

ВУЛЬФА

ТВОЙ ДРУГ ПО РАЗУМУ



ВЛАДИСЛАВ ЛУГОВСКИЙ
АНАСТАСИЯ ОГОРДНОВА

Анастасия Огороднова
Владислав Луговский
Тюльпа. Твой друг по разуму

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67243886

Тюльпа. Твой друг по разуму:

ISBN 9785005616142

Аннотация

Шизофрения или лучший друг? Ночной кошмар или лучик света? Дурдом или дружба до гроба? Эти вопросы часто всплывают при упоминании тюльпы – осознанной галлюцинации, наделённой разумом и сознанием. Однако мало кто знает, на что она способна в действительности. Как оказалось, тюльпа – больше, чем воображаемый друг. Она способна влиять на нашу физиологию, мышление и подсознание в лучшую сторону. Тем не менее, вопрос сумасшествия остаётся открытым, по крайней мере до момента прочтения книги.

Содержание

| | |
|---|----|
| Введение | 8 |
| От авторов | 11 |
| Предупреждение | 14 |
| Глава 1. Тайна разума | 16 |
| Разновидности тульп | 23 |
| Резюме | 26 |
| Глава 2. История тульпы | 31 |
| Резюме | 41 |
| Глава 3. Мистификация тульпы | 45 |
| Разбитый разум: мир шизофрении | 51 |
| В кабинете психолога: мнение специалистов | 57 |
| Резюме | 59 |
| Глава 4. Эффект альтер эго | 63 |
| Резюме | 71 |
| Глава 5. Явление воображаемого друга | 75 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 79 |

Тульпа. Твой друг по разуму

Владислав Луговский
Анастасия Огороднова

© Владислав Луговский, 2022

© Анастасия Огороднова, 2022

ISBN 978-5-0056-1614-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ПОСВЯЩАЕТСЯ КАЖДОМУ СТРАННИКУ
МЕНТАЛЬНЫХ ПРОСТОР И ИХ
БЕСТЕЛЕСНЫМ СОБРАТЬЯМ

ВВЕДЕНИЕ

Введение

Разум странная и таинственная вещь. Мы привыкли, что являемся единственными обитателями этих незримых простор. Мы единственные, кто управляет нашей жизнью и нашими мыслями. Мы единственные, кто принимает решения и думает о последствиях. Однако что произойдёт, если поселить к нам ещё одну личность?

Безумие, дурдом, шизофрения? На самом деле это не так. И каждый из нас может иметь сотню альтернативных я, без негативных последствий. Более того, каждый из нас хотя бы раз в жизни общался с таким человеком. Вспомните, как в детстве вы играли с воображаемыми друзьями. Как вместе веселились и хохотали. Как вместе спали и пили чай.

Для вас они были реальны, словно настоящие живые люди. Друзья, которым можно открыться и поделиться своими переживаниями. Компаньоны, с которыми вы были всегда и везде. Однако никто и не думал упрекнуть вас в безумии.

Так что же изменилось с тех пор? Почему мы думаем, что воображаемые друзья – это зло? Что те, кто общается с ними – безумцы? Ведь мы сами делали это завидной регулярностью. На самом деле всё просто. Мы повзрослели и позабыли о тех радостных моментах, что когда-то проживали.

Однако есть люди, которые не захотели забывать. Они не стали разрывать связь, а укрепляли её день ото дня. Они

не стали мириться со стереотипами и продолжают общение с теми, кого мы не видим. С теми, кого мы не знаем и никогда бы не узнали. С теми, кого они считают друзьями. С теми, кого они называют тульпой.

Тульпа – это воображаемый друг. Полноценная личность, созданная по образу и подобию человека. Её можно увидеть, поговорить и потрогать. Она не появляется из ниоткуда. Люди охотно создают их сами. Выбирают внешность и характер. Наделяют качествами человека и самосознанием.

В отличие от обычных голосов при расстройстве личности. Тульпы желанные гости. Их создают специально. Кто-то ищет верного друга. Кто-то спутника жизни. Кто-то любви и понимания. Однако все они созданы намеренно, что отличает их от обычных расстройств.

Способности и свойства тульпы не изучены до конца. Однако известно, что это не просто галлюцинации, а полноценные личности, как вы и ваше окружение. Это такие же живые люди, делящие один разум на двоих. Они осознаны, автономны и способны мыслить даже лучше своих создателей.

Проведя масштабное исследование, изложенное в данной книге. Становится понятно, что тульпы способны спасти от одиночества. Помочь в трудную минуту или дать дельный совет. При этом их влияние на мозг колоссально. Они развиваются и образуют новые нейронные связи. Что, несомненно, повышает умственные способности обоих в несколько раз.

Обзаведясь тульпой однажды, человек навсегда меняет свою жизнь в лучшую сторону. Ведь тульпа принимает своего друга таким какой он есть. Она понимает его переживания, выслушивает и помогает справиться с проблемами. Это самая искренняя неподдельная дружба длительностью в целую жизнь.

Цель данной книги рассказать вам о феномене тульпы, максимально непредвзято и объективно. Здесь развеиваются мифы, и всплывает правда. Раскрываются тайны, невиданные миру. Объясняются процессы создания и общения с тульпой.

Вместе с вами мы заглянем прямиком в разум и личность тульпы. Узнаем кто она такая на самом деле. Поймём какое влияние тульпа оказывает на мозг и как он меняется в лучшую сторону. И если вы готовы окунуться в мир безумия, тайн и разоблачений, то смело следуйте за нами на страницы этой удивительной книги.

От авторов

Мы писали эту книгу с целью освещения феномена тульпы. Однако задача, которую мы поставили перед собой, оказалось не из лёгких. Чтобы добраться до правды, нам пришлось произвести масштабное исследование. Мы добрались до первоисточников. Изучили сотни русскоязычных и иностранных мануалов. Прочли все доступные книги. Проанализировали блоги, дневники и сообщества тульповодов.

Впрочем, самым сложным было соединить всё это воедино. Убрать лишнее, отделить правду от лжи, факты от домыслов. А также в максимально понятной и увлекательной форме донести это до вас. И как нам кажется, мы смогли этого добиться.

В данной книге, мы максимально объективно отразили сущность феномена тульпы. Вместо простых описаний процессов, мы ушли вглубь, в недра нашего разума. И смогли описать процессы, происходящие в головном мозге при создании и развитии тульпы. Мы описали то, как она влияет на разум, интеллект и физические способности. Привели бесчисленное множество доказательств нормальности тульповодов и отличия тульпы от психических заболеваний.

Не менее увлекательно было читать истории тульповодов и их тульп. Именно они помогали нам разобраться с каждым аспектом их жизнедеятельности, за что им большое спасибо.

Ведь только благодаря таким смелым людям, мы смогли отразить жизненный опыт более сотни тульповодов из разных стран мира.

Мы уверены, что, когда вы прочтёте данную книгу, ваше отношение к тюльпанам и миру в целом изменится. Ещё никто кроме нас не сумел, разложить каждый аспект тульповодства с точки зрения физиологии и нейронаук простым и понятным языком.

К тому же, один из авторов книги является действующим тульповодом, экспертом практиком и одним из первых тульповодов России. Анастасия Огороднова (известная как, НО), уже более 15 лет практикует общение с тюльпанами. За это время она создала четыре тюльпаны и несколько их разновидностей.

Весь этот колоссальный опыт, мы отразили на страницах данной книги. Поэтому если вы хотите погрузиться в тему тульповодства, избегая лжи и нерабочих советов, то данная книга именно для вас.

