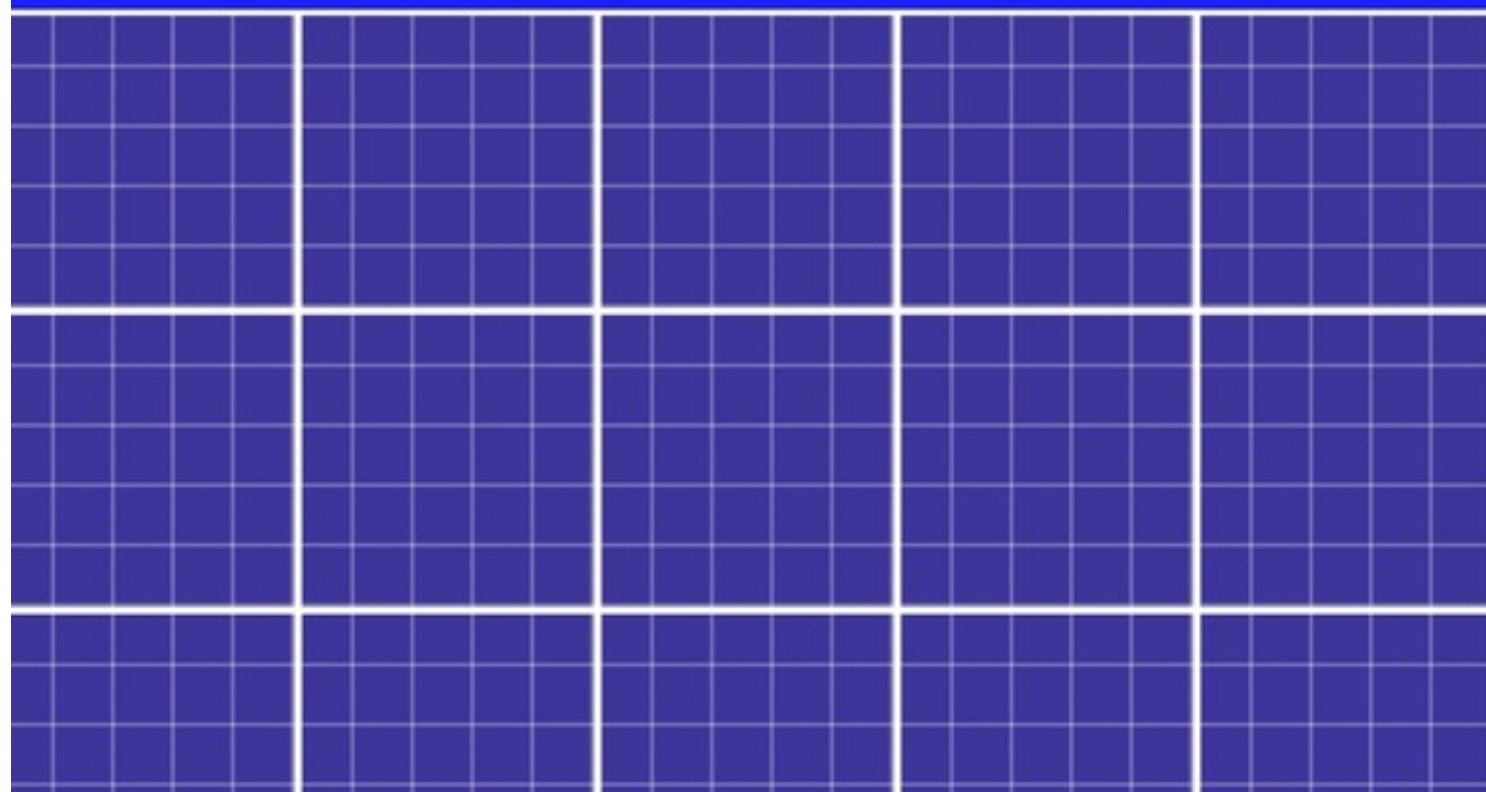


Олег Пазников

Путь истин

Книга первая. Часть первая: внутрен
путь



Олег Пазников

**Путь истины. Книга первая.
Часть первая: внутренний путь**

«Издательские решения»

Пазников О.

Путь истины. Книга первая. Часть первая: внутренний путь
/ О. Пазников — «Издательские решения»,

Это вводная книга во внутренний путь, основанный на интуиции истины в самостоятельном опыте саморазвития с применением интегрального подхода Кена Уилбера.

