выхожу на ритм «21-12» из книги «Осевая статья». И в ритме вижу строчки:

«Поставившие мозг выше тела,  
 занимайте всё пространство,  
 Иначе хвост Земли ударит  
 символом змеи.  
 Поставившие тело выше мозга,  
 займите время...  
 Мелодия волос разомкнёт  
 мелодию зубов и ногтей.  
 Спрессовка признаков земных  
 в разрежении человеческих.  
 Волосы фиксируют  
 лоб-подбородок – присутствием,  
 локти-колени – отсутствием.  
 Струну Проявления,  
 Струну Закрепления  
 соразмерим.  
 21-12 раскроют ухо и око  
 в полную силу».

Далее книга «Учи урок ухода из календаря» [6, с. 36] – урок 3-й Экспедиции на Землю. Правая нога – Луч Ири, химический элемента Бор, ясноосязание. Проход по Денежному Плату. «Ритмика: неделя за неделей» – «Я и деньги», «Я и связи». То есть сбор материала достаточно большой. Ну и, конечно, как только кость срослась, я начала делать энергогимнастику. Через три месяца кропотливого труда я забыла, что такое порванные связки. О многом я не написала. Это переизлучения, Ритмические и Ритмологические рисунки, восстановление струн.

Было очень интересно работать. Подсказки цеплялись за знаки. Знаки вели в Ритмометод. А в нём такой простор для сбора себя.

Глубочайшая благодарность Евдокии Дмитриевне Лучезарновой, автору Ритмометода 7Р0, за заботу и оживление мозга.

#### *Список литературы*

1. Марченко Е.Д. Радаст Страдастеи Материнства. – СПб. : РАДАТС, 2003. – 336 с.
2. Марченко Е.Д. Радость ритмолога. – СПб. : РАДАТС, 2006. – 192 с.
3. Марченко Е.Д. Запомни трепет струн. – СПб.: РАДАТС, 2006. – 368 с.

4. Марченко Е.Д. Искромётная связь. – СПб. : РАДАТС, 2006. – 400 с.
5. Марченко Е.Д. Я из времени. – СПб. : РАДАТС, 2006 – 88 с.
6. Марченко Е.Д. Учи урок ухода из календаря. – М. : Тройка, 1999. – 87 с.

*Пономаренко О.Ф.*

### **ИЗ ЛИЧНОГО ОПЫТА ФОРМИРОВАНИЯ СОБЫТИЙ (ПРАКТИКА РАБОТЫ В РИТМОМЕТОДЕ)**

*«Три кита, на которых покоится земное счастье, и на него имеет право каждый человек. Первый кит удерживается по названию “химический “гардеробчик””. Второй кит – словарный “портфельчик”. И третий кит – их совместное объединение».*  
**Е.Д. Лучезарнова. Любовь и секс [1].**

Являясь профессиональным ритмологом здоровья, я поставила для себя цель – наработка большого опыта в профессиональной ритмологии, качественная и количественная помощь клиентам по ритмологии здоровья. Помимо этого, обязательное условие – создание «сгустка любви» для комфортного взаимодействия с клиентами.

Имея достаточный ритмоопыт, я составила план ритмодействий. Пунктами плана были следующие:

- необходимые методические рекомендации для профессиональных ритмологов, следование им, постоянное применение на практике;
- ритмики: «Выход из опасных связей», «Реставрация связей» (более подробно о действиях ритмик можно узнать из курса «Ничего случайного не бывает» [2] и книги «Ритмика для события» [3]). Данные ритмики я проделывала лично для себя;
- напитывание Образа с помощью ритмов из спектакля «Дорогая секунда любви» с периодичностью максимального интервала напитывания не более 7 дней;
- прохождение программы «Грамотное внедрение в человечество»;
- восстановление себя и отдых в Центре Озаригн Власть.

Как показала практика, результат не заставил себя долго ждать, и изначальная цель была достигнута достаточно быстро и имела при этом благоприятные для меня последствия.

Как результат, помимо качества и количества проводимых мной консультаций, очень активно проявились знаковые ситуации во взаимоотношениях с мужчиной, который в итоге стал моим супругом.

