

Борис САЛИХОВ.

## **ГЕНЕРАТИВНОЕ МИРОВОЗЗРЕНИЕ: РАДИКАЛЬНО-ХОЛИСТИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ**

### **(1) ВСТУПЛЕНИЕ.**

В России о генеративном подходе стало широко известно после 2010 года, когда Стивен Гиллиген провел у нас первый тренинг, посвященный генеративным изменениям. С тех пор в нашей стране многие сотни специалистов обучились и стали применять в работе с клиентами генеративный транс, генеративный коучинг и генеративный бизнес-консалтинг.

На данный момент метод генеративных изменений прочно обосновался в отечественной психологической практике и продолжает укреплять свои позиции. И это закономерно, ведь в нем есть все, что необходимо для достижения быстрых и экологических результатов. Есть ряд потрясающих генеративных принципов, определяющих направление производимых изменений и наше отношение к ним. Есть модели, объясняющие, что и зачем мы делаем. Есть конкретные процедуры создания изменений.

И, тем не менее, остается одно “но”. Некоторые из генеративных идей столь необычны, что входят в противоречие с широко распространенными представлениями людей (наших клиентов). В конфликте генеративной идеи с общепринятой клиент может выбрать более привычную для него позицию, что нередко ставит под угрозу прочность достигнутого изменения.

Добавлю к этому, что и сами специалисты трактуют генеративные принципы и объясняют их происхождение по-разному, что зачастую также содержит в себе те или иные скрытые противоречия.

Проблему можно решить созданием генеративной картины мира, которая бы соединила в себе все известные нам принципы генеративного подхода и непротиворечивым образом объяснила их происхождение. А также урегулировала бы возможные противоречия с бытующими повсеместно представлениями людей о жизни.

На генеративную картину мира мог бы опереться специалист в интерпретации того, что он делает. Ее важно было бы понимать и клиенту, чтобы противостоять каким-то внешним (или своим внутренним) не генеративным мыслям и установкам.

### **(2) ЧТО ТАКОЕ ГЕНЕРАТИВНОЕ МИРОВОЗЗРЕНИЕ?**

**Генеративное мировоззрение – это целостная непротиворечивая картина мира, заключающая в себе основные принципы генеративного подхода и отвечающая на ключевые вопросы о происхождении реальности и источнике ее развития.**

Создать генеративное мировоззрение это значит ввести и определить базовые понятия, объяснить их соотношение и взаимодействие друг с другом. А также

проиллюстрировать, как из данной системы понятий следуют принципы генеративного подхода.

Это не значит, что генеративное мировоззрение должно быть одно единственное. Их может быть и несколько, ведь объяснить происхождение генеративных принципов и объединить их в одну картину можно по-разному.

### **(3) РАДИКАЛЬНО-ХОЛИСТИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ВСЕЛЕННОЙ.**

Начнем с очевидного утверждения о том, что мир дан нам посредством процесса восприятия. Только через восприятие (и никак иначе) мы узнаем что-либо о мире. А потому первый вопрос в нашей генеративной картине мира следующий.

#### **Что есть за пределами (вне) нашего восприятия?**

Вне восприятия есть нечто единое, что невозможно воспринять или описать в том виде, в котором оно есть. Но его можно назвать, например, Вселенная.

#### **Что есть Вселенная?**

**Вселенная – это самая широкая система (холон), включающая в себя все, что есть. Она единая – ее разделение на части условное (лишь в нашем восприятии). И она есть процесс.**

Вселенная – единственное, что существует, все остальное Вселенная создает в нашем восприятии. (В этом смысле) все остальное существует лишь условно.

Вселенная есть единственный субъект, создающий и направляющий происходящие в ней процессы. Она обладает всеми свойствами, которые есть у ее творений (в том числе, субъектностью).

Ее невозможно воспринять или описать, но ее можно как-то отразить. (В силу своего единства) Вселенная сама себя отражает. Как поверхность (или любая часть) воды отражает процессы в ее глубине.

Она отражает себя множеством вариантов. Каждое живое существо есть отражение Вселенной.

Всякое восприятие или (концептуальное) описание Вселенной являются лишь одним из возможных вариантов ее отражения.

#### **Что есть сознание?**

**Сознанием мы называем процесс отражения. Вселенское сознание – это процесс отражения себя Вселенной.**

Результатом отражения является реальность.