Содержание

Предисловие	6
Введение	8
Глава первая. Поиски Пути	15
§1. Первое приближение	16
§2. Понимание	17
§3. Активатор	24
§4. Активация	25
§5. Метафора Пути	27
§6. Идея Пути	28
§7. Творение Пути	30
§8. Аспекты Пути	31
§9. Изменение направленности	33
§10. Истина	36
§11. Некоторые особенности	40
Конец ознакомительного фрагмента.	41

**Путь истины
Книга первая. Часть
первая: внутренний путь
Олег Пазников**

© Олег Пазников, 2016

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

С чего все начинается? Конечно с любви. В качестве предисловия, я привожу рассуждения о первой любви, которую переживает, наверное, каждый человек и делает свои выводы. У кого-то это быстро заканчивается, а кто-то особо впечатлительный, создает свою теорию или идею, и следует ей всю жизнь, чтобы познать последнюю истину бытия.

Первая любовь неправильно переживается, поэтому часто превращается в психалгию. Но, одновременно, психалгия, это показатель чувствительности и пластичности нервной системы и высокого потенциала для дальнейшего развития. Ты можешь быть убежден, что если это истинная любовь, то она *единственна* и живет вечно. Ошибка связана с тем, что индивид смешивает подлинную интуицию истинной, вечной любви, которая есть свобода от эго и бытие Целостности, с обусловленной межполовой любовью, которая преходяща, появляется и исчезает. Смешиваются два вида любви: безусловная любовь как «состояние» Целостности со всем миром (бытие в недвойственной Истине) и обусловленная любовь, которая приходит и уходит, связана с временными, биологическими и социальными факторами. То есть, любовь также можно ранжировать в зависимости от уровня развития бытия/познания и горизонтального расширения (вариантов уровней) (эгоистическая любовь, кентаврическая любовь, родительская любовь, альтруистическая любовь, божественная любовь, мистическая и тому подобное.).

Поскольку абсолютная любовь как таковая мало создается (либо совсем нет), но интуиция ее присутствует, она вмешивается в обусловленную любовь, которая принимается за абсолютное, за то, что не возникало и не уходило. Интуиция абсолютной любви (Я есть Целое) переносится на любовь обусловленную. Здесь можно пойти двумя путями: ранжировать саму любовь от простой привязанности или притяжения до абсолютной любви (виды любви) или признавать истинной (собственно любовью) только абсолютную любовь. Когда индивид апеллирует к обусловленной любви как истинной, наделяя её абсолютными характеристиками, он неизбежно страдает и терпит поражение. Истинное, абсолютное, не приходит и не уходит, а есть всегда, изначально. Так что Любовь в этом смысле никогда не уходила.

Как всякая обусловленность, любовь межполовая приходит и уходит, но следуя своему убеждению, ты держишься за уже мертвую любовь, не желая расставаться с блаженством и живостью которую она дает, сохраняя боль и страдая от этого. Любовь ушла, но убеждение диктует тебе делать вид, что она живет, имитировать ее, хотя уход явно обозначился. Но если любовь ушла, то, значит (если следовать ошибочному убеждению), она не была истинной и тогда рушится твоя вера в Истину. Частное переносится на всеобщее. Но чтобы не потерять свое убеждение в постоянстве и единственности Истины, ты держишься за иллюзию, только чтобы соответствовать своему убеждению, которое стало для тебя тюрьмой. Но надо мужественно посмотреть на реальность и признать наконец, что нет никакой постоянной обусловленной любви. Нет постоянства в обусловленной любви. Мир устроен просто и в то же время очень хитро, так чтобы даже иллюзия стала путем к Истине. Смешение относительного и абсолютного характерно для развития.

Тебе может казаться, что если любовь ушла, то она не была истинной. И тогда ты можешь искать новую любовь, которая, уж точно, будет истинной. Ирония состоит в том, что так каждая любовь, которая приходит и уходит, воспринимается как «истинная», окончательная. Что-то не так в этом убеждении о единственности истинной любви, если одна «единственность» сменяется другой «единственностью». Отпустить эту «единственную» обусловленную любовь – это значит принять её смерть. Развитие, воистину, проходит через эти принятия смерти то одного, то другого. Если что-то умирает, значит, оно не вечно, не истинно. И хотя часть абсолютной истины содержится в любой любви...