Однако её публикация имеет большое значение не только для тульповодов и желающих им стать, но и для современной психологии. Несомненно, это поможет многим психотерапевтам при работе с тульповодами. Их родителям и родственникам, друзьям и окружению. Ведь зная, что тюльпан это не психическое расстройство, не отклонение от нормы, не опасный для жизни феномен. Отношения и коммуникация с тульповодом, будет куда качественнее, нежели без это-

го понимания.

Мы искренне надеемся, что данная книга, так или иначе, поможет вам и вашему окружению. Приятного чтения и безумных открытий.

Предупреждение

Данная книга содержит в себе знания, способные причинить вред, как читателю, так и окружающим. Будьте аккуратны и ни в коем случае не применяйте полученную информацию на практике. Авторы не призывают читателя к действию, не дают рекомендации и ни к чему не побуждают. Информация в книге представлена исключительно в ознакомительных целях и несёт развлекательный характер.

Она не рекомендуется людям с шаткой психикой, психическими заболеваниями, нервными расстройствами, людям склонным к агрессии и всяческим припадкам, а также лицам до 18 лет.

Авторы не претендуют на истину в последней инстанции. Они настаивают на том, чтобы каждый факт, аргумент или довод, был подвергнут сомнению и анализу со стороны читателя.

Авторы ни в коем случае не хотят оскорбить вас и ваши чувства. Сказанное в книге, является лишь точкой зрения авторов, которая может расходиться с вашей.

Авторы и издательство полностью снимают с себя ответственность за все действия читателя. Читатель сам отвечает за себя, свои поступки, решения и их последствия.

ГЛАВА 1

ТАЙНА РАЗУМА

Глава 1. Тайна разума

*«Вопрос, который ставит меня в тупик:
сумасшедший я или все вокруг меня?»*

Альберт Эйнштейн

Ещё с незапамятных времён люди верили в разных мифических существ: богов и ангелов, демонов и бесов, сирен и кентавров. Они наделяли их самыми фантастическими способностями, начиная от невидимости и заканчивая бессмертием.

Однако в погоне за ними они совершенно позабыли о вполне реальных созданиях. О тех, кто сравнится по силе с минотавром. О тех, кто может меняться, словно химера. О тех, кто может быть опасней василиска и прекраснее пегаса. О тех, кто ведёт тайную жизнь в нашем сознании. О тех, кого называют тульпа.

В широком смысле слова **тульпа** (tulpa) – самостоятельная альтернативная личность, созданная и визуализированная человеком для определённых целей. Своего рода, это осознанная галлюцинация, наделённая собственным разумом и сознанием.

Тульпа представляет собой такую же личность, как и любой другой человек. Она способна к самостоятельной мысли и действиям. Она обладает собственным сознанием, имеет

свой характер, внешний вид, способности и прочее, что характерно для обычных людей.

Единственное отличие тульпы от обычного человека заключается в том, что она бестелесна. То есть обитает в разуме и не может быть видна другим. Обратное мнение так и не нашло подтверждения.

Тульпа может находиться и существовать в физическом мире, а не только внутри разума. Более того, она может косвенно взаимодействовать с ним. Например, использовать предметы мебели, такие как стул и садится на него. Однако это не более чем визуальный эффект.

Первоначальный образ и личность тульпы, формирует её создатель. В то же время, по мере развития тульпы, она способна видоизменять себя по своему усмотрению.

Тульпа может иметь любую внешность, характер, голос, мышление, манеры, взгляды, восприятие собственного «Я» и прочее. Тульповод заранее выбирает все эти параметры и создаёт тульпу, основываясь на них.

Чаще всего образ тульпы заимствуют из литературы, видеоигр или анимационных сериалов. Например, создание тульп было массово распространено среди любителей мультсериала «My Little Pony». Наряду с этим, также пользуются популярностью различные звери, фурии, мифологические существа или образы настоящих людей.

Чаще всего тульп создают в качестве лучших друзей или

подруг. И это неудивительно, ведь вместе с тульпой человек проводит всю оставшуюся жизнь. Своего рода эта «дружба до гроба», сопровождаемая разделением одного разума на двоих.

Иногда тульп создают для саморазвития, эмоциональной или физической поддержки (защиты), от одиночества или в качестве второй половинки. Однако последнее встречается реже.

Чаще всего тульповодами становятся подростки и молодые люди, жаждущие понимания или крепкой дружбы. Нередки случаи, когда таким образом человек спасается от полного одиночества. Иногда тульпу создают из любопытства или ради новых ощущений.

Человек, создавший тульпу называется **тульповодом** (tulpamancer). Иногда его называют **хостом** (от англ. host – хозяин). При этом различают ещё два понятия: шаман и сварщик.

Шаман – подвид тульповодов считающих тульп существами из других миров, поселившихся в их разуме. Процесс общения они считают «открытием портала». **Сварщик** – человек не имеющий к тульпам никакого отношения, но активно выдающий себя за тульповода.

В целом же процесс создания тульпы условно можно разделить на несколько крупных этапов. Однако стоит понимать, что опыт каждого тульповода уникален и может идти вразрез представленной информации.

Этап №1: Подготовка. Начинающий тьюповод должен проработать образ будущей тюльпы. Он выбирает внешность и голос. Прорабатывает характер, выделяет ключевые детали личности и характера.

Этап №2: Создание тюльпы. На этом этапе тьюповод создаёт тюльпу. Он «раскалывает душу» на части и оживляет свой образ. Будто бы скульптор, высекая из камня прекрасную статую. Тьюповод формирует образ будущего друга.

Этап №3: Коммуникация и взаимодействие с тюльпой. Когда образ «оживает», то тьюповод начинает всячески общаться со своим мыслимым другом. Он говорит с ним с помощью слов, эмоций и чувств. Он учит свою тюльпу жить в этом мире, показывает все чудеса мира и даёт возможность самореализации.

Впрочем, с каждым из этих шагов вы в подробной форме знакомитесь в последующих главах. В них подробно изложено на каждая деталь создания тюльпы и общения с ней.

Сам же процесс активного создания тюльпы, её полноценного формирования и коммуникации называется **форсингом**. Иногда этот процесс называют тюльпафорсинг или сокращают до «ТФ».

Обычно форсинг нацелен не только на создание тюльпы, но и на её закрепление. То есть форсинг необходим, чтобы

закрепить образ своего творения и сделать его чем-то большим, нежели заурядный внутренний голос.

Пассивный форсинг – форсинг при котором, тульпа является вторичным объектом внимания. В нём вы можете быть сосредоточены на своих делах, параллельно ведя диалог (монолог) с тульпой и т. д.

Помимо прочего, **тульпа в её классическом представлении может иметь следующие наименования**: тульпа (без «ь» знака); ментал (от слова «ментальный»); мыслеформа; фантом; альтер эго (иногда альтер); АВЛ (автономная виртуальная личность); ИЛ (искусственный интеллект); тр-элл; няша.

Сама тульпа может «существовать» как в физическом пространстве, т.е. обычном мире. Так и в виртуальном, т.е. в пределах разума.

Иногда вместо термина «физическое пространство» или «реальный мир» используется аббревиатура ИРЛ (IRL – In Real Life) или её синоним ИЛРЛ (ILRL – In Local Real Life)

Когда тульповод представляет (вызывает) тульпу в ИРЛ это называется **наложение** (imposition). В этот момент он мысленно наслаивает образ тульпы на реальное пространство, которое его окружает.

Изначально это будет требовать больших усилий и вероятно проходить в виде активного форса. Однако со временем, мозг адаптируется, и образ закрепляется. Впрочем, это

достаточно трудоёмкий процесс, подвластный не многим даже опытным тульповодам.

Ещё одно место, в котором может существовать тульпа – вондерленд (далее ВД). **Вондерленд** (Wonderland, вондер) – это воображаемое (ментальное) пространство или мир, в котором можно заниматься форсингом и отрабатывать взаимодействие с тульпой. По сути, это вымышленный мир внутри вашей головы, где может обитать ваша тульпа, пока вы заняты своими делами.