#### **Что есть бессознательное?**

**Бессознательное – это то, что не является отражением Вселенной. Вселенское бессознательное есть процесс ее изменения.**

**Что есть жизнь? Что такое “поток”?**

Непрерывно отражая себя и изменяя себя, Вселенная направляет процесс своего развития.

**Жизнь есть непрерывный процесс развития Вселенной.**

**Поток - это метафорический образ, отражающий процесс изменения Вселенной.**

**Что такое индивидуальное сознание?**

Для того, чтобы развитие Вселенной никогда не останавливалось, она отражает себя множеством вариантов (во множестве живых существ).

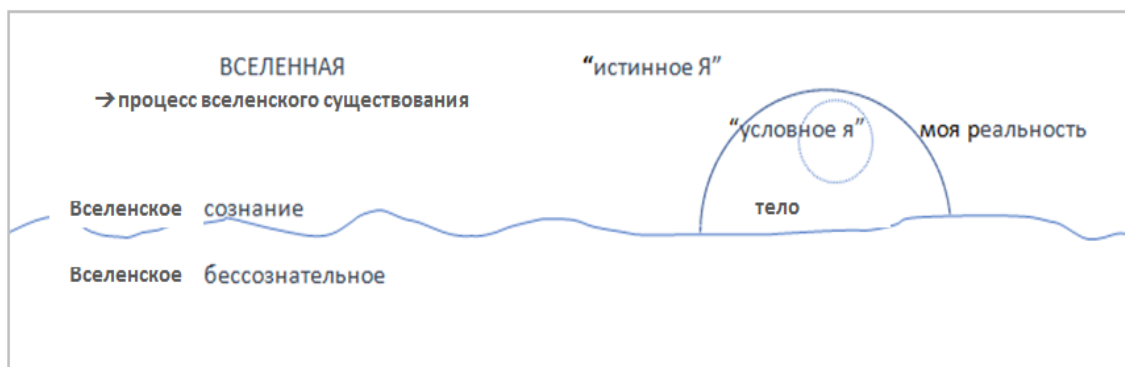
**Наше индивидуальное сознание - это процесс отражения Вселенной в нашей нервной системе.**

**Что такое реальность?**

**Реальность – это результат отражения Вселенной в нашей нервной системе.**

**Реальность субъективна. Это картина внешнего мира, сформированная в наших органах чувств и мышлении (в процессе восприятия и коммуникации).**

...



...

**Что есть “объективная реальность”?**

**Объективная реальность – это согласованное между людьми представление о том, какова есть реальность.**

**Это представление держится на предположении, что объективная (общая для всех) реальность существует. Оно помогает людям достигать рационального взаимопонимания и согласованности действий.**

Реальность (и объективная, в том числе) принадлежит нашему внутреннему миру, поскольку создается она в нервной системе. (Пусть, даже, она согласована с другими людьми.)

**Что такое “поле безграничных возможностей”?**

**Согласно определению (квантовое) “поле безграничных возможностей” есть то, что находится за пределами нашего восприятия реальности. Его существование является предположением так же, как существование (классической) объективной реальности.**

Квантовое “поле безграничных возможностей” является новым (в духе современной физики) вариантом отражения Вселенной. Квантовая модель реальности не является более глубокой (то есть отражающей реальность на более глубоком уровне) относительно классической модели реальности, но просто иной - создающей иную реальность.

#### **Что есть возможности? Что есть ограничения?**

Возможности (как потенциально возможные варианты чего-то) в нашей реальности существуют лишь условно - они только предполагаются нами.

В отличие от них, **действительные возможности существуют в нашей реальности в виде чего-то конкретного, как возможность для его развития.**

**Ограничение возможностей - это что-то конкретное в нашей реальности, фиксированное нашим сознанием, не допускающим его изменение.**

#### **Что такое мир идей (“изначальный разум”)?**

Согласно принятому в генеративном подходе определению, **мир идей (в другой терминологии “изначальный разум”) есть самый глубокий уровень реальности, полностью недоступный для нашего восприятия и описания. Он содержит (порождает) идеи, создающие то (и управляющие тем), что происходит на следующих уровнях реальности - квантовом и классическом.**

Надо сказать, что ничего из того, что находится вне нашего восприятия (и понятийного мышления), не доступно для восприятия и описания. Поэтому, понятие “изначальный разум” близко тому, что мы называли Вселенная. С той лишь разницей, что здесь сделан акцент на идеях (законах) создающих и управляющих миром, а там - на субъекте, находящемся в процессе развития себя.

А потому мир идей (“изначальный разум”) это единственное, что существует. Все остальное существует условно - лишь в нашем восприятии (в наших субъективных реальностях).

