

Моделирование осознанного выбора реальности (на примере самовнушения).

1. Слово в защиту самовнушения.

Часто, когда хотят принизить какие-нибудь переживания, говорят: да ведь это все самовнушение! Дескать, оставь ты это, выкинь из головы, это все надуманные вещи, а не реальные! А раз не реальные, то и заниматься этим не стоит, потому что тут ничего невозможно доказать. Мысли и переживания – это дело чисто субъективное, это ведь не события какие-нибудь или дела, которые все видят.

Должен сказать, мне этот подход всегда не нравился. Я иначе понимаю реальность. – Для меня очевидно, что мысли и переживания оказывают влияние на нашу жизнь, а значит, они реальны. А раз реальны, то им должно найтись место в объективных научных описаниях мира. И мощное подкрепление своей позиции я нашел в многомировой концепции квантовой механики, которая провозглашает принципиально новые отношения между сознанием и действительностью. Сознание оказывается причастным к формированию даже той физической реальности, которая всегда представлялась нам объективной.

Здесь мы поведем речь о самовнушении в контексте многомировой концепции. Психологи и психотерапевты давно осознали огромную действенность самовнушения и активно применяют его в своей практике. Но создать теорию самовнушения, да и в целом – теорию личности, узкими средствами своих дисциплин они, как я понял, не могут. Убежден, что огромную помощь в этом им может оказать квантовомеханическая концепция многомирия. Но, для начала, немного об истоках научного многомирия и тех аспектах концепции, которые будут нам полезны.

Научное рассмотрение системы многомирия стало возможно после появления 54 года тому назад статьи американского физика Хью Эверетта «Формулировка квантовой механики через «соотнесённые состояния» [1]. Эта статья подвела базу физической теории под неясные поэтические догадки о «параллельных мирах», существовавшие на всем протяжении истории. Мироздание после этого может обоснованно пониматься как система, состоящая из огромного множества миров, в которой реальны все возможные варианты всех событий.

Какая же связь может быть установлена между физической теорией и таким феноменом сознания, каким является самовнушение? Перекинуть мостик между ними позволяет расширенная трактовка концепции Эверетта, предложенная российским ученым М.Б. Менским (Расширенная концепция Эверетта-Менского – РКЭМ). Согласно этой трактовке, механизмом, выявляющим реальность в виде единственного, привычного для нас мира, является сознание [2].

Дело в том, что, согласно квантовой теории, в отсутствие наблюдателя, все варианты

квантового события существуют совместно, в неразделённом состоянии, которое называется суперпозицией. Только при наблюдении выделяется один единственный вариант события, вернее, тот, который мы воспринимаем, как единственно реальный. До появления концепции Эверетта господствовал постулат Бора о том, что все остальные варианты, как бы, мгновенно схлопываются (коллапсируют). То есть, они представляют собой всего лишь потенциальность, которая не реализуется.

Но все варианты квантового события совершенно равноправно описываются в квантовой механике, т.е. они входят в волновое уравнение взаимодействия как действительные. Поэтому смысловому коллапсу (исчезновению) нереализованных состояний должно соответствовать реальное физическое событие с передачей и преобразованием информации. Причем, событие мгновенное, что совершенно невозможно с точки зрения уважаемой теории относительности.

Кроме того, здесь заключен логический разрыв, разъединяющий линейные описания квантовой теории и классической физической теории. Математически разрыв этот выражается в том, что до наблюдения состояние частиц описывается линейным волновым уравнением, а после наблюдения ему соответствует матричное описание. А это логически должно означать, что описываются разные системы, а не одна и та же система в разных состояниях. Однако гипотеза Бора три десятилетия до появления статьи Эверетта считалась правильной, да многие и сейчас в ней не сомневаются. И, в общем, это нормально, потому что она подтверждается при расчете квантовых явлений. И Эверетт вовсе не собирался перечеркивать её, он просто предложил описание на другом уровне, более точном и корректном с точки зрения теории.