Помимо этого существует несколько различных объяснений того, как и где существуют тульпы:

1. Тульпа существует строго внутри подсознания и является частью хоста, но в достаточной степени отделена от него, чтобы восприниматься как самостоятельная личность.

2. Сначала тульпа является частью подсознания, но позднее обретает «самосознание», отделяется от хоста и становится отдельным сознанием, живущем в одном с хостом мозге.

3. Также существуют паранормальные объяснения, например, что тульпа становится разумной в результате расщепления души.

Однако существуют и менее популярные теории. В дополнение к сказанному у вас есть возможность посмотреть видео о тульпах от соавтора данной книги.



ТУЛЬПА: ТВОЙ ДРУГ
ИЗ ПОДСОЗНАНИЯ



clck.ru/YzA9F

Разновидности тульп

Как уже отмечалось, тульпа – осознанная галлюцинация, имеющая своё сознание. Однако это лишь обобщённый термин, характеризующий феномен как таковой. Слово, «люди» также абстрактно. Оно подразумевает определённое деление внутри этой большой группы. Допустим, по половому, расовому или национальному признаку.

Тоже обстоит и с тульпами. Они имеют своё деление, обусловленное их предназначением. То есть в зависимости от того, для чего они создавались, будет определяться их классификация (вид, подвид).

Важно отметить, что не каждый из перечисленной группы является тульпой как таковой. Скорее она относится к тульпоподобным созданием. Очень схожим по происхождению, но имеющих значимые различия. Однако для упрощения понимания, мы используем термин тульпа или мыслеформа.

Мыслеформа – воображаемый объект, образ.

В целом можно выделить несколько основных мыслеформ: тульпа; вайфу; сервитор; **деймон**; **даймон**.

Рассмотрим каждую из них по отдельности.

Тульпа (tulpa) – мыслеформа созданная как партнёр, лучший друг, напарник или союзник. Часто она становит-

ся спутником жизни хоста. Как и с обычными людьми, они могут общаться, развлекаться, учиться, путешествовать и т. д. Своего рода этот вид тульп заменяет обычного человека и имеет схожее социальное предназначение. Это отдельная сформированная личность, на чью волю влиять не получится.

Вайфу (wifu) (от англ. wife – жена) – мыслеформа, созданная с целью любви и отношений. То есть вайфу заменяет человеку обычную девушку или парня. Чаще всего именно с вайфу имеется интимная связь.

Сервитор (servitor) – мыслеформа, созданная для одной единственной цели. Такая тульпа создаётся для чего-то конкретного и единого. Как только она исполняет свою функцию, обычно она исчезает или уходит в «сон».

Также сервитора можно видоизменять по своему усмотрению. К примеру, изменить внешность, характер, мышление, память и другие компоненты сервитора.

Отличие сервитора от тульпы в том, что он не автономен и полностью управляем. Тульпа, напротив. Она имеет своё самосознание и может меняться только по своему усмотрению.

Деймон (daemon) – нечто вроде «тотемного» животного. Такая мыслеформа принимает вид того животного, который отражает характер человека. Внешность деймона характеризует личность своего человека, символизирует его самые яркие черты характера. Например, форма змеи может говорить

о хитрости и скрытности хоста. А форма льва, о его гордости и смелости.

Даймон (demon) – альтер эго-защитник, обладающий «не человеческой» силой. Их единственная функция, спасти своего хоста от любой физической угрозы.

Часто даймоны имеют форму диких или мифических животных. В отличие от обычных тульп, они не выходят наружу без крайней необходимости, их не визуализируют за пределами разума, а переключение между личностями происходит куда быстрее.

Впрочем, встречаются и более редкие разновидности мыслеформ. Например, медианы, эгоциты, фиктивы или солбонды. Однако информации о них достаточно мало. Поэтому в данной книге рассматриваются лишь основные формы тульпы и способы их создания. С каждым из этих способов вы познакомитесь в следующих главах.

Резюме

1. **Тульпа** (tulpa) – мыслеформа созданная как партнёр, лучший друг, напарник или союзник. Часто она становится спутником жизни хоста. Как и с обычными людьми, они могут общаться, развлекаться, учиться, путешествовать и т. д. Своего рода этот вид туल्प заменяет обычного человека и имеет схожее социальное предназначение. Это отдельная сформированная личность, на чью волю влиять не получится.

2. Процесс создания тульпы можно обобщить до трёх простых этапов:

Этап №1: Подготовка. Начинающий тульповод должен проработать образ будущей тульпы. Он выбирает внешность и голос.

Этап №2: Создание тульпы. На этом этапе тульповод создаёт тульпу. Он «раскалывает душу» на части и оживляет свой образ. Будто бы скульптор, высекая из камня прекрасную статую. Тульповод формирует образ будущего друга.

Этап №3: Взаимодействие с тульпой. Сам процесс создания тульпы, её полноценного формирования и коммуникации называется **форсингом**.

3. Различают два вида форсинга: активный и пассивный. **Активный форсинг** подразумевает сосредоточение исключительно на облике и чертах тульпы. В нём весь фокус ваше-

го внимания и сил направлен лишь на вашу тульпу, детализацию её образа и взаимодействие с ней. **Пассивный форсинг** – форсинг при котором, тульпа является вторичным объектом внимания. В нём вы можете быть сосредоточены на своих делах, параллельно ведя диалог (монолог) с тульпой и т. д.

4. Выделяют несколько основных мыслеформ: тульпа; вайфу; сервитор; **деймон**; **даймон**.

ГЛАВА 2

ИСТОРИЯ ТУЛЬПЫ

Глава 2. История тупьпы

«Если вы не готовы видеть больше того, что видно, вы ничего не увидите»

Рут Бернхард

Изначально феномен тупьпы был открыт в Тибете и Индии. Именно оттуда и пришло слово «тупьпа» (*sprul pa*). Данное слово означает «явление» (*emanation*), «наваждение» или «магическое видение». Долгое время он был известен лишь эзотерикам и исследователям данной религии. У буддистов тупьпа означает искусственно созданный образ, материальное воплощение мысли, которое можно видеть и осязать.

В дзэн-буддизме, тупьпа – сильная индивидуальная галлюцинация, воплощение мысли, в некоторых случаях некий осязаемый образ, выполняющий функции помощника и собеседника.

Синонимом к слову тупьпа, был фантом. Своего рода это мысленная энергия, преобразованная в живой образ. Фантомов создавали с различными целями. Например, для передачи послания или как союзника. Причём тупьп, могли наблюдать не только люди, создавшие их, но и окружающие.

Выражаясь иначе, буддийская тупьпа нечто на подобии коллективной галлюцинации, способной взаимодействовать

с внешним миром.

В западный мир этот термин пришёл благодаря Александре Давид-Неэль – французской исследовательнице тибетского буддизма. Александра много лет прожила в отдалённых районах Тибета. Она исследовала места, куда не забирался ни один европейский исследователь. За это она была награждена золотой медалью от географического общества.

В 1920-е годы, живя на Тибете, ей часто удавалось наблюдать практику материализации тульп у буддийских монахов. Спустя какое-то время интерес к процессу одолел её, и она решила создать собственную тульпу.

Как писала сама А. Давид-Неэль: *«Считается, что практика эта чревата опасностью, если тот, кто прибегает к ней, не достиг высокого уровня духовного и интеллектуального озарения и не осознает в полной мере характер используемых психических сил. Как только тульпа оказывается наделённым жизненной силой в достаточной мере, чтобы играть роль реального существа, он начинает стремительно освобождаться от контроля своего создателя.*

Это, говорят тибетские оккультисты, происходит почти механически, подобно тому как ребёнок покидает материнскую утробу, когда тело его развилось достаточно, чтобы стало возможным самостоятельное существование. Иногда такой фантом становится как бы мятежным сыном, и тогда, рассказывают, происходит беспощадная борьба между ним и его создателем. При этом тульпа мо-

жет причинить вред, ранить и даже убить того, кто его создал.

