



# Очищение сознания с помощью ушу

(Лунь ушу лянью)

✎ Ши Мин, Сяо Вэйцзя

## ГЛАВА III

### Что такое сознание?

Если говорить в общем плане, то, когда дело доходит до концепции “сознание” и его сущности, оказывается, что традиционная китайская наука и культура, литература и искусство, медицина, философия, цигун, боевые искусства и т.д. понимают под этим нечто, что не имеет точного определения. Уже одно это является важной темой, нуждающейся в коллективном исследовании, охватывающем целый ряд проблем. В то же время в каждой из областей имеется собственное понимание сознания, собственный опыт его совершенствования. “Дух” и “сознание” в философском понимании, в трактовке китайской медицины и искусства; “сознание” как соприкосновение с идеальным в поэзии, музыке, каллиграфии и живописи; “сознание” и “истинное сознание” в цигун и боевых искусствах — все это проявления “сознания” или то, что имеет к нему отношение.

С полной определенностью можно быть уверенным в одном: то, что мы понимаем под “сознанием”, является продуктом особого образа мышления, с помощью которого древние китайцы познавали и изменяли объективный и субъективный мир. Другими словами, это уникальный продукт традиционной китайской культуры и психологии. Поскольку такой подход к сознанию и способ оперирования им отличаются от принятых в современной науке, так же как и методы совершенствования, соответственно теория и практические результаты тоже имеют отличия.

Таким образом, можно сказать, что понятие “сознание” охватывает все уровни сознания и психологии и включает квинтэссенцию особого рода психологического знания со специфическим содержанием, формой и значением. Оно также является важным объектом исследований, с которым многочисленным современным психологическим школам еще предстоит столкнуться. С одной стороны, это понятие определенным образом соприкасается с содержанием современной биологии и психологии, а с другой стороны, выходит в такую сложную сферу нервной деятельности, мышления и сознания, которую современная биология и психология даже не затрагивали.

Творческий и непредвзятый подход к теории и практике совершенствования сознания через боевые искусства с привлечением исторического наследия и достижений современной науки, китайского и зарубежного опыта, несомненно, позволит совершить прорыв в вопросе изучения коренной сущности понятия “сознание” и продвинуться далее в исследовании широкого круга связанных с этим понятием проблем.

В узком смысле понятие “сознание” означает тип развитого мышления, в котором биологическое и психологическое начала слиты в одно целое. Такое понимание “сознания” выражено в формуле: “Сознание и тело совершенствуются вместе через физические упражнения и тренировку мысли, через одновременное пестование естества и жизни”. Мы называем это “сверхординарным сознанием”. Его “сверхординарность” заключается в том, что такой тип сознания прошел комбинированное совершенствование сознания и тела до определенного уровня психофизической координации, позволяющей с помощью такого сознания приводить в действие и направлять биологические факторы.

Сознание, о котором идет речь, не является сознанием в обычном понимании, т.е. это не абстрактное логическое мышление и не абстрактное продуцирование идей, тем более, это не абстрактные размышления, как мы их понимаем в повседневной жизни. Оно совсем не то, что представляет собой дом в голове строителя или форма и звук в голове физика, не является воплощением эго, суперэго, сознания, подсознания и инстинктов, выражаясь языком психоаналитиков. Сознание, о котором идет речь, а это, в первую очередь, развитое сознание, являющееся результатом комбинированного совершенствования тела и мышления.

Сознание представляет собой духовно-материальное образование, состоящее из трех частей: информации, содержания и формы. Когда оно функционирует в полную силу, то способно воздействовать абсолютно на любой духовный или материальный объект. Сознание образует поле, обладающее силой. Сверхординарное сознание своим внутренним содержанием способно возбуждать другие потенциалы, образуя силовое поле.

Сознание в этом понимании не является изначально данным человеку. Это высокоорганизованное сознание, формируемое путем особого вида сознательной (в некоторых условиях и бессознательной) тренировки и прошедшее через одновременное совершенствование тела и мышления. В боевых искусствах на него указывают установки, как “использовать сознание, а не силу” и “все есть сознание”.

Применительно к боевым искусствам сознание означает “сознание боевых искусств”, представляющее собой сложную структуру, объединяющую философию, психологию, биологию, медицину, теорию и практику самообороны, динамику, цигун, живопись и многие другие области культуры и искусства.

