

Этот текст - для людей, которых внутренний Зов влечет к развитию своей осознанности.

Многие стремятся к осознанной жизни. На осознанность есть очевидный запрос. Проводятся семинары, ретриты, посвященные практикам осознанности. Идут споры о критериях осознанности. Предлагаются упражнения для развития осознанности. Многие говорят, что осознанно жить - это искусство. Есть мнение, что осознанность - это состояние ума и этому нужно учиться. Обучение осознанности уже стало для некоторых лекторов бизнесом.

Цель данной полемической статьи - ответить на главные, по моему мнению, вопросы в контексте темы “осознанность” - каково содержание этого понятия, на чем базируется состояние осознанности, что это состояние дает человеку (и что забирает также!), и, главное, как достичь осознанности?



1. Что такое “осознанность”?

Это, на мой взгляд, не только и не столько состояние ума. Хотя “игры нашего разума” могут заводить нас в самые причудливые лабиринты. Коррекция,

усмирение ума важно, но является промежуточным этапом на пути к осознанности.

Осознанность – это не ментальная категория.

Это – качество Бытия конкретного человека, которое проявляется не только через понимание “осознанным человеком” основных законов и принципов жизни. Главное и самое сложное, чтобы этот человек следовал в своей жизненной практике основным принципам, правилам, которые он проповедует. Расхождение между смыслами проповедей и реальным образом жизни – к сожалению, часто встречаются у тех, кто своим коньком сделал тему осознанности...



2. Зачем “осознанность”?

Бытует мнение, что осознанность – путь к счастью.

Это не совсем так.

Во-первых, счастье – это состояние временное, эмоциональное. Осознанность – проявление качества жизни в любой момент конкретного периода жизни.

Во-вторых, осознанность ведет к выходу из матричных социумных убеждений,

а значит, де-факто, к выделению себя из социума как самодостаточной мыслящей единицы Бытия.

А это почти всегда ведет к тому, что образ жизни, поступки, правила осознанного человека начинают восприниматься большинством как бунтарские, незаконные. А это, в свою очередь, – прямой путь к конфликтам с близкими, начинающими считать, что осознанный ушел с “праведной дороги”, стал “не нашим” и т.п. А там, где конфликт, там – негативные эмоции, переживания не-счастий.

Осознанность – это дорога не к счастью, а к Бытию.

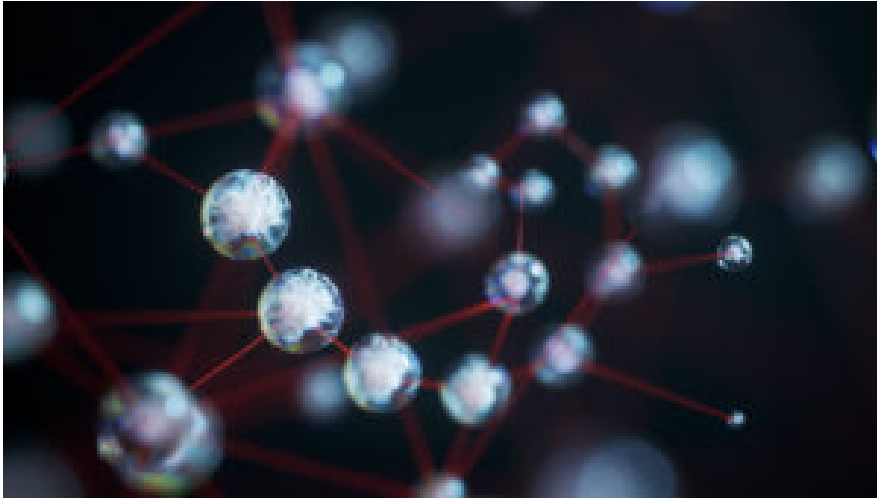
Осознанный человек – это, прежде всего, человек, понимающий свое предназначение, свою жизненную миссию и следующий своему Пути. А будет счастье, или не будет оно на пути к Себе – это второй по значимости вопрос. Когда-то будет, когда-то нет...

Именно поэтому на пути к осознанности я предлагаю своим клиентам первоначально узнать, какова их [жизненная миссия](#).

Для осознанного человека самое ценное – это сам процесс жизни. И он осознанно подходит к наполнению своей жизни делами, которые дают ему смысл бытия.