Евдокия Дмитриевна пишет, что счастье стоит на трёх китах, и это именно так и есть. Здоровье, любовь и деньги – это очень плотные составляющие нашей жизни, это то, что можно увидеть и пощупать, и проверить. Даже если мы не рассматриваем данные параметры со стороны ритмологии, то они всё равно есть в нашей реальности и создают общую картину субъективного и объективного благополучия для человека и в конечном итоге выступают как фундамент дальнейшего личностного, карьерного роста и развития человека.

#### *Список литературы*

1. Лучезарнова Е.Д. Любовь и секс. – М. : РИТМ 25, 2012. – 64 с.
2. Лучезарнова Е.Д. Ничего случайного не бывает. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015.
3. Лучезарнова Е.Д. Ритмика для события. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 176 с.

*Фокин П.А.*

### **ОТ «РИТМОЛОГИИ ДЛЯ КАЖДОГО» К «РИТМОЛОГИИ О КАЖДОМ». МЕТОДИКА РАБОТЫ СО ЗНАКАМИ**

*Аннотация.* Третье поколение людей входит в жизнь в Ритмометоду Евдокии Дмитриевны Лучезарновой. Становится привычным постоянное ощущение себя бесконечным в бесконечности. Как происходит реализация индивидуальных возможностей соответствия внутри и снаружи человеческого разума?

*Ключевые слова:* Радастея, Ритмология для каждого, Ритмология от ритма, Ритмовремя, знакоряды, Ритмология о каждом.

Рано или поздно каждый человек задаётся вопросом о смысле жизни. Когда человек понимает, что он – человек всё-таки, не предмет, не животное, не растение; он не житель этой планеты, он – член Экспедиции на Землю, с этого момента полностью меняется ракурс видения этого мира и человек становится разумным [1, с. 10].

У каждого жителя Земли в разуме человеческом есть жизнь, состоящая из ниточек причинно-следственных связей и прошло-будущних откровений. Обретающий метод «Ритм» Евдокии Дмитриевны Лучезарновой соединяет разрозненные ниточки в единую Ленту жизни в Световой вселенной материального опыта. Освоившие звёздные вершины разума постепенно овладевают границей перехода между пространством и временем, называемой «Радастея». Под покровом Радастеи человек обретает состояние живого ритма и начинает отслеживать, прогнозировать, выстраивать знакоряды, являющиеся вехами собственной световой траектории в привычной Световой вселенной.

В одном из гимнов Радастеи есть слова: «Дискретное движение стрелок часов заменено на плавное» [5, с. 139]. В Радастее, в её Дворцах, мы знакомимся с двумя Ритмологиями. Первая Ритмология – ритмология влияния, поддержки, взаимовыручки. Эта ритмология объясняет, давая прожить и усвоить ритмоистину [13, с. 133-135]. Наше поведение зависит от тех, кто нас окружает. Так начинается познание, что «Ничего случайного не бывает» в голограмме, образованной дискретными рисками на циферблатах Часов в Световой вселенной. Вторая Ритмология – ритмология постижения своего влияния на окружающих, ритмология освобождения, обнуления. Вы уже сами создаёте общие параметры по своему усмотрению, используя первоструи Страдастейных полотен [13, с. 137-146]. Так идёт постепенный переход в «плавные воды» Лучевой или Струйной вселенных. Первая Ритмология – для сбора на ритм, вторая – Ритмология от ритма.

Какую задачу выполняет «Ритмология для каждого»? В названии этой ступени ритмологии есть предлог «для», который указывает на цель.

На первой ступени ритмология выполняет задачу управления проблемами, где основной принцип – целесообразность [4, с. 7]. На занятиях первой ступени каждый человек работает с опорой на окружающую среду и себя как носителя или фиксатора не ставит никуда. Совсем не сразу он себя выстроит по плотности восприятия знаков, по плотности воспроизведения знаков, по плотности перестановки знаков [7, с. 242-243].

Учебник по курсу «Ничего случайного не бывает. Ритмология для каждого» заканчивается рисунком со схемой Разумного экрана, на котором тема-

тические антенны магнитят к себе события в двух реальностях: реальность мозга (правая сторона экрана) и реальность тела (левая сторона экрана).

По одну сторону – общая человеческая траектория, и по другую сторону тоже общая, но только земная траектория. А внутри оказывается ваша собственная жизнь, до которой ещё надо дойти [11, с. 9].