Учитывая все, что было сказано выше, остановимся пока на следующем определении: “сознание боевых искусств” представляет собой особый вид физических и психических способностей, соответствующих сущностному содержанию боевых искусств, развивающихся только в результате занятий боевыми искусствами, являющихся источником холистического взаимодействия с психическим и биологическим целым других людей и с внешним миром (включая природу и общество) и обеспечивающих эффективное взаимодействие между внутренним и внешним (человека), между духом и материей.

Отталкиваясь от данного определения, “совершенствование сознания” можно квалифицировать как особый вид психофизической подготовки в боевых искусствах. Другими словами, это суперподготовка тела и мышления через боевые искусства.

Необходимо заметить, что далеко не все школы боевых искусств и виды кулачного боя способны обеспечить совершенствование сознания. Те из них, в основу которых положены сила, скорость и выносливость, чья цель состоит в совершенствовании реакции, ни с точки зрения техники, ни с точки зрения психологической подготовки не могут быть отнесены к разряду китайских боевых искусств высокого уровня. Даже если в них и присутствуют определенные элементы сознательной работы над психикой, они, тем не менее, как правило, идентичны и характерны для всех видов кулачного боя.

Среди неклассических школ боевых искусств есть такие, которые тоже стали совмещать занятия кулачным боем с энергетикой и даже добились определенных успехов благодаря отдельным удачно подобранным упражнениям. Однако с точки зрения совершенствования сознания, эти попытки выглядят ничем иным, как профанация.

В различных видах кулачного боя высокого уровня также существует много индивидуальных различий в степени совершенствования сознания у отдельных мастеров, и случаи очевидного и полного овладения совершенным сознанием — достаточно редкое явление. Еще меньше тех, кто достиг уровня “отсутствия сознательного намерения”.

## ГЛАВА IV

### “Совершенствование сознания” с помощью сознания

#### Мышление: древнее и современное толкование

В предыдущих главах мы уже отмечали, что “сознание” — это особая структура, в которой “дух” и материя слиты воедино. Для того, чтобы правильно оценить “совершенствование сознания” как сущность и истинную природу боевых искусств, необходимо дать понятию сознания более подробное толкование.

Как отмечалось ранее, содержательную основу занятий боевыми искусствами составляют жизненная сила (жизнеспособность), энергия (ци) и дух, которые в совокупности могут быть представлены как мышление\*, в котором материя, способности и дух слиты в одно целое.

Может возникнуть вопрос, каким образом мышление является одновременно и первым, и вторым, и третьим. В действительности, говоря языком современной медицины, высшая нервная деятельность является ничем иным как мышлением, объединяющим биологические, физиологические процессы и умственные способности. Оно включает биологический аспект, интеллектуальную и эмоциональную деятельность, а также процессы роста и изменения, которые также принадлежат различным областям познания.

Такое разделение по “принадлежности”, проистекающее из потребностей аналитических исследований, использовалось достаточно долго и вылилось в “забвение корней”, в результате чего изучение каждого из аспектов велось по своим собственным принципам и правилам. Даже в том случае, если в каждом отдельном специальном исследовании подчеркивать его подчиненное положение по отношению к целому, инерция и концептуальные неточности, присущие замкнутым системам, делают весьма затруднительным выведение совокупного представления о целом и установление истинных связей той или иной специальной области исследований с целым.

Мышление, о котором мы говорим, мышление триединое. Оно включает все уровни единой материальной субстанции (в современном понимании) человеческого тела и мозга, а также целостный дух человека (в современном понимании). Можно утверждать, что оно охватывает все физические и интеллектуальные способности, заложенные в человеке. Мышление представляет собой и структуру, и качество (или состояние) одновременно, причем, качество имеет более важное значение, чем структура. Вместе с тем, оно представляет собой единую цельную функцию, благодаря которой и становится возможным суще-

\* “Мышление” — термин, означающий в данной статье понятие, совершенно отличное от того, что обычно подразумевается под этим словом. — Прим. ред.

ствование и функционирование тела и сознания человека. Опираясь на понятия китайской медицины, все можно обобщить и представить в качестве жизнеспособности, энергии и духа.