#### **Что такое (внешний) мир? Что такое мировой процесс?**

**Внешним миром для нас являются другие люди и их субъективные реальности.**

**Мировой процесс есть взаимодействие (индивидуальных и совместных) субъективных реальностей людей (существ), в ходе которого происходит их развитие.**

#### **Что такое “информационное поле”?**

“Информационное поле” - это метафора коллективного сознания, в котором сосуществуют и взаимодействуют мысли, отражающие разные реальности (разные точки зрения) людей.

**Что есть развитие?**

**Развитие есть постоянно протекающий процесс во Вселенной. Это результат реализации ее намерения улучшить в себе все.**

(4) РАДИКАЛЬНО-ХОЛИСТИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ СУБЪЕКТИВНОЙ РЕАЛЬНОСТИ.

**Что есть предназначение? Что есть цель?**

Реальность каждого из нас есть вариант отражения Вселенной, содержащий в себе уникальную идею. Реализовать эту идею есть наше предназначение.

**Предназначение есть главное наше намерение. А цель — это ближайший предполагаемый (и желаемый) результат в его реализации.**

**Что есть тело?**

В процессе своего существования Вселенная создает тело. **Тело - это часть вселенского процесса.**

В нашем сознании есть образ тела, включающий (в том числе) его физические свойства, но само тело - это вселенский процесс.

**Тело – это способ существования (сущностная основа для) нашей реальности и (для) реализации заложенной в ней уникальной идеи.**

**Что есть условное я?**

**Наше привычное я – это условное я. Это наше представление о себе – результат отождествления (приравнивания себя к какой-то части реальности).**

Но наше действительное я не может быть частью реальности, поскольку реальность – часть нас.

**Что есть истинное я?**

**Наше истинное я – это Вселенная, создающая нашу реальность. Истинное я у всех одно. В истинном я мы соединены со всеми существами во Вселенной.**

Наше истинное я есть процесс - часть единого вселенского процесса. Наше состояние есть прямое отражение этого процесса в нашем сознании.

**Что есть состояние? Что такое сила состояния?**

**Наше состояние - это протекающая в нашем теле и непосредственно отраженная в нашем сознании (часть) вселенского процесса.**

Сила (энергетический заряд) нашего состояния зависит от силы (энергии) того вселенского процесса, который через нас проходит, и от степени нашей включенности в него.

### **Что есть внимание?**

**Внимание - это процесс создания (или изменения) нашей реальности. Это часть вселенского процесса.**

Внимание имеет две стороны. Узкую (осознаваемую), которая направляет процесс на создание чего-то в нашей реальности, и широкую (бессознательную), которой оно соединяет процесс с источником - с вселенским процессом.

### **Что есть границы внимания?**

**Границы внимания есть пространственная область, в которой находится БОльшая часть нашего сознательного внимания в обычном состоянии.**

**Границы внимания - это наши личные границы. Они отделяют нас от всего остального в нашей реальности, что находится за их пределами.**

Если мы (расширим и) полностью уберем границы внимания, мы попадем в открытое состояние (генеративный транс) - и в своем сознании соединимся с Вселенной (со всем, что в ней есть).

### **Что такое контакт с Вселенной? (С человеком? С реальностью?)**

**Контакт – это временное удаление границ внимания – объединение с Вселенной (с людьми; со всем, что есть в нашей реальности), в общую (совместную) идентичность.**

**Постоянный контакт (с Вселенной) есть единство (с ней).**

Зеркальная подстройка (невербального поведения) - это один из эффективных способов расширить внимание и объединиться с другим человеком в единую систему.

Комплиментарная подстройка (сонастройка) - это расширение внимания, включение в личные границы другого человека (группу людей). Она характеризуется наличием резонанса - отклика в ощущениях тела на процесс взаимодействия с человеком (группой).

Зеркальный процесс - совместное проживание трансформации состояния в расширенной идентичности (в комплиментарной подстройке с другим человеком, группой людей).

### **Что такое расширенная идентичность?**

**Расширенная идентичность - это отождествление себя с БОльшей системой - с частью реальности, включающей и наше привычное я, и, возможно, других**

**людей.** (Такой БОльшей системой могут быть взаимоотношения с близким человеком, семья, команда единомышленников и т.д.)

**Состояние расширенной идентичности возникает при расширении привычных границ внимания (личных границ) до размера БОльшей системы. И при условии согласия воспринимать себя таким образом.**

Состояние открытого внимания - отождествление с Вселенной - является частным случаем расширенной идентичности.