Его описание приводит нас к тому, что все варианты события являются реальными, но выявляются они в разных мирах. И согласно РКЭМ, выявление осознаваемой реальности обусловлено нашими поступками, мыслями и чувствами [2]. Это то, что касается сознаваемой людьми действительности, но кроме этого ведь имеется т.н. «объективная реальность» окружающего нас материального мира, независимая от человеческого восприятия. В моей трактовке, принцип её выявления тот же самый, просто тут мы имеем дело с другими деятелями, независимыми, т.е. внешними, по отношению к человеческой психике. Это обусловлено тем, что не только люди являются деятелями. Но о других видах деятелей мы сейчас говорить не будем, поскольку выбрали тему из области человеческой психологии.

Подчёркиваю, что сознание человека не создаёт никакой новой реальности, оно просто является **механизмом избирательности**, благодаря которому мы реагируем на некоторые, определённые, параметры универсальной реальности (всеобщей квантовой суперпозиции). Благодаря этому взаимодействию с окружающей действительностью у нас складывается классическая картина мира, в котором мы пребываем. По-моему, этот постулат абсолютно логичен и естественен, ведь никому не придёт в голову утверждать, что всё сущее исчерпывается ощущаемой и сознаваемой нами реальностью. Море неизвестного объемлет нас. Ведь всё развитие науки как раз и обусловлено стремлением к расширению человеческого восприятия и понимания действительности.

Итак, в каждом такте осознания происходит выбор новой реальности, что, вероятно, трудно понять неподготовленному человеку. Как, например, можно конкретно представить себе взаимодействие, каждый этап которого происходит в другом пространстве-времени? На первый взгляд, это противоречит совершенно очевидному факту – тому, что все мы живем в едином мире. Мы видим друг друга, общаемся, ощущаем друг друга. Если и существует для каждого взаимодействия какой-то уникальный аспект, то это, согласно привычной трактовке, аспект субъективный, т.е. факт «внутреннего мира человека». Теория же может строиться только на объективных фактах и прогнозируемых ситуациях. Данная статья и является попыткой перевести смысловые психические факторы в разряд относительно объективных.

Для начала, тут надо сделать одну оговорку. – Пространство-время каждого взаимодействия является характерным и совершенно уникальным в силу *многомерности наших взаимодействий*. – Мы ведь взаимодействуем не только в четырех физических измерениях, но и в огромном количестве «скрытых» измерений, которые выступают для нас как смысловые. То есть, здесь предлагается геометризованная модель, где взаимодействия человека с окружающим миром происходят не только в чувственно воспринимаемых нами измерениях, но и во многих других, которые осознаются нами опосредствовано¹.

В четырёх измерениях физически функционируют наши чувственные рецепторы. Но ощущаемая составляющая взаимодействий далеко не исчерпывает их сути и смысла. Вот простой пример. Мы читаем книгу писателя, ну, допустим, Достоевского. Он уже давно умер, а мысли его, выраженные печатными строчками, воздействуют на наше сознание сейчас, причём, довольно сильно. Благодаря чтению складываются новые контексты осознания, другое понимание жизни и в какой-то мере изменяется наше поведение. То есть, Достоевский совершенно очевидно воздействует на меня, хотя это воздействие и невозможно свести к физическому влиянию. Если рассматривать это с чисто физических позиций, то мы столкнемся с нарушением причинности.

Посредством введения смысловых измерений может быть построена семантическая модель нашего взаимодействия учитывающая нефизические факторы, которые компенсируют кажущееся нарушение физической причинности. Количество смысловых измерений взаимодействия, свойственное сознательным деятелям невероятно огромно. Речь идет о том, что каждому психологическому параметру, каждому ощущению и нюансу общения или понимания соответствует особое, разворачиваемое данным деятелем измерение. И при этом все мы неизменно находимся в одних и тех же трех пространственных и одном временном измерениях. Огромное количество смысловых измерений биологического и психологического уровней, развертываемых нами при взаимодействиях, не фиксируется регистрирующими приборами. Как же, вообще доказать реальность этих измерений? Довольно подробно этот вопрос рассмотрен в моих предыдущих статьях [3,4]. Здесь же приведу только краткое объяснение.