Совершенствование мышления связано с определенными противоречиями и различного рода препятствиями, временно возникающими в организме и сознании человека. Этот процесс заключается в работе над целым за счет совершенствования тела с помощью мышления, совершенствования тела с помощью тела, совершенствования мышления с помощью тела и т.д. Цель всего этого — устранение всех противоречий, препятствующих такому взаимодействию между телом и мышлением, при котором достигается абсолютная их координация и слияние в единое целое.

Здесь и тело, и мышление (или три составляющих мышления: жизнеспособность, энергия и дух) представляют собой неотъемлемые части целого, триединую систему способностей, сил и результатов, которые должны превратиться в одно. “Мышление”, являющееся конечным продуктом, необходимо рассматривать как единую эффективную систему, в которой все три составляющие уже слиты воедино. Это и называется мышлением, “возвращенным к реальности и простоте”, мышлением, “объединяющим мысль и энергию, мысль и дух, мысль и сознание, дух и сознание” и т.д. Только оно и может являться целью занятий боевыми искусствами высшего уровня.

Такое мышление не подразделяется на дух и материю (различие между ними существует лишь в умозаключениях философов). Только такое толкование “мышления” позволяет оценить истинное значение классической восточной, и в частности китайской, философии; только таким образом можно прийти к пониманию высоких теоретических и практических целей боевых искусств и цигун высшего уровня; только оно дает возможность разобраться в теории “реального человека” в традиционной китайской медицине. Более того, обладание таким “мышлением” является целью всех школ боевых искусств, пусть даже пути ее достижения в каждой из них свои. Овладение им является условием установления холистических связей с мирозданием, природой и обществом, достижения согласованности и гармонии, полного с ними единения.

Мы использовали понятие “мышление” как пример, наглядно демонстрирующий огромные и действительно фундаментальные различия между системами традиционной китайской науки и современной научной концепцией. Кроме того, приведенное толкование показывает, сколь велики различия между подходами, принятыми в боевых искусствах и в современной науке физического воспитания.

Без этого вступления чрезвычайно трудно было бы обсуждать любую проблему, связанную с боевыми искусствами, будь то “сознание”, “совершенствование сознания”, “совершенствование сознания с помощью сознания” или “сознание без сознательного намерения”. Невозможно, к сожалению, избежать использования терминов, значения которых в концептуальном плане принадлежат одновременно двум самостоятельным системам. Надеемся, что читатель будет в состоянии выявить эти различия.

### **Сверхестественная сфера: “Дернув за волосок, можно сдвинуть все тело”**

С какой бы точки зрения ни подходить к боевым искусствам, они направлены на тренировку жизнеспособности, энергии и духа с использованием различных методов параллельного совершенствования тела и сознания. Практические принципы и способы при этом чрезвычайно разнообразны, и нами проделана лишь незначительная часть работы по их анализу. Полное и всестороннее их научное изучение еще впереди и требует новых усилий.

Методики подготовки в боевых искусствах включают определенный набор упражнений в положении стоя, “сидение в состоянии покоя”, одиночные

позы (простые движения), связки, приемы и ряд вспомогательных упражнений. Обучение принципам выполнения упражнений осуществляется постепенно, по мере продвижения по ступеням практического мастерства. Любое упражнение, статическое или динамическое, начинается с "настройки тела", осуществляемой сознательно. Поэтому можно сказать, что оно начинается и с "настройки сознания".

"Настройка тела", несомненно, вызывает сознательное или неосознанное изменение дыхания, а также изменение состояния энергии и внутренней силы. Результатом "настройки тела" должна стать "психологическая настройка", ведущая затем к "настройке сознания". Отдача от занятий наступает по мере того, как "совершенствование сознания" стимулирует "совершенствование мышления, энергии (включая дыхание) и тела". Затем осуществляется повторная "настройка тела" уже на базе нового сознания, адаптированного к новым условиям.

С этого момента весь процесс занятий вступает в сверхестественную сферу, где каждое действие, каждый шаг тесно связаны с другими, вместе они поднимаются все выше и выше по звеньям бесконечной спирали: сознательная "настройка тела", подключение и направление физической силы и энергии с помощью сознания, "настройка мышления" с помощью сознания, тела и энергии, а затем возвращение к началу, но уже с сознанием, поднявшимся на более высокий уровень, т.е. достигшим определенной степени совершенства за счет сознательной тренировки тела, энергии и мышления; возвращение к началу с целью дальнейшего совершенствования тела, энергии, мышления и "сознания".