Тибетские маги рассказывают также о случаях, когда тульпа, будучи посланным с некой миссией, не возвращался обратно и начинал собственные странствования в качестве полубессознательной, опасной и исполненной зла марионетки. То же самое, говорят, может случиться, когда создатель тульпы умирает, не успев растворить его.

Как правило, фантом либо сам исчезает в момент смерти своего создателя, либо исчезает постепенно, как гибнет тело, лишённое воды. В то же время другие тульпа изначально ориентированы на то, чтобы пережить своего создателя».

Несмотря на большие сложности, её опыт оказался весьма успешным. Долгие месяцы она медитировала, создавая образ добродушной ламы. Как итог, ей удалось создать тульпу в виде монаха (лама – в Тибете буквально означает «высший», «духовный учитель»). Они общались, и передавали друг другу чувственный опыт. Однако со временем, тульпа обрела полный контроль над собой. Она могла самостоятельно мыслить и принимать собственные решения.

Вот как описывает этот опыт сама Александра:

«Допуская большую степень преувеличения и делая скид-

ку на сенсационные добавления, лишь с трудом берусь отрицать возможность визуализации и оживления тулпа. Кроме того, у меня была возможность видеть подобные мыслеформы, да и моя природная недоверчивость заставила меня провести опыты на самой себе, и мои усилия увенчались успехом. Чтобы избежать влияния всех видов ламаистских божеств, которых я ежедневно видела вокруг себя, выбрала для своих экспериментов более мелкий персонаж – монаха, низкого и толстого, совершенно безобидного и смешного на вид.

Закрывшись в цам, я занялась выполнением предписанных ритуалов и концентрацией мысли. Через несколько месяцев фантом монаха был образован; фигура его постепенно фиксировалась и приобретала живые черты; он стал добрым гостем, живущим в моем жилище. Затем я нарушила уединение и отправилась путешествовать со своими слугами и палатками.

Монаха мы включили в свою компанию. Хотя я жила открыто, каждый день скакала многие мили на лошади, иллюзия не разрушалась: толстого трапа видела то тут, то там, и мне не требовалось думать о нем, чтобы он появился. Фантом действовал естественным образом, как и все путешественники, и я не давала ему никаких указаний на этот счет. Например, он ходил, останавливался, осматривался вокруг. Иллюзия была главным образом визуальная, но иногда я чувствовала, словно его ряса слегка задевала ме-

ня, а однажды мне показалось, что он дотронулся до моего плеча рукой.

Черты, которые я придумала, выстраивая свой фантом, постепенно менялись. Толстое с румяными щеками лицо похудело, затем приобрело слегка насмешливое, хитрое и неприятное выражение; он стал более беспокойным и лысым – короче, вышел из-под моего контроля. Однажды пастух, привёзший мне в подарок масло, увидел тулпа в моей палатке и принял его за живого ламу».

Тем не менее со временем Давид-Неэль приняла решение избавиться от своей тупы. Она решила разрушить её, но сделать это оказалось трудно. Тогда она обратилась к своей старой знакомой, Мирре альфасса, известной под псевдонимом «Мать», которая посоветовала «поглотить» ей своё творение, а не обрывать связь, так как это бесполезно. Давид-Неэль потребовалось около полугода, чтобы вернуть тупу в мир воображаемого.

Вот что пишет по этому поводу сама Александра: «Пришлось позволить явлению развиваться своим чередом; однако присутствие нежелательного компаньона начинало действовать мне на нервы, он превратился в мой «дневной кошмар». Более того, я начала планировать поездку в Лхасу и нуждалась в ясном уме, не загруженном никакими посторонними делами; вот почему я решила уничтожить фантом. Мне это удалось, но только через шесть месяцев

тяжёлой борьбы: порождение моего ума упорно цеплялось за жизнь.

Нет ничего необычного, что я создала свою собственную галлюцинацию. Интересен сам факт материализации, — другие тоже видели мыслеформы, созданные мной искусственно».



Однако действия Александры можно назвать некорректными. Скорее всего, её одолевал страх того, что она потеряла контроль. Тем не менее это иллюзия. Как вы узнаете далее, любая тульпа, даже полностью обретшая сознание, практически всегда остаётся подконтрольна хосту и не в состоянии навредить ему.

Однако более подробно о практике тульповодства вы можете узнать из её книги «Магия и тайна Тибета». Особенно

подробно тульповодство описывается в главе №8.

Впрочем, жизненный опыт Давид-Неэль был больше эзотерическим и теософским, чем научным и практичным. На данный момент феномен тульпы изучен достаточно хорошо, чтобы утверждать, что она не имеет прямого отношения к мистике, оккультизму, эзотерике и религии. То есть, чтобы создать тульпу, не нужно быть буддистом или проводить мистические ритуалы, как это считалось ранее. Тульпа – феномен науки, а не язычества.

Несмотря на всю мифичность опыта Неэль именно она положила начало культуре «воображаемых друзей». Так в 2007—2008 годах стало известно о явлении «мыслекукол». **Мыслекуклы** – гипнотическая галлюцинация второй половинки. Специально обученные гипнотизёры создавали своим клиентам ментальных кукол, которых те в основном использовали для плотских утех. По мыслекуклам была издана целая книга, которая была порвана на цитаты. Именно она легла в основу современных методов тульповодов. Однако они уже не преследовали цели удовлетворения своих животных потребностей.

Вместе с тем понятие тульпы продолжало развиваться и распространяться, пока не ушло далеко за пределы прямой связи с Тибетской культурой. В самом начале, данное явление дошло до западного общества, где развивалось многие годы. За тем, с распространением интернета и иных способов связи, данный феномен «разошёлся» по всему миру.

Первые упоминания явления в русскоязычном сообществе появились на анонимных имиджбордах

в 2008 – 2009 годах. И уже к середине 2011 года были независимо сформированы не противоречащие друг другу инструкции по созданию «контролируемой галлюцинации».

Без примеси эзотерики, исследуя явление силами сотен испытателей и следуя строгому научному методу, была составлена подробная методология. Следование данному методу позволяет создать аудиовизуальную галлюцинацию, воспринимаемую человеком как независимая живая личность.

На данный момент вопросами тульповодства занимаются тысячи людей в России и десятки тысяч людей за рубежом. Как результат, появляются целые руководства и многочисленные гайды по созданию тульпа. При этом организовываются целые сообщества, фракции исследователей, форумы и специализированные чаты.



Буква "На"



"Знак туплы"

Важно отметить, что в последние два десятилетия идея тупл, была затронута и в мировой поп-культуре. Например, феномен туплы используется в кино и сериалах. Наиболее известный из них, телесериал «Сверхъестественное». Также туплам посвящаются целые песни, видеоигры, блоги и книги.

Наряду с этим «Сверхъестественное» оказало влияние не только на популяризацию туплы, но и на некоторые факты о ней. Например, сценаристы исказили значение «символа туплы». Они представляли тибетскую букву «На» или же «Наик», в виде знака призыва туплы. Однако доподлинно неизвестно является ли данный тибетский знак частью «ритуала туплы».

По одним данным для материализации туплы монахам требовался специальный символ. По другим знак туплы был

выдуман сценаристами телешоу. Как бы то ни было, знак, однажды изображённый в сериале, стал олицетворять данный феномен.