Реальность изменилась, любовь приходит и уходит, как и всё в этом мире и тебе не дано удержать то, что не вечно. Нельзя удержать то, что приходит и уходит. И так все, как и обусловленная любовь, преходяще, как и сама физическая жизнь, проявлением или воплощением которой она является. Одна любовь ушла, придет другая. Это только обусловленные проявления абсолютной любви как состояния чистого бытия. Желая же удержать уже мертвое, упорствуя в своем убеждении, ты только углубляешь свою боль, свое страдание, не понимая, что с уходом этих отношений сама любовь не покидает тебя как само чистое состояние бытия. Ты сам остаешься и остается способность и возможность для любви. Каждая любовь уникальна, но не надо держаться всеми силами за уже мёртвое. Действительная любовь, которая сама по себе наполняла тебя, становится лишь воображаемой. Оставь мертвое мертвым и живи с живыми. То, что проявилось, рано или поздно уйдет, но остаётся непреходящее Целое, Истина или Атман.

Введение

Как такой микроскопический по сравнению с природой, довлеющими над ним социальными и техническими системами, индивид, может не только вместить в себя всю Вселенную, но и выйти за ее пределы, включая в себя самого Бога? Я попытался не только это представить, но и испытать на собственном опыте. Николай Бердяев говорит о человеке не только как о части космоса, но и о том, что он сам есть космос. Не только индивид смотрит в бесконечность, но и бесконечность всматривается в тебя.

Он может думать не только о Большом Взрыве, но и о том, что было до него. Поэтому, на мой взгляд, человек есть (в своей истинной природе) не просто космос, а *больше чем он*. Чтобы объять бесконечность, бесполезно передвигаться с места, на место, но можно быть вне времени и пространства.

У каждого свой Путь, который индивид должен создавать самостоятельно, если он хочет его вообще иметь. Нет одинаковых Путей даже в одной традиции, а при интегральном подходе он неизбежно индивидуален. Зов Истины создает Путь.

Основная идея состоит в ведущей роли внутреннего «Я» (Внутренний-Левый сектор, отношение Я-Я, внутреннее, субъективное, индивидуальное). Мы можем быть властными в своём внутреннем мире. Мы можем действовать с властной, «самоактивной» внутренней силой без опоры на что-либо. В отличие от секторов «мы», «они», «оно». Мы углубляемся и расширяемся в себя, чтобы охватить весь мир. Это развитие не по пятам, не по толчкам извне, а из себя самого. Оно активно, самостийно. У человека есть сознание «я» (способность смотреть в корень своего сознания) и он его должен использовать во всю силу.

Индивид может развиваться по собственной активной и истинной воле, а не в приспособление к обстоятельствам, которые могут прийти, а могут и не прийти. Сектора «мы», «они», «оно», конечно, так же важны и обязаны учитываться, использоваться.

Кроме макрокосмоса, находящегося вне тебя, есть внутренний мир, внутренний эволюционирующий микрокосмос, над которым мы можем быть властны, на движение которого мы можем воздействовать относительно независимо от внешних обстоятельств. Такую возможность дают нам *состояния*, то есть весь спектр переживаний (низших и высших), которые индивид может испытывать (и осознавать в какой-то степени) находясь на любой стадии развития.

Эта книга есть часть первая книги первой, в которой описываются внутренние факты саморазвития, отслеживается и систематизируется живой опыт, как он приходит и представляется на сегодня, по возвышающимся уровням бытия/познания от эго к уровню психическому.

Каждая «книга» (кроме первой, вводной) представляет собой этап работы и/или стадию развития. Каждая «книга» может состоять из большого количества частей, которые отражают собой просто включение старого в контекст нового опыта и продвижение в осмыслении уже пройденных стадий. Все они представляют собой по сути, одно целое.

Книга первая. Здесь даётся обзор, в общем, основных понятий и стадий развития как он видится на данное время. Пока состоит из восьми частей, каждая из которых представляет собой отдельную книгу. Часть первая: Внутренний Путь. Часть вторая: Истина. Часть третья: Картина. Часть четвертая: Саморазвитие. Часть пятая: Ориентиры. Часть шестая: Поток. Часть седьмая: Практика. Часть восьмая: Словарь.

Книга вторая. Предстартовый период. Здесь происходит запуск развития, мобилизация сил и способностей для Взятия Старта и перехода на уровень Кентавра. В целом периоды Предстартовый, Стартовый, Период после старта, соответствуют грубой сфере опыта. Это первый виток развития. Пока четыре части.

Книга третья. Стартовый период. Соответствует Переходному Пункту (В-6) развития от эго к Кентавру.