Таким образом спираль закручивается все выше и выше в бесконечность, при этом ни на мгновение не "отрываясь" от сознания. В результате этого циклического процесса и происходит постепенное "совершенствование сознания", поступательная трансформация жизнеспособности, энергии и духа через их взаимное совершенствование и трансмутацию.

Анализируя этот циклический процесс работы над жизнеспособностью, энергией и духом, можно отметить, что сознание, на всех этапах являющееся средством и инструментом, в то же время само остается объектом совершенствования. Роль сознания как инструмента и одновременно как объекта воздействия со всей очевидностью демонстрирует сущность процесса "совершенствования сознания с помощью сознания".

Развивая эту тему далее, можно сравнить работу над телом и мышлением в боевых искусствах со специальной технологией производства какого-либо продукта, а затем проанализировать, что же есть "сознание" и каковы принципы "совершенствования сознания с помощью сознания".

Любой производственный процесс включает три элемента: сырье, орудия производства и работника. В производстве эти три элемента не зависимы друг от друга, в то время как в боевых искусствах три элемента соединены в человеке, все воплощены в его теле и мышлении (как три составляющих триединого "мышления").

В производстве человек определенным образом воздействует на сырье орудиями производства, что представляет собой односторонний, однонаправленный процесс, в результате которого создается продукт, теряющий всякую связь с другими элементами. В противоположность этому в процессе занятий боевыми искусствами все происходит в человеке, каждое действие вызывает ответную реакцию, все три элемента находятся в постоянном взаимодействии, в процессе которого происходит их изменение и совершенствование, постепенно приводя к состоянию гармонии тела и мышления человека как единого целого.

Поэтому всякие изменения, происходящие на любом из этапов занятий, непосредственно влияют на целое. Именно этот смысл заложен в поговорке: "Дернув за волосок, можно сдвинуть все тело".

## Появление и функционирование сознания

В боевых искусствах основными объектами воздействия (т.е. “сырьем”) являются жизнеспособность, энергия и дух, а орудием воздействия (т.е. “инструментом”) — сознание. Рассмотрим всю систему подготовки, включая “собираение концентрированной силы” и воли, моторные навыки, символическое обозначение движений, овладение движениями и т.д., и для удобства сведем все эти элементы к понятию “сознание” или “сознательное намерение к движению”, которое для краткости назовем “сознательным намерением”.

Используя орудие труда, работник тоже действует сознательно в обычном понимании этого слова, включая логическое и абстрактное мышление. Эту мысль мы выразили с позиций общепринятого понимания содержания и форм мыслительной деятельности.

Теперь давайте рассмотрим результат взаимодействия работника, орудий труда и сырья. “Мысль” порождает “намерение” воздействовать на жизнеспособность, энергию и дух. Изменения, происходящие в объектах воздействия, вызывают соответствующие изменения в сознательных намерениях работника. И первое, и второе находят отражение в мыслительном процессе, вызывая соответствующие изменения в нем.

В процессе такого взаимодействия все три участвующие в нем элемента являются источником тех или иных изменений. Если выбран правильный способ взаимодействия, то все изменения происходят по нарастающей, улучшаясь качественно и количественно, вместе с чем происходит и расширение возможностей взаимодействия этих элементов.

В боевых искусствах присутствует результат, который коренным образом отличает их от других видов подготовки, а именно: в процессе взаимодействия жизнеспособности, энергии и духа, осуществляемого намеренно, возникает “сознание”, в котором жизнеспособность, энергия и дух сливаются с намерением; сознание, которое стимулирует намерение продвигаться вперед в гармонии с жизнеспособностью, энергией и духом.

Этот третий вид сознания, будучи однажды порожденным, способен одновременно воздействовать и на намерение, и на жизнеспособность, энергию и дух, способен расширяться и подниматься, получая от них постоянную подпитку. Когда мы говорим о “совершенствовании сознания”, то имеем в виду именно такое сознание.

Сознание, таким образом, выступает в качестве четвертого элемента “производственного процесса”. Какое же место занимает каждый из элементов в этом процессе и каковы их функции? Среди четырех элементов, участвующих в “производстве” — “мысли”, “намерения”, “сознания” и “жизнеспособности — энергии — духа”, — имеется три вида сознания.