Дело в том, что каждая точка физической действительности, объединяющей нас, соответствует расходящемуся вееру вариантов поведения и сознательных оценок. Причем, подавляющее число таких вариантов не может быть объяснено физическими причинами (например, разницей в нашем росте и весе, разной чувствительностью рецепторов и др.). Огромное количество альтернатив событий обусловлено присущими нам особенностями поведения или оценками по абстрактным понятиям, например, с позиции добра и зла, совести, любви и т.д. Обобщенно можно сказать, что биологические и психические процессы не редуцируются к физическому описанию.

Итак, что же такое самовнушение с позиций многомировой концепции? Конечно же, с точки зрения РКЭМ, это своеобразный, специфический выбор реальности сознанием. Подчеркну, что речь идет и о физической реальности тоже, потому что каждому такту или шагу работы сознания соответствует особый квант взаимодействия, выявляющий каждый раз новое многомерное пространство-время в масштабе Вселенной [5]. Причина физичности этого выбора в том, что все измерения взаимодействий деятелей взаимосвязаны. Поэтому и смыслы взаимодействий реально определяют материальный контекст бытия. Убедиться в этом не сложно, если задуматься о том, как наш сознательный выбор определяет события и материальный облик нашей жизни. Посмотрим, что же особенного, какая специфика

¹ Это не произвольное допущение, а обобщение, вытекающее из современной методологии науки. Современная наука, в большой мере исследует явления и параметры, недоступные для нашего чувственного восприятия, но, тем не менее, реальные.

присутствует в самовнушении.

- Во-первых, нужно заметить, что в основе самовнушения лежит циклический характер функционирования психики. Если какая-то тема или переживание являются важными для нас, то мы постоянно возвращаемся к ней в наших мыслях. Это соответствует, устойчивому выбору некоторой характерной реальности.
- Во-вторых, реальность самовнушения является индивидуальной и самобытной, она не тривиальна и не очевидна для окружающих людей.
- В-третьих, несмотря на всю свою оригинальность, мир самовнушения не является совершенно абстрактным, он укоренен в реальной сфере жизненных интересов человека.
- В-четвёртых, реальность, выбираемая самовнушением, имеет яркую эмоциональную насыщенность.

Попробую пояснить эти особенности самовнушения в контексте многомировой концепции:

- 1) Циклический характер функционирования психики является проявлением многомирового бытия сознания. Все, вообще, циклические процессы являются отражением многомирия в нашей жизни. В том числе, и психические. Об этом я писал в своих работах [3,6]. ***Цикличность выбора одной и той же реальности связана с наличием постоянного фактора ветвления***, который оценивается нами как важный для существования. То есть самовнушение связано с неким неизменно влиятельным фактором психики (например, шкалой нравственных ценностей) с одной стороны, а с другой – с длительным диссонансом внешних обстоятельств.
- 2) Самобытность самовнушения это естественное следствие духовной самобытности каждого индивидуума. Сущность самобытности проясняется, если развернуть предыдущий пункт. Действительно, каждому человеку свойственно своё, индивидуальное видение мира и оценка происходящих событий. Это связано как с индивидуальными свойствами психики, так и с предысторией жизни человека, с памятью, образованием, влиянием внешних условий. ***Каждый человек живёт в своём, особом мире воспринимаемой им действительности (POP), который лишь частично пересекается с мирами других людей*** [7].
- 3) Связанность самовнушения с реалиями бытия обусловлена тем, что каждый человек реализуется в относительно объективном коридоре существования человечества. Дело в том, что реальность нашей ***антропной*** вселенной выявляется из всеобщей суперпозиции на всех масштабах бытия. Назову такие, очевидные для меня, уровни формирования воспринимаемой нами реальности, которые предшествуют личному осознанию: мир элементарных частиц, мир атомов вещества, мир объединений атомов, создающий окружающие нас формы макромира, мир биологический, представляющий собой сложную иерархию. Все эти предшествующие осознанию уровни многомирия являются относительно объективными для человека, поскольку мало от него зависят. На психическом уровне картина мира формируется многими этажами восприятия, переработки и осмысления информации, причём многие из них определяются внешней обстановкой. То есть ***у всех людей есть обширное поле совместной, относительно объективной реальности***.
- 4) Яркая эмоциональная насыщенность самовнушения говорит о важной роли соответствующего ему анклава миров в жизни данного индивидуума. Эмоции означают высокую значимость каких-то факторов, лиц или обстоятельств в жизни человека. Эмоции, по-моему, буквально означают ***энергонасыщенность*** определённых духовных взаимодействий в человеческом бытии².