Резюме

1. Изначально феномен тупльпы был открыт в Тибете и Индии. Именно оттуда и пришло слово «тупльпа» (*sprul pa*). Данное слово означает «явление» (*emanation*), «наваждение» или «магическое видение».

2. Ранее тупльпу считали мистическим, эзотерическим, потусторонним, религиозным и даже сверхъестественным существом. Однако это оказалось не так, и современные исследования доказывают это.

3. В западный мир термин тупльпа пришёл благодаря Александре Давид-Неэль – французской исследовательнице тибетского буддизма. Александра много лет прожила в отдалённых районах Тибета. Она исследовала места, куда не забирался ни один европейский исследователь. За это она была награждена золотой медалью от географического общества.

4. В своей книге «Магия и тайна Тибета» она описывает свой опыт создания и поглощения тупльпы. И именно благодаря её труду, данный феномен начал изучаться и практиковаться во многих странах мира. Включая Россию, США, Канаду, страны Азии, востока и др.



ГЛАВА 3

МИСТИФИКАЦИЯ
ТУЛЬПЫ

Глава 3. Мистификация тульпы

*«Никто еще не заблудился, следуя своему
внутреннему голосу»
Генри Дэвид Торо*

Как уже отмечалось в прошлой главе, тульпы не имеют никакого отношения к мистике, эзотерике, шаманизму или сверхъестественному. Это лишь эго, созданное человеком по собственной воле.

Тем не менее тульпу продолжают мистифицировать и по сей день. Некоторые считают, что тульпа – высший разум или космическое существо. Некоторые думают, что это божественный промысел. А некоторые считают тульпу дьявольским отродьем и исчадьем Сатаны.

Впрочем, это лишь догадки, слухи и многочисленные мифы. Среди которых, часто встречаются следующие:

Миф №1: Тульпа может убить хозяина.

Миф №2: Тульпа может воскресить в памяти что угодно.

Миф №3: Тульпу могут видеть другие тульпы и хосты.

Миф №4: Тульповодство создано для эскапизма.

Миф №5: Тульпа высасывает жизнь из хоста.

Миф №6: Тульпа может умереть.

Миф №7: Тульпа создаётся одинаково у всех хостов.

Миф №8: Тульпу создают только одинокие люди.

Миф №1: Тульпа может убить хозяина.

Из первой главы книги, вам уже известно, что тульпа не способна на это. Она не может убить хоста или принести ему хоть какой-то вред.

Единственное на что она способна – создавать шум в голове и вызывать неприятные чувства. Однако это происходит в очень редких случаях, когда тульпа находится в состоянии сильнейшего угнетения со стороны хоста. То есть в те моменты, когда хост долгое время причинял вред тульпе. Например, кричал на неё или унижал.

К тому же нет ни одного подтверждённого случая нападения тульпы на человека. Поэтому даже ситуация с самозащитой является лишь полуправдой.

Миф №2: Тульпа может воскресить в памяти что угодно.

На самом деле тульпе доступны лишь те воспоминания, которые ещё хранятся в нейронных соединениях мозга. То есть та нейронная связь, которая образовалась в результате события и зафиксировала воспоминание. Впрочем, о том, что происходит в мозге, вы узнаете из главы №7.

Если такая связь окажется разорванной, то тульпе не удастся помочь вспомнить хосту о её существовании. Однако теоретически, ей подвластно найти самую старую нейронную связь с воспоминанием и показать её вам.

Миф №3: Тульпу могут видеть другие тульпы и хосты.

Тульпа – не мистический дух или потустороннее существо. Поэтому её нельзя увидеть никому кроме хоста или другой его тульпы.

То есть другие тульповоды и их тульпы не могут заметить ваших тульп или почувствовать их присутствия. Это невозможно т.к. тульпа – мыслеформа. Говоря иначе, это мысленный объект, имеющий некую форму. А, как всем известно, чтение мыслей людей бывает лишь в фильмах, но никак не в реальности.

Миф №4: Тульповодство создано для эскапизма.

Эскапизм – стремление избегать решения реальных проблем и принятия ответственности, путём ухода от действительности в мир иллюзий.

Эскапизм является большой проблемой современного общества. Мы всё чаще и чаще хотим сбежать из реальности и не чувствовать всей той боли, что приносит нам жизнь. Однако как бы это ни было странно, тульпа не создана для эскапизма.

Она не создаётся с целью ухода от реальности. Как правило, тульпе самой интересно путешествовать и посещать новые места, вместе со своим другом. При этом она способ-

на помощь хосту завести новых реальных друзей и полезные связи.

Миф №5: Тульпа высасывает жизнь из хоста.

На самом деле, это полу миф. Тульпа не может вытягивать жизненные силы и саму жизнь из хоста. Однако наш мозг, при стабильной нагрузке, тратит около 30% всей энергии организма на свою работу.

Когда мы начинаем форсить тульпу и коммуницировать с ней. Энергетические затраты возрастают. Сложно сказать во сколько раз. Впрочем, не сложно догадаться, что на поддержание ещё одной личности в своём сознании уходит немало энергии.

Тем не менее это нельзя назвать «высасыванием» или «кражей» энергии. Хост сам создал тульпу, и чтобы она жила, он щедро делиться с ней запасами ментальной энергии.

Поэтому иногда, особенно на первых этапах, общение с тульпой может быть сильно выматывающим. Это происходит т.к. ваш мозг ещё не привык к подобным энергозатратам. Со временем, тульпа стабилизируется и может находиться с вами хоть целый день, без ощутимых энергетических потерь.

Миф №6: Тульпа может умереть.

На самом деле единственный способ умертвить тульпу –

лишить жизни самого хоста. Так как жизнь тульпы, как и любого другого человека, полностью зависит от тела. Если тело умирает, умирает и личность.

При этом даже если «избавиться» от тульпы нарочно. То есть постараться убить её самому. Из этого тоже ничего не выйдет, т.к. она просто растворится в подсознании, но точно не умрёт.

Миф №7: Тульпа создаётся одинаково у всех хостов.

Тульпа полностью индивидуальна в каждом случае и процесс её создания не исключение. Он проходит по-разному у каждого форсера и занимает разное время. Кому-то удастся сделать её легко и быстро, а кому-то результат даётся с большим трудом.

Сам же процесс форсинга разнится от случая к случаю. Кому-то нужна медитация, а кто-то может форсить просто так. Гайды и инструкции нужны лишь для общего понимания процесса форсинга. Их нужно брать и адаптировать под свою ситуацию ровно, как и данную книгу.

Миф №8: Тульпу создают только одинокие люди.

Как правило, мысли о воображаемом друге действительно появляются у людей склонных к одиночеству. Однако это не всегда так. Некоторые создают тульп из научного интереса, некоторые из любопытства, другие хотят новых ощущение

ний или необычных экспериментов.

Впрочем, одиночество и отсутствие друзей являются самой распространённой причиной создания тульпы. Однако не все тульпы являются их следствием.

В дополнение к сказанному вы можете посмотреть видео об основных вопросах и частых заблуждения от соавтора данной книги.



ТУЛЬПА: ВОПРОСЫ
И ЗАБЛУЖДЕНИЯ



clck.ru/YzAVK

Разбитый разум: мир шизофрении

Одним из самых распространённых мифов является то, что тульпа является формой шизофрении или диссоциативного расстройства идентичности. При этом встречается мнение, что тульпа может спровоцировать их появление. Что же и то, и другое является стереотипом, возникшим в сознании масс из-за недопонимания данного феномена.

Всё дело в том, что тульпа по своей природе не может являться ни тем, ни другим. Это становится понятно из определения заболеваний. Например, **шизофрения** – психическое расстройство, характеризующиеся нарушением мышления, поведения и восприятия окружающего мира.