Первый вид — мысль, или мыслительный процесс, который, под воздействием трех других элементов, подвергается глубоким изменениям, ведущим к трансформированию форм и способностей мыслительной работы индивидуума. Любое изменение трех других компонентов, связанное с повышением их уровня, поднятием уровня их взаимодействия, неизбежно оказывает влияние на образ мысли человека.

Более того, продвижение по ступеням мастерства невозможно без изменения образа мысли. Без этого нет продвижения вперед. Когда три ос-

тальные элементы развиваются до определенного уровня, образ мысли претерпевает качественные и количественные изменения, позволяющие человеку овладеть образом мысли Древнего Китая через опыт взаимного совершенствования тела и мышления. Это единственно возможный путь постижения боевых искусств высшего уровня и цигун для современного человека.

Второй вид сознания — намерение. Благодаря трансформации жизнеспособности, энергии и духа, осуществленной с помощью намерения в качестве инструмента, т.е. благодаря трансформации самого человека, возникает сознание, в котором намерение, соединяясь с жизнеспособностью, энергией и духом, образует единое целое. С появлением такого вида сознания намерение начинает воздействовать уже на два вида “сырья”: на сознание и “жизнеспособность — энергию — дух”.

Функция намерения на этом этапе заключается в том, чтобы в максимальной степени объединить волю с жизнеспособностью, энергией и духом и получить “сплав” в виде сознания. В процессе этой работы уровень, качество и количество сознания поднимаются до такой точки, по достижении которой происходит полное растворение друг в друге определенной части намерения и “жизнеспособности — энергии — духа”, в результате чего возникает сознание, обладающее необыкновенно высокими качественными и количественными характеристиками, что позволяет добиться координации покоя и движения в сознании, энергии и духе.

По мере нарастания описанного выше процесса намерение постепенно растворяется и тает, приобретая характер ограниченного фактора, одновременно видоизменяясь и совершенствуя свое содержание, а “жизнеспособность — энергия — дух” теряют свой ограниченный характер, одновременно приобретая дополнительные способности. Устранение главного препятствия между мыслью и намерением способствует установлению прямой связи, отношений непосредственного взаимодействия между ними.

Мысль, прошедшая процесс перестройки, воздействует непосредственно на сознание без участия намерения, а через сознание — опосредованно на ту часть намерения, которая уже перестроилась, но не перешла в сознание, а также на жизнеспособность, энергию и дух.

В то же время та часть намерения, которая еще не перешла в сознание, продолжает воздействовать на него, а также на жизнеспособность, энергию и дух, стимулируя их взаимодействие, которое в свою очередь продолжает влиять на мысль.

Таким образом формируется сложный процесс взаимного совершенствования четырех элементов и сознательного совершенствования сознания.

### **Система сознательного совершенствования сознания: “разделение”, “прерывание” и “сочетание”**

Появление третьего вида сознания превращает весь процесс подготовки в многоуровневую систему использования сознания для совершенствования сознания через его наложение на жизнеспособность, энергию и дух, которые, в свою очередь, обеспечивают обратную подпитку. Взаимное воздействие мысли и сознания, мысли и намерения, намерения и сознания — три уровня “совершенствования сознания с помощью сознания”, когда сознание совершенствует сознание (т.е. когда различные уровни сознания совершенствуют друг друга) — сопровождается взаимным воздействием этих трех уровней друг на друга, которое, в свою очередь, оказывает влияние на мысль, намерение и сознание, что можно рассматривать как еще один, четвертый, уровень функционирования системы.

Более того, жизнеспособность, энергия и дух по отдельности образуют три уровня взаимного воздействия с мыслью, намерением и сознанием. Взаимное



воздействие этих трех уровней также порождает действие и ответную реакцию по четырем направлениям. Четыре уровня взаимного воздействия сознания и четыре уровня жизнеспособности, энергии и духа составляют еще более сложную систему взаимного воздействия. Такая подготовка, сопровождающаяся взаимным проникновением и наложением друг на друга составляющих ее элементов, вызывает трансмутацию тела и мышления человека как единого целого, поднимая их на более высокую по сравнению с обычным человеком ступень.