Не хотелось бы, чтобы читатель понял меня так, будто я оправдываю любое самовнушение.

2 О многомировом понимании энергии смотри в моих работах [8].

Разумеется, самовнушение может быть и болезненным и вредным и ложным. Ведь это, по сути, просто устойчивый выбор определённой реальности, а она далеко не всегда является позитивной. Во благо или во вред происходит самовнушение, зависит от того, на какой реальности Вы циклитесь. Самовнушение направлено на выбор пути развития, оно определяет устремлённость на решение важных и актуальных для нашего личного существования проблем. Здесь многое зависит от системы координат, в которой происходит выбор, от шкалы ценностей данного человека. В зависимости от этого, сам выбор может быть как спасительным, так и разрушительным.

2. Простейшая модель выбора осознанной реальности.

Мне уже доводилось прежде писать о многомировой модели личности [9]. Здесь я продолжу это построение в контексте развития моих представлений. Итак, за основу прежней модели была принята модель личности К.Г. Юнга [10]. Не по форме, но, по сути. Она, в общем, представляет собой тёмную сферу, изображающую бессознательное. Светлые области на сфере и внутри неё ассоциируются с сознанием. Описание многомировой личности, которое я строил на этой базе [9], безусловно, не является исчерпывающим. Эта модель представляет собой как бы фотографию многомирового существования личности (мультивидуума), на некотором отрезке времени. При этом качественные состояния личности представляются в ней буквально параллельными³, что сейчас мне не представляется удачным. Чтобы читатель понял, о чём идёт речь, приведу обширную цитату из своей статьи [9]:

Тёмная сфера рассечена на сегменты-слои полупрозрачными плоскостями, которые обозначают границы материальной реальности каждой дифференциальной личности⁴. Толщина этих слоёв характеризует опорные для каждого варианта сознания ансамбли материальных миров. На каждом из сегментов имеется светлая точка, олицетворяющая сознание. Многие из светящихся точек соединены между собой светлыми линиями трасс. Светлые линии изображают склейки⁵, происходящие в ходе сознательной деятельности между дифференциальными личностями. Количество и набор соединений для каждой точки различны. Очевидно, чем больше количество соединений, тем больше масштаб склеек, производимых сознанием и тем богаче духовный мир соответствующей дифференциальной личности.

Однако если присмотреться к сфере, на ней можно обнаружить множество тёмных точек, соответствующих бессознательным комплексам личности. И они также соединяются между собой густой паутиной теневого склеек. Но не только между собой. Многие теновые склейки тянутся к светлым точкам сознания, ведь комплексы, безусловно, влияют на сознательный облик дифференциальных личностей. Вот какой сложной получилась модель интегральной личности в многомирии. Однако эта модель соответствует статике, а динамическая картина будет ещё сложнее.

В развитие описанного, ниже представлена модель единичного выбора в акте осознания разумно осознаваемой реальности.

³ В ходе последующей разработки модели я пришёл к выводу, что разные качественные срезы личной реальности правильнее изображать под углом друг к другу.

⁴ Под дифференциальной личностью здесь понимается актуальная личность, выявляемая в каждом акте осознания реальности.

⁵ О склейках в многомирии смотри [7]

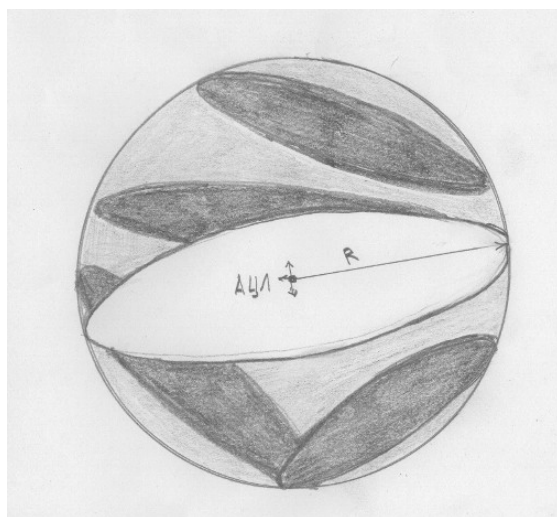


Рис.1 Простейшая модель выявления элемента разумно осознанной реальности (РОР)