Часто для данного заболевания характерны слуховые галлюцинации, параноидный или фантастический бред либо дезорганизованность речи и мышления. К примеру, когда человек думает, что за ним следит ЦРУ, его звонки прослушивают, а правительство желает его смерти. Это может наводить на мысли о параноидальном бреде, т.е. о шизофрении.

То же самое относится и к агрессивным голосам в голове. Очень часто они либо создают шум, мешающий работать, или говорят что-то несуразное. Однако иногда, эти голоса оскорбляют человека, заставляют причинять вред себе или окружающим.

При этом **шизофрения является эндогенным забо-**

леванием. То есть она может передаваться по наследству. Говоря иначе, её нельзя вызвать сознательно, если у вас нет к этому предрасположенности. К тому же, при шизофрении далеко не все люди страдают от визуальных галлюцинаций, а опыт многих больных не является положительным.

Всё это уже говорит о том, что тульпа не может являться формой шизофрении или её провокатором. Между тем стоит сказать, что, если у человека уже имеются какие-либо психические отклонения или предрасположенность к ним. То создание тульпы действительно может повлиять на состояние психики.

Поэтому крайне не рекомендуется создавать тульп, имея любые, даже малые намёки на какое-либо когнитивное отклонение. То же самое относится и к людям с неокрепшей психикой, т.е. к подросткам и детям.

Что касается диссоциативного расстройства идентичности (далее ДРИ), то по-другому его называют расщепление личности, множественная личность или раздвоение личности.

По сути, данное расстройство является состоянием, при котором человек, помимо корневой личности (своей) имеет две и более альтернативных личности. Каждая из которых попеременно сменяет друг друга. Но более подробно об этом мы поговорим в главе №4.

Эти идентичности могут перехватывать друг у друга кон-

троль над телом, без согласия корневой личности. Вследствие этого, человек не может жить нормальной жизнью. Так как каждая личность имеет свой характер, привычки и желания.

Но более всего удручает тот факт, что при переключении одной личности на другую, корневая может полностью исчезнуть (уйти в состояние сна) или смотреть на происходящее извне. То есть видеть, что происходит, но не иметь возможности управлять своим телом и разумом.

Сами эго могут иметь разный гендер, возраст, национальность, характер, умственные способности, мировоззрение, по-разному реагировать на одни и те же ситуации.

Части идентичности могут, как делиться, так и не делиться воспоминаниями. В первом случае одна часть идентичности будет полностью или частично помнить, что помнит другая, во втором же случае – наоборот.

Причинами данного расстройства могут служить тяжёлые эмоциональные травмы в раннем детстве. Например, физическое, сексуальное или психологическое насилие.

Само же расстройство является крайним проявлением **диссоциации** – механизма психологической защиты, при котором человек начинает воспринимать происходящее с ним так, будто это происходит с кем-то посторонним. То есть человек неосознанно создаёт иную личность, на которую перекладывает своё состояние.

Для понимания сказанного, можно привести следующий

пример. Допустим, что с раннего детства мать сильно ругала своего ребёнка за постоянный беспорядок в комнате, грязную одежду и любую иную детскую шалость. Она избивала его ремнём и прутьями. Лишала ребёнка обеда и заставляла делать непотребные вещи.

Со временем, в ребёнке сработает защитный диссоциативный механизм. То есть он создаст иную личность, послушного спокойного ребёнка, который всегда наводит чистоту в комнате и не пачкает чистую одежду. Или же, он придумает личность-героя, которая не восприимчива к боли и ударам ремня.

В обоих случаях, данная личность будет выходить наружу, чтобы уберечь малыша. В первом случае, чтобы предотвратить наказание. Во втором, чтобы его пережить и защитить корневую личность ребёнка от физической угрозы.

Элиэзер Штернберг – невролог-исследователь и практикующий врач в больнице при Йельском университете, в своей книге «Нейрологика» пишет следующее:

«Диссоциация – это побочный эффект самозащиты мозга. По аналогии представим, как наш организм реагирует на бактериальную инфекцию. Чтобы не дать захватчику распространиться по всему телу, иммунная система отгораживает инфекцию, формируя абсцесс. После инкапсуляции бактерии попадают в карантин и уже не могут распространиться на соседние ткани. Подобный защитный механизм не лишён побочных действий, поскольку абсцессы край-

не болезненны.

Диссоциация аналогичным образом устанавливает карантин на травмированном участке психики. Оно переключает внимание, отвлекает его от всего, что ранит, пытается отсечь от сознания опасные мысли. Но эмоциональный ущерб невозможно ликвидировать полностью – можно лишь загнать поглубже. Учёные назвали такие области «эмоциональными отсеками» мозга – это своего рода абсцессы болезненных мыслей и воспоминаний. В них помещаются травмированные фрагменты нашего «Я». В противоположность им области, не подвергшиеся травме, в литературе называются «внешне не повреждёнными отсеками». В идеале подобно тому, как абсцесс не должен прорваться, эмоциональные отсеки и внешне не повреждённые отсеки не должны контактировать. Но так бывает не всегда. Когда повреждённая часть сознания отделена от остальной его части, постоянно есть риск, что она не останется пассивной. Запрятанный глубоко внутрь травмированный кусочек нашего «Я» способен вырваться из плена и заявиться в качестве нашего альтер эго <...>.

Возьмём диссоциативное расстройство идентичности. Оно характеризуется переключением между отдельными аспектами личности. С одной стороны, есть повседневное, нейтральное «Я» («внешне не повреждённые отсеки»), которое адекватно взаимодействует с обществом, но ощущает себя отделённым от своего «Я» и от мира. С другой –

есть пострадавшая, эмоционально травмированная сторона «Я» («эмоциональные отсеки»). <...>

Мозг человека, страдающего от диссоциативного расстройства идентичности, может быть невредимым. Эвелин никогда не ударялась головой и не попадала в аварии. И уж точно ей никогда не разрезали мозг. Однако её личность распалась на множество разных альтер эго, каждое из которых ничего не знало о другом. У этих внешне не связанных друг с другом личностей не было общих воспоминаний, даже острота зрения – и та была неодинаковой».

Как можно понять из сказанного, схожесть с тульпой минимальна, а источник появления иного «Я» отличается в корне. Это говорит нам об отсутствии связи между ДРИ и тульпой.

Помимо сказанного добавим, что тульпа не является психозом, иллюзией или каким-либо психологическим отклонением.

В кабинете психолога: мнение специалистов

Что касается мнения психологов и врачей-психиатров, то их взгляды на тульпу не однозначны. С точки зрения современной психиатрии, тульпа – это, безусловно психическое расстройство, некий подвид раздвоения личности и галлюцинации.

Другая часть специалистов не считает тульпу расстройством. Скорее ментальной практикой самопознания, чем отклонением. Между тем, они советуют проводить подобные практики в присутствии квалифицированных экспертов.

Однако большинство специалистов сходятся в одном. Тульпа – это не болезнь. Ведь болезнью является лишь то, что мешает жить больному или окружающим. Тульпа не попадает под определение болезни. Поэтому она не может ей считаться, по крайней мере, в полном смысле этого слова.

Однако из-за этого отклонения от «нормы» некоторые психологи считают тульпу механизмом защиты человека от одиночества. То есть тем самым механизмом диссоциации при ДРИ. Только в данном случае он служит в роли защиты человека от одиночества.

Научно доказано, что человек, долго пребывающий в одиночестве, начинает рисовать себе партнёра (собеседника). Наблюдения за космонавтами показывают: чем меньше во-

круг людей, тем ярче проявляет себя мнимый собеседник. Это говорит, что человеку жизненно необходимо вести диалог с кем-то. Иначе психика начинает давать сильнейшие сбои.