Важный момент в тонкой технологии "совершенствования сознания с помощью сознания" связан с особенностями тренировки мысли и намерения на фоне сознания. Когда сознание уже сформировалось, каждый его переход на новый уровень, обретение им новых качественных и количественных характеристик должны сопровождаться соответствующей работой над намерением, которое уже достигло высокой степени скоординированности действий, а также над жизнеспособностью, энергией и духом. Эта работа заключается в "разделении", "прерывании" и "сочетании". Целью этой работы является достижение двумя составляющими сознания — мыслью и намерением — такого уровня, когда они могли бы разделяться и воссоединяться в любое время.

"Разделение" означает отделение намерения от жизнеспособности, энергии и духа после работы над ними в слитом состоянии и по достижении ими совершенства высокого уровня. "Разделение" предполагает отделение заново одного от другого с помощью уже сформировавшегося нового сознания. Это напоминает силу действия и противодействия, возникающую при растягивании и сжатии эластичного материала, и называется разделением инь и ян, осуществление которого направлено на достижение эффекта взаимного совершенствования в процессе их воздействия друг на друга.

"Прерывание" означает разведение намерения, с одной стороны, и жизнеспособности, энергии и духа, с другой, которые уже разделились, но не разошлись в рамках сознания. "Прерывание" можно сравнить с разрывом эластичной связи между инь и ян, дающим им самостоятельность, но и в этих условиях обеспечивающим особого рода взаимодействие между ними.

Если представить "разделение" в виде проводников, подключенных к разным полюсам источника питания, то "прерывание" можно сравнить с электромагнитным полем, возникающим между ними: несмотря на то, что намерение, с одной стороны, и жизнеспособность, энергия и дух, с другой, отделены друг от друга в сознании, тем не менее, даже в этих условиях они сохраняют способность оказывать прямое и обратное воздействие друг на друга и даже продвигать вперед процесс взаимного совершенствования.

Это дальнейшее совершенствование связано со вторым этапом "прерывания". Предположим, что после первого этапа между намерением и "жизнеспособностью — энергией — духом" по-прежнему сохраняется поле сознания, аналогичное электромагнитному полю. В этом случае второй этап "отключает" это поле, переводя его, если можно так выразиться, из явного состояния в состояние неявное, скрытое.

Здесь возникает весьма специфическое динамическое явление (для каждого уровня сознания свое): действие и ответное действие между намерением и "жизнеспособностью — энергией — духом" в сознании вдруг исчезают, хотя их способности остаются прежними. Дело в том, что прекращается действие явных, выраженных связей между двумя элементами при сохраняющихся даже в



этих условиях связях, скрытых, внутренних, которые весьма сложно проследить. Вместе с исчезновением инь и ян в сознании (между ними нет различий, они становятся одним и тем же, но продолжают и в скрытом состоянии воспринимать воздействие), исчезает и взаимное воздействие намерения и сознания. Оно остается только на уровне мысли, никак не проявляясь физически. Поэтому определить момент появления и исчезновения их взаимного воздействия можно только с помощью мысли.

Скрытое физическое состояние, наступающее после полного “прерывания”, лучше объяснить образно. Представим себе, что мы взяли кожаный ремень (“сознание”) за оба конца и сильно его натянули. Реакция рук на эластичность кожи в данном случае будет соответствовать “разделению”. Если сделать кожу более мягкой, не изменяя расстояния между руками, то произойдет некоторое изменение эластичности материала (что можно соотнести с первым этапом “прерывания”) и сила натяжения передастся рукам. Если же ремень, еще сохраняющий определенную эластичность, перерезать ножницами (без изменения при этом расстояния между руками), то вся оставшаяся эластичность перейдет в руки, а между ними останется пространство, свободное от какой-либо силы или энергии.

Если же представить, что натягивают кожу (сознание) не руки, а “намерение”, то после ее смягчения присущая ей эластичность (способность) частично переходит в пространство, хотя и сохраняет свои связи через посредство кожи. После перерезания кожи образуются два куска, в каждом из которых произойдет высвобождение силы натяжения, и вся эластичность перейдет в пространство.

Исчезает всякая связь, всякие видимые отношения действия — противодействия. В результате функция и сила намерения с обоих концов теряет свою эффективность, а эластичность (способность) обоих концов, перешедшая в пространство, превращается в бесформенную массу, не подлежащую восприятию обычным человеком и не способную воздействовать на что-либо.