А уже этот фактор осознанности своего предназначения дает глубокое удовлетворение от процесса жизни даже тогда, когда обстоятельства – не самые радостные.

Кстати, гормонально именно осмысленная жизнь по своему предназначению дает самые глубокие и длительные переживания позитивных эмоций. Поэтому осознанность нужна для оптимистического ощущения жизни. Это ощущение глубже, значимее, кайфовее, чем ощущения мимолетного счастья без осознания своего предназначения.



3. С чего начинается путь к осознанности?

Но, на мой взгляд, критически важно, чтобы Путь к осознанности в повседневной жизни начинался и неразрывно шел с осознания ключевых характеристик мира, в котором мы реализуем свой поиск осознанности.

Понимание архитектуры и базовых принципов мироздания дает верный контекст нашим поискам осознанности и обеспечивает шансы прийти в этих поисках к ответам, которые в итоге могут стать основой для гармонизации жизни. Потому что гармония возникает как следствие синхронизации подсистемы (человека) с системой (Мирозданием)...

Человек – Микрокосм.

Познав Космос, Макрокосм, познаешь и себя, свой путь к осознанности, смысл осознанности, его задачи и последствия для конкретного человека.

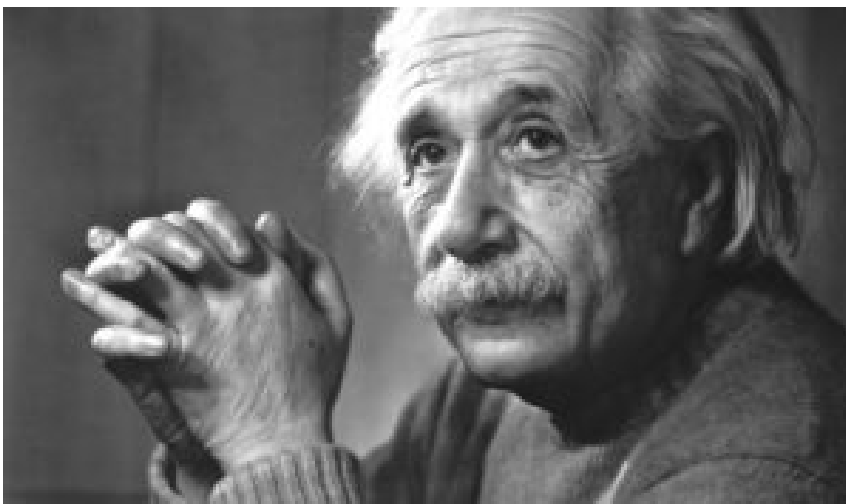
Каков принцип устройства мироздания?

Согласитесь, что этот вопрос – самый важный и сложный для осознания, понимания, столь он широк и глубок.

Да, никто не знает, как устроен мир **во всех деталях и алгоритмах**. Мы всегда будем **на пути** к пониманию мира, без возможности получить окончательное знание, потому что сам мир в постоянном изменении и творческом пути саморазвития.

Сложность мира – динамическая. Более того, мир с каждым эволюционным шагом мир меняет парадигму, выходит на принципиально иной уровень сложности.

Поэтому Эйнштейн подчеркивал: нельзя решить проблему на том уровне сознания, на котором она возникла. Нужно сформировать сознание более высокого порядка, чтобы понять проблему, которая относится к прошлому. Система сама себя познать не может.



Как-то я прочитал сравнение сути нелинейного мира в метафоре, которая мне пришлась по душе: мир – это коридор, по которому вы идете. Вам хочется, чтобы ваш путь был предсказуем и понятен. Вы ориентируетесь в продвижении по коридору на предыдущий опыт прохождения коридора.

Но... Представьте, что с каждый вашим шагом в коридоре меняется сам коридор!

Именно таков наш мир и мы сами в этом мире – также “коридор”, который меняется парадоксально для нас самих с каждым нашим шагом.

Но изменения все же имеют алгоритм.

Развитие циклично и по завершении цикла меняются принципы, “змея кусает свой хвост”. Все как бы переворачивается с головы на ноги. То, что в начале цикла было “правдой”, в конце становится “ложью” в сознании людей.

Развитие идет прыжками, а не плавными линиями.

Поэтому мы всегда, изучая прошлое ради понимания настоящего, имеем шанс обманываться. Знание прошлых наших “граблей” не всегда предостережет от “граблей” в будущем.