**Что такое опыт?**

**Опыт - это восприятие ситуаций, чувства, мысли и действия человека в его реальности. В том числе, его успехи и неудачи в осуществлении своих намерений и выводы, сделанные им по итогам полученного опыта.**

**Что такое совместная реальность?**

**Совместная реальность – это одинаковые (совпадающие) чувства, мысли, желания и восприятие ситуации группой людей, находящихся в контакте (в единстве) друг с другом (в состоянии расширенной идентичности).**

**Опыт совместных действий группы людей и его обсуждение служит основой для формирования их совместной (командной) реальности.**

(5) РАДИКАЛЬНО-ХОЛИСТИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ РАЗВИТИЯ

**Что такое намерение Вселенной?**

У Вселенной есть намерение. **Намерение – это направление (и предполагаемый результат) вселенского процесса.**

Вселенная развивается, все в ней развивается. **Намерение Вселенной есть развитие, то есть улучшение себя.** (Она улучшает себя через улучшение всего в себе, в том числе, нас и наших реальностей).

**Что такое “внешний контекст” (события, ситуации)?**

**Внешний контекст – это создаваемые Вселенной в нашей реальности события и ситуации, содержащие в себе возможность для реализации ее намерения (и нашего предназначения).**

**Событием мы называем нечто значимое (на что мы обратили свое внимание), что произошло в нашей реальности некоторое время назад.**

**Ситуацией мы называем нечто значимое - обстоятельства, имеющиеся в нашей реальности - требующее от нас определенных действий сейчас.**

Вселенная создает внешние события и ситуации как стимулы (или как необходимость) для нашего развития.

Проблемные ситуации создаются Вселенной, как возможность для нас изменить прошлый опыт, препятствующий реализации ее намерения.

### **Что есть проблема?**

**Проблема - это эпизод в развитии нашей субъективной реальности, полезность которого для себя мы пока не осознали.**

Проблемы возникают и существуют внутри наших субъективных (индивидуальных или совместных) реальностей.

**Проблемы – это противоречия в опыте. Это противоречия между нашим прошлым опытом и намерением Вселенной нашу линию развития (и, следовательно, прошлый опыт) изменить.**

**Проблемы проявляются в дискомфортных ощущениях.**

Решение проблемы приводит наш текущий опыт (и линию развития) в согласие с намерением Вселенной.

### **Что есть факт? Что есть интерпретация факта?**

**Факт - это часть нашей реальности. Фактами мы называем события, ситуации, объекты или действия, доступные (получившие подтверждение) в нашем восприятии.** Поскольку реальность субъективна, то факты, подтвержденные в нашем восприятии, не обязательно будут подтверждаться в реальностях других людей.

**Интерпретация - это умозаключение, сделанное нами на основе субъективной оценки факта.**

Субъективная природа того и другого сглаживает (хотя и не устраняет) различия между фактами и интерпретациями фактов.

### **Что есть отношение?**

**Наше отношение к чему-то – это способ взаимодействия с протекающим в нашей реальности процессом (включающий или исключающий нас из него).**

Вопрос, как именно нам взаимодействовать с происходящими в реальности процессами, в каждом случае может быть решен по-разному. Как правило, оптимальным для нас является принятие реальности и всего того, что в ней происходит.

### **Что такое эмоции?**

**Эмоции есть бессознательная реакция на наш способ взаимодействия с (данным) происходящим в реальности процессом.**

**Эмоции - это адресованная нам обратная связь от Вселенной.**

Негативные эмоции – это реакция на “неправильное” отношение (способ взаимодействия), противоречащее намерению Вселенной. Положительные

эмоции есть подтверждение его “правильности” (совпадения с намерением Вселенной).

**Что есть мысль?**

**Мысль - это процесс в сознании (и в нашей реальности), отражающий нечто, происходящее во вселенском процессе.**

**Она есть часть (управляемого Вселенной) процесса создания и изменения нашей реальности.**

Мысли имеют позитивную функцию. Чтобы понять, что полезного создает или изменяет в нашей реальности та или иная мысль, надо ее принять (то есть разрешить ее себе).

**Что есть принятие?**

**Принятие чего-либо есть осознание существования этого в своей реальности, признание своей связи с этим, согласие с этим взаимодействовать и восприятие себя в единстве (частью одной системы) с этим.**

Принимая свою реальность, мы признаем наше единство со всем, что в ней происходит.