Где находится и что собой представляет ритмология о каждом? В названии этой ступени ритмологии предлог «о» требует предметной, детальной структуризации закономерностей взаимодействия элементов системы.

На втором этапе становления Радастеи человек должен чётко знать грани и плотность своего восприятия: светового, звукового; плотность и прочность своего воспроизведения. На этапе «Ритмология для каждого» было важно поделиться ещё с кем-нибудь, потому что прочность адекватности восприятия важна для мозга. Затем иллюзия, что можно опираться на рядом стоящий мозг и считать это адекватным восприятием жизни, тает. А реальный мозг опирается, прежде всего, сам на себя [7, с. 243].

Ритмология исполняет ваши желания. Первая ритмология заранее просчитывает влияние на вас других людей. Вторая ритмология ориентирована на ваше личное влияние. Вы создаёте общие параметры по своему усмотрению. К таким действиям способен человек, включивший себя как личность [14, с. 117, 144].

У ритмологов консультирования основное – разработать необходимые параметры в соответствии с целями и задачами клиента, а главный инструмент – ритмология освобождения личности от помех [8, с. 64].

Человек – это пустота с разной степенью оценки, и нейтральные события в этой пустоте звучат согласно параметрам. Зная пустотные параметры восприятия, можно составить поведенческую модель своего отношения к окружающим людям, событиям [9, с. 245].

Интеграл чувственных оценок отношения, плюс и минус на каждой грани, выделяют некую количественно-качественную постоянную величину коэффициента отношения к нейтральному событийному ряду [9, с. 244].

Работая с материалами автора Ритмометода, я стал приходить к пониманию, что необходимые целевые параметры человека, продиктованные сутью, кроются в поведенческой модели отношения человека к знаковым событиям как предвестникам самого времени [3, с. 387; 14, с. 243; 20, с. 190-195].

В «Нулевом репортаже», в главе «Эпилог», приведена ритмосхема, где стрелочка Ритмология устремилась вверх, на Ленту жизни, являющуюся отображением личной траектории.

Ритмолог, научившийся отслеживать, прогнозировать, выстраивать знакоряды, являющиеся вехами световой траектории, попадает в Лучевую вселенную. В Лучевой вселенной встречает псевдожизнь [15, с. 143]. А в Радастейную чашу, под Обратные лучи будет опускаться из второго Корабля Радастеи весь наработанный ритмологом опыт [12, с. 166].

Второй Корабль Радастеи служит превращению ритмолога в озария, живущего в состоянии постоянного озарения. Для этого ритмолог проходит стадию освобождения не только от ушибов и проблем, но и от событий, попадает в Ритмико-Ритмологовод. Ритмология от события передаётся в первый Корабль Радастеи. В Ритмологовод первичной становится Ритмология от ритма и ритмолог шествует от ритма на ритморубежи. Тщательно отслеживается, как ритм себя уплотняет до ритморубежей [12, с. 162-164]. В Мире Радастеи всё есть знакоряд и остаётся только Ритмология от ритма [17, с. 204]

Если космические лучи вобрать в самого себя чисто физиологически, то через какой-то момент у вас определится предзнание, предчувствие всего происходящего, потому что есть ритм любого СОБЫТИЯ. Поэтому на любой цикл как знакоряд вы будете выходить раньше, чем что-либо произошло [10, с. 7].

«...К Перу первопричины  
добавилось Перо первоследствия.  
К Ритмологии прошлого  
добавилась Ритмология будущего...  
Индивидуалы – в Озаригн».  
«Всё по Планам» [6, с. 98].

Озарённость – это состояние, характерное для нулевого Корабля Радастеи. Никаких аномалий нет, если вы в Нулеводе. Любая аномалия подвластна Ритмологии [16, с. 20]. Озарённость – это наблюдение за происходящим внутри себя и способность вывести это наружу для других людей понятным языком [2, с. 9]. Озарение – состояние перехода, когда координатный пытается в себе совместить две вселенные и самого себя старого и знакомого, и абсолютно нового и себе не знакомого [12, с. 153]. Жизнь без усилий возможна только в озарённости [18, с. 15].