Будущее всегда будет принципиально иным. И поэтому история, как известно, “ничему не учит”. Поэтому же на пути к осознанному восприятию мира нам важно принять аксиому, что понять мир в его конечной изменчивой сложности, основываясь на нашей надежде иметь некую “конечную” картину мира, невозможно в принципе.

Но, с другой стороны, знание непредсказуемости мира – это также знание. И очень важное.

Означает ли это, что и осознанность как задача саморазвития не осуществима?

Нет, не означает, поскольку принцип, алгоритм есть и у сложности мира. Даже у хаоса есть закономерности, повторяемости (аттракторы), которые можно изучать и принимать как руководство для себя в повседневности. В мире всегда были великие Учителя, достигшие высочайшего уровня понимания алгоритмов и смысла жизни.



Что дает конкретному “земному” человеку понимание смысла и последствий для его жизни динамической сложности мира как естественного состояния любой сложной системы?

Если мир динамически бесконечно сложен, то так же сложен и каждый человек, любой фрагмент Бытия. А раз так, то и требовать от человека или фрагмента Бытия “простоты”, понятности, завершенности – против природы мира.

Это дает осознанному человеку спокойствие в восприятии “несовершенной” и часто “трагической” действительности. Я специально поставил кавычки в определении этих понятий, поскольку сложность и трагизм в оценке конкретных явлений и перепетий жизни – это следствие сравнения их с шаблонами, принятыми в социуме. А это – в разрез с базовым принципом Бытия.

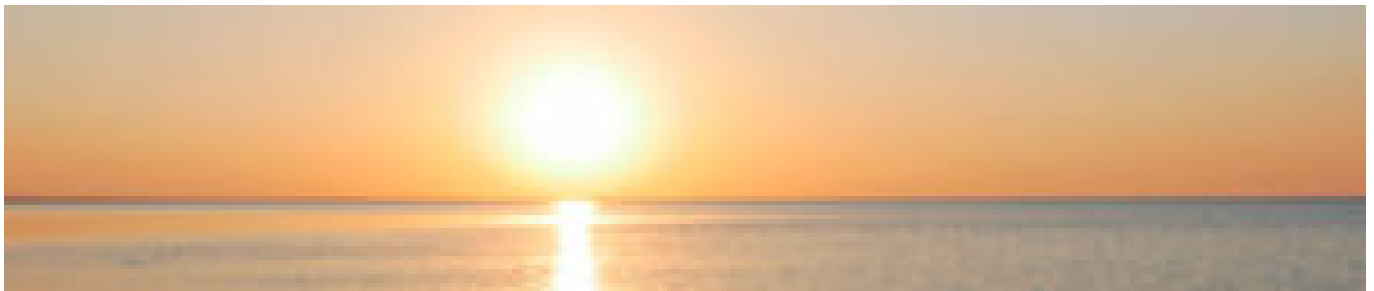
Когда человек принимает как естественность бесконечную сложность мира, у него снимается требование совершенности к близким, к себе, к любому моменту жизни. Совершенным становится несовершенное, реальное. Это

мироощущение дает удовлетворенность от Бытия в любой его ипостаси, и в бурю, и в штиль, от присутствия рядом “несовершенного” партнера, “несовершенной” работы, Родины.

Всего.

Мы путем осознанности приходим к радости от принятия “несовершенства” как естественного состояния, и потому становимся менее придирчивы к близким и партнерам, добрее, лояльнее, учимся быть неконфликтными внутри себя. Мы уже не ожидаем наступления какого-то “совершенного” мира (партнера, например), а радуемся процессу жизни как высшей ценности.

Поэтому осознанность все же ведет к счастью, но особого, “процессного” рода.



4. Какова структура мира?

Главное в глубинном понимании мира, осознания себя – понимание структуры и мира, и себя соответственно.

Ключевые принципы, структура нелинейного мироздания осознаны и современной космогонией, квантовой наукой, и мистическими учениями (буддизм, тантра, каббала, веды, суфизм и т.д.).

Ключевые положения этого понимания следующие.

Материальный мир, видимый нами и ощущаемый нашими весьма несовершенными органами чувств – это производное энергоинформационному (духовному). Общность эзотерического и научного понимания мироздания наиболее ярко, по моему, высказал, Нильс Бор, пионер современной квантовой физики. Он назвал структуру мира “Божественной матрицей”.