**Что есть трансформация опыта?**

**Трансформация опыта - часть процесса развития нашей реальности.**

**Трансформация приводит опыт в соответствие с намерением Вселенной улучшить что-то в нашей реальности.**

**Что есть баланс?**

**Баланс - это равновесие противоположных тенденций в нашем внутреннем опыте или во внешней реальности. Равновесие достигается (осознанием наличия и) принятием обоих процессов.**

Дисбаланс - невозможность достичь равновесия - есть следствие непринятия (или иного препятствия в реализации) одной или обоих тенденций.

**Что есть гармония?**

**Гармония - результат достижения полного баланса, который происходит за счет естественной интеграции противоположных тенденций (в рамках более широкой системы) в объединяющем их процессе. Это состояние, в котором отсутствует разделение.**

Поскольку все разделения создаются нами в наших субъективных реальностях, то мы можем рассматривать что-то одно и как дисбаланс, и как баланс, и как гармонию, в зависимости от нашего отношения к этому, акцентов и широты (системности) нашего восприятия.

## **(6) ПРИЛОЖЕНИЯ (ПРАКТИКИ) ГЕНЕРАТИВНОГО МИРОВОЗЗРЕНИЯ**

### **Что такое решение проблем?**

Решение проблемы приводит наш текущий опыт (и линию развития) в согласие с намерением Вселенной.

**Решить проблему - значит осознать имеющееся в ней противоречие и, проживая внутреннюю трансформацию, (дождаться возможности) привести свой текущий опыт в соответствие с намерением Вселенной.**

### **Что есть духовное развитие?**

**Духовное развитие – это развитие нашего “истинного Я”, предполагающее осознание нашего единства с миром, с людьми, с Вселенной, принятие реальности и согласие с процессами, которые создаются Вселенной в нашей реальности.**

Духовное развитие ведет к осуществлению в нашей реальности намерения Вселенной и реализации нашего предназначения. Для него требуется глубокое познание (себя и) сущности бытия.

### **Что такое личностное развитие?**

**Личностное (или социальное) развитие – это путь “условного я” к достижению более значимого положения в обществе и, как следствие, материального успеха.**

Для успеха в личностном (социальном) развитии необходима соответствующая мотивация и накопление, в первую очередь, коммуникативных и, в некоторых случаях, профессиональных навыков и умений.

### **Что такое творчество? Что есть способность к творчеству?**

**Творчество есть естественный процесс развития и создания чего-то нового в наших реальностях.**

**Способность к творчеству - это умение присоединяться к естественному вселенскому процессу развития нашей реальности и использовать его для решения стоящей перед нами профессиональной задачи или жизненного вызова.**

### **Что такое познание?**

Познание происходит в процессе деятельности. Его результаты: накопление знаний, профессиональное мастерство, развитие личности.

**Мастерство - это накопленный в состоянии открытого внимания непосредственный опыт взаимодействия с предметом (в процессе профессиональной или какой-либо иной деятельности).**

**Знания - это хранимые в нашей памяти оценки, решения и умозаключения, которые мы сделали исходя из опыта деятельности (для дальнейшего их применения в этой деятельности).**

**Знания относительны.** Необходимо учитывать, что они привязаны к определенному моменту в деятельности, к контексту и к той концепции, в рамках которой производилось осмысление опыта. Сделанные прежде выводы часто оказываются бесполезными (или ошибочными) в изменившихся обстоятельствах.

**Непосредственный опыт универсален.** Накопленный опыт помогает нам взаимодействовать с предметом деятельности в любых новых обстоятельствах и независимо от того, в какой концепции эта деятельность нами осмысляется.

Еще один результат процесса познания - развитие нашей личности. Это значит, что одновременно с получением и осмыслением опыта деятельности происходит наше познание себя, расширение наших возможностей.

### **Что есть управление реальностью? Возможно ли оно?**

Созданием и изменением нашей реальности управляет Вселенная.

Вселенная есть единственный субъект, создающий все и управляющий всем, что происходит в нашей реальности.

В качестве условного я (отделенного от мира личными границами) мы управлять реальностью не можем.

Но убрав границы внимания и соединившись с Вселенной, (в качестве истинного я) мы получаем возможность со-творения и со-управления реальностью. Мы (понимаем, что хочет сделать она в нашей реальности, и) солидарны с Вселенной в этом процессе.

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В данной статье предложена непротиворечивая система понятий, которые пока не являются общепринятыми в генеративном подходе. Я бы назвал ее **радикально-холистическим вариантом генеративного мировоззрения.**