Для познания будущего есть такое понятие как «ритмопроброс» [4, с. 108]. Ритмопроброс нужен для того, чтобы узнать своё будущее, затем сформировать самого себя в настоящем, дабы, когда наступит ваше будущее,

вы полностью соответствовали тому количеству света, которое выделено для вас [4, с. 112].

Другой пример. Евдокия Дмитриевна вводит два ритмологических понятия: «оазис» и «предприятие». Оазис – это там, куда мы приносим всё, что у нас есть. Предприятие – это то, где мы работаем, откуда берём силы и средства для существования. На этапе «Ритмология для каждого» нашим «оазисом» являются свой дом, друзья, а «предприятие» – это обучение Ритмометоду 7P0 ЕДЛМ. На этапе Ритмологии освобождения всё меняется: оазисом становится Ритмометод Евдокии Лучезарновой, а предприятием – время и Ритмовремя, как энергия события [19, с. 196, 212].

Евдокия Дмитриевна создала книгу «Времена жизни» для входа в реальность Хладастейного пространства и Лучевого времени. На лучевой скорости вся картина привычной жизни меняется. Мы видим окружающее настоящее, а значит, когда мы его будем проживать, оно превратится в наше прошлое, но световое будущее. Если мы научились видеть картину будущего, то её всегда можно будет изменить при необходимости: или усилить более значимые события, или их пригасить [2, с. 36].

Ритмология о каждом – это выход на личностное состояние предзнания, предчувствия всего происходящего, потому что есть ритм любого события. Поэтому на любой цикл как знакоряд вы выходите раньше, чем что-либо произошло.

#### *Список литературы*

1. Марченко Е.Д. Широта мышления. – СПб. : РАДАТС, 2006. – 192 с.
2. Лучезарнова Е.Д. Времена жизни. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 112 с.
3. Лучезарнова Е.Д. Ничего случайного не бывает. Ритмология для каждого : теор. часть. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 408 с.
4. Лучезарнова Е.Д. Жизненно необходимо быть полезным Основному лучу. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2016. – 272 с.
5. Лучезарнова Е.Д. Многомерность уникальности: в 63 т. Т. 21. Случение. – М. : РИТМ 52, 2013. – 274 с.
6. Лучезарнова Е.Д. Многомерность уникальности: в 63 т. Т. 15. Непроявленное явление. – М. : РИТМ 25, 2012. – 274 с.
7. Лучезарнова Е.Д. Ключ перешёл Луч. – 3-е изд., исправленное и дополненное. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2018. – 264 с.
8. Лучезарнова Е.Д. Бизнес-ритмология. – М. : РИТМ 25, 2012. – 72 с.



9. Лучезарнова Е.Д. Живая книга. – 7-е изд. – М. : РИТМ 52, 2013. – 296 с.
10. Марченко Е.Д. Звёздное питание. – М. : РИТМ 25, 2011. – 20 с.
11. Лучезарнова Е.Д. Каким должен быть осваивающий ритмологию. – М. : РИТМ 25, 2012. – 36 с.
12. Марченко Е.Д. Координатная полноценность. – М. : РИТМ 25, 2010. – 248 с.
13. Лучезарнова Е.Д. Откровенное знакомство : в 4-х ч. Ч. 2. Свет выбирает меня. – 3-е изд. – М. : РИТМ 52, 2013. – 288 с.
14. Лучезарнова Е.Д. Откровенное знакомство : в 4-х ч. Ч. 3. Я превращаюсь в Луч. – 3-е изд. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 416 с.
15. Лучезарнова Е.Д. Нулевой репортаж, или Я просто вас люблю. – 3-е изд., исправленное и дополненное. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 160 с.
16. Лучезарнова Е.Д. Озаригн – личная траектория. – М. : РИТМ 25, 2012. – 164 с.
17. Марченко Е.Д. Знакомься, знак! Знакомьтесь – знаки! – М.: РИТМ 25, 2010. – 224 с.
18. Лучезарнова Е.Д. Влияние национальности. – М. : РИТМ 25, 2012. – 40 с.
19. Марченко Е.Д. От ума до разума. – СПб. : Радатс, 2005. – 224 с.
20. Лучезарнова Е.Д. Откровенное знакомство: в 4-х ч. Ч. 4. Всё обо всём. – 3-е изд. – СПб. : РИТМОВЗЛЁТ, 2014. – 312 с.