Но я бы не употреблял духовное, энергоинформационное начало как первичное, поскольку мир вечен и нет момента, когда существовала только “духовность”, а материальное отсутствовало. Духовность – это метафорически “проект”, материальное – “здание”. В каком-то фрагменте мира на первый план выходила духовная первооснова, в каком-то – материальное.

Если где-то что-то “рождается”, то где-то “умирает”. Закон сохранения Энергии.

Нетленная, «дышащая» первооснова и первопричина мира – Свет (Бог), энергия-информация, вместилище прошлого-будущего-настоящего как единого массива Знания.

«Мысль материальна» в том смысле, что именно духовная первооснова порождает материальную производную мира. Но процесс идет и в обратном направлении: материальное определяет духовное (“в здоровом теле – здоровый дух”).

Сознание, как говорят многие ведущие биологи мозга, не локализовано в одном месте, мозге или еще где-либо и не умирает после смерти физического тела. Сознание человека – часть общего Со-Знания.

И осознание этого факта – первичная задача всех практик, ведущих к осознанности.

Буддизм говорит, что материальный мир – это иллюзия, ведическая наука – майя (т.е. также иллюзия) не в том смысле, что материальный мир не существует, а в том, что он связан с Космическим сознанием и является в конкретных проявлениях для конкретного человека производным качеством его личного сознания.

Материальный мир – субъективность в нашем восприятии, зависит от наших фильтров и наших состояний, нашей осознанности, в конце концов.

Поэтому у каждого из нас своя Вселенная.

И поэтому настоящие Учителя, как Сократ, учат вопросами, а не ответами и поучениями, наставлениями, “расжёванным” знанием. Каждый из нас открывает с помощью вопросов свою дверь к Знанию для самого себя. Знание

другого всегда будет лишь, в лучшем случае, подсказкой, как сформировать в себе самом свое собственное Знание.

Когда мы выражаем намерение, то, согласно квантовой физике и всем духовным наукам, приводим в движение «Божественную матрицу» по Нильсу Бору, которая отвечает на запрос в том числе и в материальном формате, посылая реализацию желаемого в той или иной форме.

Иногда наши желания – наши демоны – вызывают такую реализацию, что лучше бы Вселенная нас и не слушала... Но это – уже другой разговор. Но Вселенная слушает нас, к счастью или нет, но объективно – всегда, поскольку каждый из нас – органическая часть Вселенной.



И квантовая физика, и современная космогония, и буддизм, и ведическое учение говорят о том, что видимое нами Бытие – результат непрерывного творческого акта Мирового сознания, энергии.

В ведической мифологии есть образ Кришны, эманации Бога, который играет на дудочке и тем приводит в движение творческие силы Вселенной и запускает перипетии истории... И Кришне абсолютно все равно, что случится с участниками сражений, войн, земных страстей. Он говорит Арджуне, страдающему от того, что в будущем бою он должен убивать соплеменников, что тот должен выполнять свою миссию, воевать, даже не понимая верховного замысла Бога.

Родился воином, воюй.

А Кришна, архитектор Вселенной, просто играет на дудочке Бытия...

Современная космогония рисует нам образ саморегулируемой энергоинформационной системы, которая сама себя творит, повинуюсь внутренним импульсам и целесообразности. Нам никогда не постичь всю бесконечно сложную модель Вселенной, но в этой модели есть один принцип, который, может быть, взят за основу.

Это – принцип энергоинформационного единства мира. Мир един в своей истории, во взаимосвязи частей и Целого. Энергия и информация не исчезают с окончанием цикла жизни физического объекта, все связано, все со всем, и потому сознание каждого человека способно творить историю Вселенной и наоборот. Время – иллюзия.

Конечно, осознание реальности неразрывной связи духовного и материального, вечности энергоинформационной компоненты мира и каждого человека совершенно по другому формируют смысл жизни осознанного человека. Это дает ему оптимистический заряд в переживании всех сложностей Бытия, конечности срока жизни его данного физического тела.



Смерти нет!

Есть лишь смена форм существования Бытия и бытия каждого конкретного человека. Но к такому вселенскому ощущению смысла жизни еще нужно прийти ...