Итак, каждый акт сознания соответствует особому выявлению личности с центром, имеющим качественные координаты, адекватные её состоянию и текущему моменту отношений с окружающей средой. На рисунке он обозначен, как актуальный центр личности (АЦЛ). Сознательная область может быть изображена светлой плоскостью, проходящей через центр сферы. Принципу свободы воли соответствует большое число вариантов выбора сознательной реальности. То есть, в суперпозиции возможных актуальных состояний сознания существует, как бы, набор радиальных плоскостей, проходящих под разными углами через актуальный центр личности. Все остальные плоскости, содержащиеся в сфере личности и не проходящие через центр, являют собой актуальные содержания бессознательного, причастные к данной реальности (тёмные плоскости).

Предложенная модель позволяет изобразить такие довольно трудно формализуемые понятия, как *похожесть* и *актуальность* бессознательных реализаций. Так тёмные плоскости бессознательных реализаций, расположенные вблизи (и тем более, параллельно) по отношению к светлой плоскости осознаваемой реальности являются *сходными* с ней. Те же плоскости, которые расположены поодаль и под углом – далеки по смыслу от сознательной реальности. Актуальность же, т.е. значимость для данной РОР бессознательных составляющих реальности может изображаться глубиной тёмной окраски соответствующих плоскостей. Поэтому, более точной была бы модель, где бессознательные составляющие выбора были бы раскрашены в разные тона. Таким образом, могут интегрально оцениваться качественные составляющие РОР, без детального учёта их параметров.

Изображённая модель является приблизительной, поскольку представление о степени участия подсознательных реализаций в формировании РОР является условным. В качестве аналога можно привести пример участия гармонических составляющих в формировании некоей сложной функции. Также, условным является и представление о границах личности. Теоретически, личность границ не имеет, поскольку в сферу бессознательного входит вся информация Мироздания⁶. Граница личности тоже очерчивается условно (количественно) по степени включённости бессознательного в её функционирование. Поэтому для корректности модели границы сферы должны изображаться размытыми, а внутренний объём закрашивается в серый цвет. Это означает, что теоретически, при формировании даже простейшей РОР, предполагается участие неограниченного числа бессознательных компонентов.

⁶ Личность через бессознательную сферу включена в систему всеединства, где всё связано со всем.

Вероятно, у многих читателей остаются вопросы по поводу того, что же такое элементарная POP, т.е., какое конкретное приложение имеет данная модель? Может сложиться впечатление, что это всё чистая абстракция, оторванная от жизни. А между тем, *элементарная POP – это образ*. Это слово, или часть его, несущая смысловую нагрузку, это простейшие, но уже распознаваемые сознанием (контролирующим центром) зрительные или слуховые образы. Это элементарные образы памяти, тончайшие духовные ощущения. И так далее: всё что находится (или может находиться – для бессознательного) на пороге чувствительности контролирующего центра и участвует в формировании более сложных и обобщённых образов.

3. Упрощённая графическая модель самовнушения.

Представленная модель единичного выбора POP может служить отправной точкой для последующих моделей. На мой взгляд, это полезно для наглядного представления о работе психики и понимания механизма многомирового выбора. Вероятно, можно было бы использовать для этого приблизительную статистическую методику. Для того чтобы создать, например, модель самовнушения, нужно научиться различать логически связанные сознательные реальности, соответствующие тем или иным образам психического цикла и участвующие в формировании этих образов актуальные содержания бессознательной сферы. Это очень трудная экспериментальная работа и кропотливый набор статистики, необходимой для формирования модели. Кроме того, трудно сделать такую модель более или менее объективной, поскольку выбор исходной позиции и критериев оценки в большой мере субъективен.