Говоря иначе из-за своей социальной природы, мы постоянно нуждаемся в контакте с другими людьми. Именно поэтому в нас автоматически вшита программа диссоциации, защищающая нас от одиночества. И как отмечалось ранее, по мнению некоторых врачей, тульпа является разновидностью данного механизма.

Они также отмечают, что тульпа может помочь справиться человеку с кризисом, депрессией и не дать совершить глупых поступков. Однако вы вряд ли услышите от психолога совет о создании тульпы.

В целом, психологи склонны к тому, что тульпа скорее служит во благо, чем во вред. Во всяком случае, она контролирует себя и не причиняет вред окружающим. Поэтому часто они не видят в тульпе ничего плохого.

Резюме

За всё время существования тюльп о ней сложилось множество мифов. Вот некоторые из них:

Миф №1: Тюльпа может убить хоста.

Миф №2: Тюльпа может воскресить в памяти что угодно.

Миф №3: Тюльпу могут видеть другие тюльпы и хосты.

Миф №4: Тюльповодство создано для эскапизма.

Миф №5: Тюльпа высасывает жизнь из хоста.

Миф №6: Тюльпа может умереть.

Миф №7: Тюльпа создаётся одинаково у всех хостов.

Миф №8: Тюльп создают только одинокие люди.

Миф №9: Тюльпа вызывает шизофрению или ДРИ.

Миф №10: Тюльпа – сверхъестественное эзотерическое существо.

ГЛАВА 4

ЭФФЕКТ АЛЬТЕР
ЭГО

Глава 4. Эффект альтер эго

*«Покажите мне человека без эго, и я покажу вам
лузера»
Дональд Трамп*

С точки зрения психотерапии и современной науки, тульпа является ничем иным как альтер эго. **Альтернативная личность** (альтер эго или альтер; в переводе с лат. – «другое я») – реальная или придуманная личность, находящаяся в сознании человека. Эта личность может быть человеком, персонажем, героем, зверем или иной сущностью. Она имеет свои вкусы, мнение, разум, манеры, характер, образ, поведение и прочее. По сути, это отдельный «полноценный человек», находящийся в разуме носителя.

Самые ранние упоминания об альтер эго относятся ещё к античности. Впрочем, широкую огласку они получили благодаря монархам европейских государств. Передавая бразды своего правления преемнику, они провозглашали его «вторым королевским я». Что в переводе «alter ego regis». Отсюда и произошло первое значение слова. Тем не менее первым в истории об этом заговорил римский философ I века до нашей эры Цицерон. В своих трактатах он использовал иной термин – «второе я», «верный друг».

Очень часто, человека, сознательно создавшего альтер эго

или приобретшего его «случайно» называют «**ключевой**» или «**корневой**» личностью. Как это обычно бывает «другое Я» лишено тех качеств, которые человеку не нравятся в себе и наделено теми качествами, которых человеку не хватает. К примеру, пугливый человек может придумать себе альтернативную личность, которая отличается смелостью и решимостью.

Часто альтернативная личность появляется не сама и не в одном экземпляре. И также часто она скорее мешает жить, чем помогает. Так, альтер эго встречается у людей с расстройством множественной личности.

Как вы уже знаете, обычно такое заболевание возникает из-за сильнейших психических травм, физического или эмоционального насилия. Иногда оно становится следствием другого расстройства психики. Однако расщепление личности является чрезвычайно редким заболеванием. И при практике туйповодства, как правило, не происходит.

Между тем, туйпу нельзя приписывать к виду ДРИ. Всё дело в том, что альтер эго появляется в результате сознательных усилий туйповода, а не само по себе. Эта очень важная разница, которую необходимо иметь в виду.

При этом альтер эго не всегда является следствием заболевания и практики туйповодства. Другое «Я» может быть и у обычных людей. Чаще всего оно проявляется в создании разных образов своего «Я» в разных контекстах. Своего рода это сценический образ для конкретной деятельности. Как

у актёров их роль на сцене или в кино. Всё это альтер эго, в которое человек погружает самого себя. Сделав это, он начинает мыслить, говорить и жить, так, как бы сделал его образ.

К подобному трюку прибегают как российские, так и зарубежные звезды эстрады. Например, известный юморист Иван Ургант имеет альтер эго – Гриша Ургант, который поёт песни в рок-группе. У певицы Бейонсе есть альтер эго – Саша Фрис. Со слов знаменитости она является более весёлой, чувственной и живой натурой, чем она сама. И именно этот образ помогает ей выступать на сцене.

Вы удивитесь, но создание альтернативных эго уже стало повсеместным и вполне приемлемым занятием. Вот что об этом пишет Тодд Херман в своей книге «Эффект альтер эго»:

«Альтер эго – полезное средство, способное помочь вам, мне и всем остальным стойко справляться с жизненными трудностями и невзгодами»

Впрочем, встречаются и иные разновидности альтер эго. Иногда их разделяют на мужские и женские. Например, мужчина может иметь женское эго. Это будет проявляться в его действиях, свойственных противоположному полу. Допустим, регулярном шоппинге, отслеживанию новых модных тенденций, чрезмерное слежение за внешностью и т. д. То же самое встречается не только у мужчин, но и у женщин. Это проявляется всё в тех же действиях не свойственных их ген-

дерной предрасположенности.

Часто такие люди считают себя трансвеститами и даже меняют пол. Однако это не плохо и нехорошо. Это просто факт. Своего рода данность, которую следует принять без осуждений. Ведь кем считать себя и как себя идентифицировать – выбор каждого человека. И ни один другой не вправе утверждать, что это неправильно.

Однако что происходит в мозге человека, когда он быстро переключается между множеством альтер эго? Вот что на эту тему пишет Элиэзер Штернберг в книге «Нейробиология»:

«Когда у испытуемых превалировала их нейтральная, обычная личность, активность их мозга была такой же, как при состоянии диссоциации. <...> Однако при переключении на мониторе отмечалась резкая активизация нескольких областей, в особенности миндалины, эмоционального центра. <...> Эмоциональная система мозга включалась в работу, когда травмированное «Я» вырывалось на свободу, но успокаивалась, когда на передний план выступало нейтральное «Я».

Из этого следует, что пациенты с диссоциативным расстройством идентичности в нейтральном состоянии ограждены от вредоносных эмоций и могут противостоять своему прошлому. Но стоит их защите ослабнуть, а травмированному «Я» вырваться на свободу, эмоциональная система делается уязвимой перед переживаниями прошлого.

Но ученые обнаружили ещё кое-что: оказывается, при пе-

реключения альтер эго ещё одна область мозга ведёт себя по-особому. Речь идёт о гиппокампе, центре эпизодической памяти (памяти о событиях жизни). Сигнал обнаруживался в разных частях гиппокампа – в зависимости от того, какая из личностей оказывалась на переднем плане, – как если бы у каждого альтер эго имелся доступ лишь к некоторым из воспоминаний. <...>

Эвелин [пациент], Фрэнни Ф., Сара и Кимми представлялись самостоятельными личностями, живущими в одном теле. Они отличались друг от друга не только особенностями поведения – им были доступны разные воспоминания. Кимми была ребёнком, который ещё только учился писать собственное имя, а Эвелин – взрослой женщиной. Одно из её альтер эго вырезало оскорбления у неё на коже, но Эвелин не могла вспомнить, кто это делал. Нам известно, что гиппокамп Эвелин никто на части не делил, что объяснило бы наличие своих воспоминаний у каждой из личностей. Единственным альтернативным объяснением служит то, что каждая из личностей обращалась к разным частям хранилища воспоминаний. Нейтральное «Я» Эвелин обладало доступом к обычным, безобидным воспоминаниям, но не к травмирующим. Альтер эго же просыпались, когда неактивные части гиппокампа (и других мозговых зон, находящихся на карантине) внезапно активировались – из-за стресса или других провоцирующих факторов. <...>

Когда мозг пытается поместить в карантин опасные

эмоции и воспоминания, часть «Я» уходит вместе с ними. Вот почему при диссоциации людей мучают неприятные ощущения. Подсознание отрывает от «Я» кусок, для того чтобы защитить большую часть личности. К счастью, этот кусок, как правило, очень мал. Возможно, именно поэтому альтер эго – это часто совсем юные, незрелые персонажи. Альтер эго Эвелин, Кимми и Саре, было по 4 и 10 лет соответственно. У них нет доступа к высокоуровневым когнитивным возможностям мозга или к мудрости, накопленной с годами».