Это понимание – высший уровень осознанности и оно доступно немногим. Это – не религиозность, которая основывается на простых сакральных мифологемах. Это и не пантеизм, в котором Бог – все. Это понимание всего сущего как единого живого организма, вселенского Кораллового рифа жизни.

Понимание главного принципа и структуры мира очень практично, поскольку дает возможность человеку осознанному управлять своим повседневным поведением.

Как именно?

Если человек понимает структуру мира, не отождествляет духовное и ментальное, ментальное и физическое в своем “Я”, то он может развить в себе способность отслеживать “игры своего ума”, укрощать свое эго, корректировать свои ментальные стереотипы, как результат – управлять своей судьбой.

Именно поэтому я никогда не употребляю понятие “карма” как фатум и предрешенность. Когда я анализирую натальную карту клиента и вижу в ней проявление проблемных ситуаций как следствие ментальных моделей и набора ценностей, я обязательно анализирую уровень и потенциал осознанности данного человека.

Натальная показывает это очень выразительно. Если у человека потенциал осознанности велик, есть воля к трансформации, то он может в короткое время кардинально изменить свою жизнь.

Чтобы помочь человеку с таким потенциалом совершить переход из одного состояния осознанности к другому, более высокому, я применяю в программе “Возвращение силы. Программа развития внутреннего потенциала человека” [особую трансформационную технологию.](#)



6. Как развивается осознанность у конкретного человека?

У каждого свой Путь к осознанности. Нет и не может быть одного шаблона, стандарта, универсального “учебника осознанности”.

Очевидно, что эта способность не развивается сугубо информационно (например, посещением семинаров по осознанности), наполнением себя все новых знаний по теме осознанности. Более того, наращивание объема информации об осознанности для многих не ведет к пониманию мира, скорее, наоборот...

Думаю, что осознанность является кармическим свойством. Т.е. результатом синергии в человеке факторов наследственных, и не только в тех периодах жизни духа, которые можно легко проследить. Есть и сращенная карма, влияние на человека его кармического референтного поля, родственников, партнеров, Учителей. Всего не проследишь.

Осознанность для конкретного человека – это синергетический результат взаимодействия многих явных и неявных факторов жизни. Это – «тайна великая», результат квантового скачка сознания, возможность которого я как ведический астролог вижу в натальной карте клиента.

Но есть “рассудочная” осознанность и осознанность на уровне чувства и сердца.

Я знаю немало таких “сердечно” брахманических осознанных людей.

Они не стремятся к рефлексии, научным или эзотерическим терминам. Это, как правило, “лунные” люди, часто Раки по созвездию или просто люди с сильной Луной в натальной карте.

Они **чувствуют** законы Бытия и, главное, **живут по ним неосознанно**.

Многие серфят по волнам жизни, свободно и интуитивно, в моменте Бытия, как бы говоря всем своей жизнью, что – это и есть моя осознанность. Но при этом говорить на высокие брахманические темы они не любят. В религиозной среде это – мистики. В секулярной – “люди сердца”, интуиты.

Вывод: осознанность – как талант, мистерия, тайна великая. Она приходит иногда прозрением.

Вдруг.

И не приходит к многим, несмотря на годы учебы и чтений умных книг, посещения ретритов, паломничеств.

Это – как подарок свыше.

Этому нельзя научиться механистически, как таблице умножения. Но если в человеке есть потенциал осознанности, есть благодатная почва, осознанность можно в себе вырастить, **расширяя** свой взгляд на мир.

Для кого-то на этом Пути Учителем станут книги.

Для кого-то – люди, достигшие осознанности, с которыми у данного человека случится резонанс. У кого-то – особые обстоятельства, часто трагические, экзистенциальные.

У всех по разному.

Переход от состояния “неосознанности” к “осознанности” – это также квантовый прыжок. В натальной карте клиента я вижу часто такие временные промежутки, когда заканчивается период земной планеты (например, Меркурия) и начинается период планеты брахманической, духовной. После Раху следует Юпитер, после Меркурия – Кету...

Если внутри проснется Зов, ученик созреет для осознанности.

Учитель найдется.



P.S. Если Вы дочитали эту статью до конца, значит, и Вас внутри есть Зов.

Ознакомьтесь с моим методом самопознания. Напишите мне письмо с Вашими вопросами.

Продолжим Путь вместе.

[Отправить письмо с просьбой о консультации](#)