Возможно, помощь в создании модели может оказать математика через нахождение математических понятий, более или менее адекватно описывающих отношения приведённых в модели объектов⁷. Самовнушение не случайно выбрано мной для моделирования реальности психических процессов. Дело в том, что цикличность, т.е. регулярность процесса, является важной предпосылкой для его успешного изучения, поскольку позволяет создать о нём обобщённое представление. Построить модель однонаправленного процесса значительно труднее. Ниже предлагается геометрическая модель, позволяющая формализовать довольно сложные понятия и достаточно, на мой взгляд, объективная. Но, перейдём к конкретике.

Трудно представить, что человеческая психика циклится на каком-то элементарном образе. Несомненно, образы самовнушения являются сложными, т.е. они имеют более крупный масштаб. Кроме того, цикл предполагает наличие хотя бы простейшей логической цепочки выбора. Значительно упрощает создание модели тот факт, что *принцип выбора является универсальным для всех масштабов формирования POP*. Источником этой универсальности является принцип выбора классической реальности для деятелей всех уровней: *Суть выбора состоит в том, что квантовая суперпозиция переходит в классическую*. Поэтому, для построения модели психических процессов можно смело переходить от элементарного моделирования к более крупномасштабным составляющим (образам) процесса.

Исходя из вышесказанного, модель крупномасштабного циклического процесса, каковым является самовнушение, не должна принципиально отличаться от модели элементарного выбора. Просто в этой модели будет последовательно складываться несколько (не менее двух) групп выбранных реальностей. Для меня несомненно также, что характерной особенностью модели самовнушения будет интерференционная картина. Это вытекает из

⁷ Например: геометризация для показа качественных характеристик реальностей и разложение на гармонические ряды для выявления их количественных характеристик.

постулата, принятого в [6] о том, что регулярные факторы ветвления порождают волновые эффекты в воспринимаемой нами действительности. Исходя из указанных выше принципов, я и попытался построить упрощённую модель самовнушения, для цепочки из двух логически связанных образов достаточно крупного масштаба, представленную ниже.

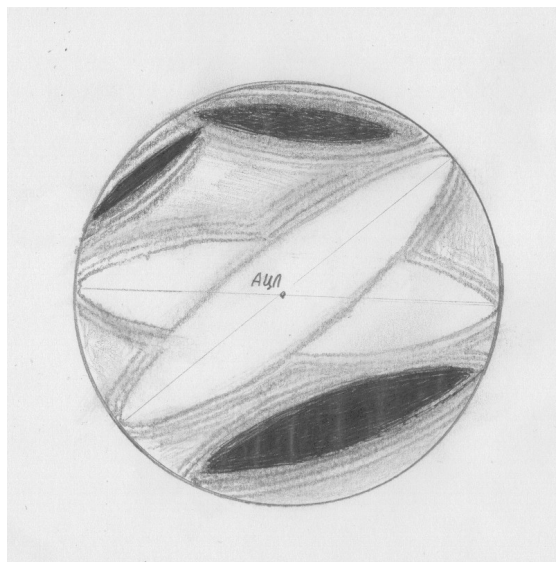


Рис.2 Простейшая модель РОР самовнушения на базе двух логически связанных образов.

Что можно сказать об этой модели? – Поскольку в цикле данного самовнушения участвуют два логически связанных образа, то на модели представлены две реальности сознания (светлые радиальные диски) и сопутствующие им значимые выборы из бессознательной сферы (тёмные диски). Они все логически склеены в контексте цикла, поэтому, вследствие многократного наложения находятся, как бы, в состоянии классической суперпозиции. В связи с этим глубина тона для дисков в данной модели интенсивнее, чем для модели единичного выбора. Естественная при циклическом выборе флуктуация параметров создаёт картину интерференции при наложении циклов.

Интересно проследить на основе этой модели картину возрастания масштаба цикла самовнушения. При этом будет удлиняться логическая цепочка выбираемых РОР, входящих в цикл, и увеличиваться время цикла. На модели при этом возрастает число склеивающихся в контексте цикла осознанных и бессознательных составляющих (светлых и тёмных дисков). Взятые вместе, все эти факторы являют для нас картину возрастания масштаба психического процесса. А возрастание масштаба неизбежно связано с изменением самого характера процесса, его качественных характеристик и целеполагания. Это утверждение требует некоторого пояснения.