Не менее удивительно и то, что разные альтер эго могут иметь различные физические способности. Например, видят хуже, чем другая личность или не могут пошевелить конечностью. Данный феномен был назван **конверсионным расстройством**. Своего рода это состояние, при котором психологический стресс проявляется через физические симптомы, маскируясь под неврологическое заболевание.

Проводя эксперимент, учёные из Лондона набрали пациентов, ослепших из-за конверсионного расстройства, а также волонтеров с неповреждённым зрением. Их задача состояла в том, чтобы сравнить мозговую активность членов обеих групп. Они хотели проверить, есть ли какие-нибудь существенные отличия в структуре их мозга. И на удивление всем – нашли.

Сравнивая членов контрольной группы и пациентов с конверсионной слепотой, они обнаружили повышенную

активность префронтальной коры и притупленную активность зрительной.

По их мнению, некие сильные процессы подавляли функционирование их зрительной системы. Самое интересное, что их глаза и зрительный канал не были повреждены. Однако сознание отказывалось воспринимать визуальную информацию. Говоря иначе, сам мозг блокировал зрение пациентов.

Вот, что об этом пишет Элизер Штернберг: *«Слепота Эвелин [пациента] была результатом конверсионного расстройства, вызванного многолетней эмоциональной травмой. Её множественные альтер эго возникли из-за того же жестокого обращения. При переключении между личностями менялась и острота зрения – в каждом случае она была своя: каждому эго – своё око. И гипноз обеспечил учёным доступ ко всем личностям. Он помог вызывать каждое „Я“, разрушить барьеры между ними и избавил Эвелин от её конверсионной слепоты».*

Стоит заметить, что конверсионное расстройство не работает в обратную сторону. То есть оно не может улучшить зрение. Говоря иначе, альтер эго и в частности тульпа, не может видеть лучше, чем на это способен сам глаз. То же относится и к физическим способностям. Тульпа не может бегать быстрее или поднимать тяжести, превышающие способности самого тела.

Однако при обмене телами, она может снять ментальные

ограничения внутри разума. Например, хост считает, что он не способен плавать под водой. Это его ментальный барьер (блок). Однако тульпа может и не иметь его. Поэтому при обмене телами, она способна к данному действию, в то время как её хост – нет. То же самое работает и в обратную сторону. Тульпа или иная мыслеформа может иметь эти ограничивающие установки. Тем не менее более подробно тему влияния тульпы на разум и психику человека, мы рассмотрим в последующих главах.

Резюме

1. **Альтернативная личность** (альтер эго или альтер; в переводе с лат. – «другое я») – реальная или придуманная личность, находящаяся в сознании человека. Эта личность может быть человеком, персонажем, героем, зверем или иной сущностью. Она имеет свои вкусы, мнение, разум, манеры, характер, образ, поведение и прочее.

2. Человека, сознательно создавшего альтер эго или приобретшего его «случайно» называют «**ключевой**» или «**корневой**» личностью.

3. Тульпу нельзя приписывать к виду ДРИ и шизофрении. Всё дело в том, что альтер эго появляется в результате сознательных усилий тульповода, а не само по себе, как в случае данных заболеваний. Это очень важная разница, которую необходимо иметь в виду.

4. **Конверсионное расстройство** – состояние, при котором психологический стресс проявляется через физические симптомы, маскируясь под неврологическое заболевание. К примеру, человек может ослепнуть в результате травмы психики, в то время как сам глазной не повреждён.

ГЛАВА 5

ЯВЛЕНИЕ
ВООБРАЖАЕМОГО
ДРУГА

Глава 5. Явление воображаемого друга

«Джесси всегда слышала голоса в голове. Она ни капельки не сомневалась, что такое бывает у всех, просто не все об этом говорят»

Стивен Кинг

Затрагивая тему альтер эго и тульповодства, нельзя пройти мимо явления воображаемых друзей. По разным данным, воображаемые друзья чаще всего появляются у детей от 2 до 5 лет. Однако бывают редкие случаи, когда они появляются у подростков после 12.

Сложно утверждать о точном соотношении воображаемых друзей. Сюзан Ньюман – доктор философии, психолог и автор книги о детской психологии, говорит следующее: *«Воображение детей начинает развиваться примерно в возрасте от 2,5 до 3 лет, знаменуя собой начало ролевой игры, и у 65% детей это происходит с появлением воображаемого друга или двух».*

По-другому явление воображаемых друзей называют **«синдромом Карлсона»**. Название синдрома возникло благодаря повести Астрид Линдгрэн «Малыш и Карлсон» о мальчике и воображаемом человечке, живущем на крыше.

Часто такой друг возникает сам по себе. То есть без сознательных усилий. Никто целенаправленно не создаёт форму, личность и линию поведения, что отличает простого воображаемого друга от тульпы.

Сам же товарищ не может возникнуть из ниоткуда. Должны иметься специальные обстоятельства, которые вынудят мозг включить механизм диссоциации. Как правило, это происходит по следующим причинам:

- нехватка впечатлений;
- нехватка внимания;
- потребность в защите;
- страх наказания;
- отсутствие реальных друзей;
- угнетение со стороны других людей;
- неграмотное (грубое, а иногда насильственное) воспитание.

Как уже отмечалось, иногда воображаемый друг может появиться у подростка и даже у взрослого человека. Чаще всего причина этому кроется в психическом потрясении. К примеру, из-за смерти близких людей, утраты чего-то ценного, насилия и т. д. В такой ситуации воображаемый друг помогает ребёнку прийти в себя после душевной травмы.

Как правило, разум не создаёт полноценное альтер эго как при расстройстве множественной личности. Он лишь синтезирует нечто на подобии мыслеформы с элементами лично-

сти. То есть производит тульпоподобную сущность, которая может проецироваться в виде аудиовизуальной галлюцинации.

При этом воображаемым другом может быть и физический объект, наделённый человеческими качествами. Например, плюшевая игрушка, кукла или иной предмет. В основном же они основаны на ком-то, кого ребёнок уже знает. Допустим, на персонаже из сборника рассказов или реальном образе другого человека.

При этом большинство детей осознают, что их воображаемые друзья ненастоящие. И рано или поздно наступает момент, когда воображаемый друг (или целая толпа друзей) уходит. Обычно это происходит тогда, когда ребёнок попадает в обширную социальную среду. Например, в школу, где заводит много настоящих друзей. Из-за этого, потребность в воображаемых исчезает вместе с ними.

Психологи впервые заинтересовались вымышленными приятелями в начале 19 века. Они считали, что это может быть признаком эмоциональной нестабильности или психологических проблем. Тем не менее они выясняли, что воображаемые друзья – признак положительного прогресса в развитии.

Исследования показали, что подростки, у которых есть выдуманные друзья, более социально осведомлены, чем дети, у которых их нет. К примеру, дети с воображаемым другом могут лучше поставить себя на место других людей, чем

сверстники, у которых его нет. Это означает, что они могут думать о том, как другие люди могут видеть мир. Что может помочь им в социальных ситуациях.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.