С исчезновением взаимного воздействия исчезают и какие-либо проявления действия — противодействия, что означает исчезновение инь и ян. В соответствии с законом сохранения энергии, однако, обе “массы способностей” остаются в пространстве, повисают там, поскольку им просто некуда перейти. В связи с отсутствием функционирования намерения они обретают высокую степень самостоятельности и поддаются управлению только со стороны мысли, поскольку сохраняют с ней бесформенные и пассивные связи. Под контролем мысли они теряют свой антагонистический характер и полностью ассимилируются.

“Сочетание” имеет множество форм, но мы, в качестве примера, приведем только три. Первая из них представляет собой объединение двух “масс способностей” с помощью мысли и помещение их в тело человека. В результате образуется одна “масса способностей”. Этот процесс напоминает слияние двух капель воды в одну. Возникает нечто наподобие “ассимилятивного поля”, особенность которого состоит в том, что оно способно воспринять любое новое инь или ян. Иными словами, любая сила инь или ян, откуда бы она ни пришла, может быть ассимилирована, т.е. усвоена этим полем.

Вторая форма протекания “сочетания” заключается в восстановлении мыслью индивидуальной природы инь или ян каждой “массы способностей”. Причем, мысль может превратить то, что изначально было инь в ян и наоборот, а также изменить первоначальный характер их взаимного воздействия и превратить их в однонаправленную, односторонне действующую силу. Для этого также необходимо с помощью мысли объединить две “массы способностей” в одну, осуществить ассимиляцию и объединение новых инь и ян, произвести вновь их разделение, а затем уже обеспечить их совместное однонаправленное функционирование. Такая форма “сочетания” производит колоссальный динамический эффект, обладает взрывной мощью, против которой ничто не способно устоять.

Третья форма “сочетания” предполагает возвращение с помощью мысли двух “энергетических масс” к своим первоисточкам естественным путем и их превращение в сознание.

Таким образом, “разделение”, “прерывание” и “сочетание” практически сводятся к “разделению” и “объединению”, поскольку “прерывание” представляет собой ничто иное, как более высокий уровень “разделения”.

### Единение природы и человека

Такого рода тренировка сознания путем “разделения” и “объединения”, несомненно, является наиболее полноценной, глубокой и надежной. В сочетании с четырьмя главными сферами всего процесса подготовки в целом, находящимися в сложной системе взаимоотношений, такая тренировка сознания способна произвести колоссальный эффект. Неординарная тренировка сознания порождает особое неординарное сознание и стимулирует тренировку других важных функций с целью достижения уровня особых физических и ментальных способностей.

Многоплановая тренировка сознания также закладывает прочную базу для функционирования сознания в пассивном состоянии. Когда сознание завершает объединение намерения с жизнеспособностью, энергией и духом, элемент намерения начинает постепенно сходить на нет одновременно с усилием прямого контроля мысли над жизнеспособностью, энергией и духом. По достижении необходимой степени контроля мысли над жизнеспособностью, энергией и духом задачу намерения можно считать выполненной. Результатом этого процесса является слияние мысли с жизнеспособностью, энергией и духом в единое целое, т.е. формирование “мышления”, “единого и неделимого”, того, что буддисты называют “мышлением без единого пятнышка”, или так называемого “натурального мышления”, “изначального естества”.

Только обладание таким “единым мышлением” позволяет вести занятия во взаимодействии со вселенной и непрерывно получать от таких занятий постоянную отдачу. Подготовка приобретает характер бесконечного непроизвольного совершенствования мышления без его участия, совершенствования, сопровождаемого высокой степенью отклика природы, в условиях полного единения природы и человека.

Такова общая картина процесса подготовки от сознательного совершенствования сознания до достижения спонтанности, свободной от сознательного намерения. Именно этой высшей ступени подготовки соответствуют “неприменение намерения и усилия”, “истинное сознание, являющееся сознанием без сознательного намерения”, “пустота”, “бесконечность”, “гармония” и т.д. Пути достижения такого уровня, как уже говорилось, могут быть самыми разнообразными, и тот, о котором идет речь, — всего лишь один из них.

*Перевод С. Сергеева*

*Продолжение следует*