Мелкомасштабным психическим процессам соответствуют оперативные реакции на изменения окружающей среды и обстановки. Здесь от скорости реагирования и осмысления зависит адекватность состояния индивида и, в конечном счёте, успешность выживания. Очевидно, что анализ и синтез абстрактных понятий и творчество тяготеют к возрастанию масштаба квантования действительности. Такие крупномасштабные психические процессы активируют огромное количество ассоциативных связей и большие объёмы памяти. Если такие процессы цикличны, то меняется весь характер человека. Он теряет внешнюю суетную активность, но зато исполняется спокойствия, духовности и какой-то внутренней устойчивости. Такой человек осознаёт свои духовные цели в жизни и выбирает правильный путь для их достижения.

По сути, речь здесь идёт об индивидуации личности. Всякая личность стремится к индивидуации, т.е. к установлению оптимальной для неё системы ценностей, обретению устойчивости и стабильному развитию. На пути к индивидуации система личности остаётся неустойчивой в силу проявляющихся противоречий между объединёнными в ней комплексами и контролирующим центром. Как правило, индивидуация достигается за несколько этапов, которые характеризуют различные этапы жизни человека. Когда я говорил о том, что самовнушение – это выбор пути, то в позитивном аспекте, представлял себе путь к индивидуации. Собственно, такая мысль не нова, об этом писал ещё знаменитый французский психотерапевт Эмиль Куэ [11].

Индивидуация личности соответствует окончательному завершению строительства пирамиды личности и оформлению её иерархии. Этому этапу соответствует окончательный выбор системы ценностей, как образца или идеального проекта личности. Человек, достигший индивидуации, становится намного стабильней и устойчивей в поведении. Его деятельность характеризует наибольшая эффективность и продуктивность. Вывести личность из устойчивого состояния после индивидуации может только очень сильное потрясение. На пути к индивидуации ресурсы личности используются в возрастающей степени. Это соответствует увеличению на модели самовнушения числа элементов цикла.

Самовнушение в ходе индивидуации имеет открытый характер. Имеется в виду тенденция к возрастанию числа элементов сознательной и бессознательной сферы, участвующих в активной деятельности. Именно поэтому в ходе индивидуации наблюдается расцвет творчества, раскованность и полная реализация всех потенциальных возможностей человека. То есть составляющие личность элементы в процессе индивидуации получают наибольшую свободу, а их деятельность становится согласованной и продуктивной. Таким образом, позитивное самовнушение, направленное на индивидуацию, представляет собой неограниченный творческий процесс, захватывающий и активизирующий весь мультивидуум.

Апрель 2010 - май 2011. Нюрнберг.

Список использованных источников.

1. Эверетт Х. Формулировка квантовой механики через соотнесённые состояния. Перевод Ю.А. Лебедева. <http://www.everettica.org/art/Ever2.pdf>
2. Менский М.Б. Странности квантового мира и тайна сознания. <http://fiz.1september.ru/2006/10/14.htm>
3. Костерин А.М. Снова о масштабах квантования мультиверса. <http://www.everettica.org/art/Kost071210.pdf>
4. Костерин А.М. Смысловые измерения в различных масштабах. <http://www.everettica.org/art/100311.pdf>
5. Костерин А.М. Место и время встречи изменить нельзя. <http://www.everettica.org/article.php3?ind=225>
6. Костерин А.М. Попытка понимания квантовой механики. Первая попытка. <http://www.everettica.org/art/ПКМ1.pdf>
7. Лебедев Ю.А. Эвереттическая аксиоматика. Москва. Фирма «ЛеЖе» 2009г.
8. Костерин А.М. Попытка понимания квантовой механики. Вторая попытка. <http://www.everettica.org/art/ПКМ2.pdf>
9. Костерин А.М. Личность в многомирии. <http://www.everettica.org/article.php3?ind=12>

10. Юнг К.Г. Аналитическая психология. СПб., 1994. С. 30-38.

11. Куэ Эмиль. Сознательное самовнушение.

<http://www.mylifefnavigator.com/profiles/blogs/emil-kue-soznatelnoe>

Поступила 20.05.2011 г.