Книга четвертая. Послестартовый период. Развитие на уровне Кентавр. Адаптация. Дохождение до границ или пределов данного уровня (ранний, средний и поздний кентавр). Экстрасенсорика. Три части.

Книга пятая. Переход – 7 в надличностные, трансперсональные области (выход из грубой сферы к психической (первой тонкой)). Период после Перехода. Адаптация к психической сфере. Природный мистицизм. Пять частей.

Книга шестая. Переход – 8 к более глубокому тонкому уровню. Тонкий уровень. Адаптация. Божественный мистицизм. Три части.

Книга седьмая. Переход – 9. Причинный уровень. Бесформенный мистицизм.

Книга восьмая. Переход – 10. Недвойственность. Недвойственный мистицизм.

В этой первой части книги первой описываются предпосылки для активизации развития, то, почему развитие необходимо, почему оно происходит и не заканчивается с достигнутым уровнем зрелого эго и кентавра.

Это текст книги (в основном) по состоянию на 2013г. и он может исправляться, уточняться, дополняться, так как развитие не стоит на месте и его понимание (и выражение) улучшается. С переходами на более высокие уровни будет меняться и видение, которое может требовать пересмотра прежних достижений. Фактически текст может меняться (обновляться) по частным местам буквально каждый день-ночь.

Тексты писались мною с 1977 года. Я просто взял их и упорядочил более-или менее. Поэтому местами они могут выглядеть несколько наивно или как самовнушения (что тоже не плохо). Ориентиром мне служит (и служил с 2005 года) интегральный подход Кена Уилбера, когда я случайно обнаружил его книгу «Никаких границ».

Такая многоступенчатая система изложения, следующая за реальностью, задумана изначально: от Начала и до Конца или достижения Цели. На самом деле Путь в своём живом исполнении, в своей экспериментально-исследовательской форме не так систематизирован и ему свойственны спады и подъёмы, кризисы и почти катастрофы. Вы можете сами отследить по всем книгам, которые, как я надеюсь, будут опубликованы, где был провал, а где был взлет. Если посчитать, то в общей сложности это будет на сегодняшний день 26 книг. Они уже существуют в черновиках от почти полной, до процентов на 70—95 готовности. От начала написания и собственно Пути на который я сам себя обрек без всякой надежды на выгоду для себя, охватывает период от 1977 до настоящего 2016 года. Это будет вот уже 29 лет.

Невозможно дать (прочитать, усвоить, передать) исчерпывающие инструкции по развитию. Многое остаётся за текстом. Поэтому нужно просто активизировать *разум* и самостоятельно принимать решения в каждом данном случае. Каждый сам создаёт свой Путь.

Каждый сам создает свой Путь, с чем-то соглашаясь, что-то перенимая от других, что-то порождая в результате переживаний и столкновений с жизненными ситуациями. Это попадание в жизненную ситуацию очень хорошо подталкивает на то, чтобы активизировать работу над внутренними изменениями.

Больше чем долинные продвижения, меня интересуют *узловые пункты развития*. Кен Уилбер называет их Поворотными Пунктами, Вехами или осевыми точками. Это скачок, перепад из одного уровня в другой. Термин «переход» я использую в широком смысле, как всякий перерыв постепенности, момент скачкообразного изменения и в узком смысле, как собственно поворотный пункт развития.

То, что я называю Переходом с большой буквы, как один из периодов развития, есть поворотный пункт номер 7 к трансперсональным областям (по классификации Уилбера). Это точка невозврата или необратимого развития, которая может восприниматься как угроза

существованию вообще. Это черта, ступив за которую можно (и нужно) не скатиться назад. Хотя на самом деле это всего лишь субъективное переживание, но оно определяет поведение индивида достигшего такой черты.

Я выбираю слова естественного языка, инструментализируя его и, не перенимая, по возможности, язык философии, психологии, мистики. Все это для того, чтобы текст можно было понять любому, кто владеет русским языком. Разбиение единого языка на специализированные, не способствует интегральному видению реальности.

Писатель-мистик, вынужден (хотя бы вначале, пока он не научится преодолевать это) отчуждать от себя часть себя, чтобы написать текст. Это отчуждение, объективация части себя, образуя внешние формы, поневоле искажается интерпретациями. Это неизбежно. На выходе получается нечто далёкое от реальности, но напоминающее о ней. Писание (объективация) отрицательно сказывается на развитии по потоку реальности. Оно может совсем остановиться. Лучше, чтобы вообще ничего не писать. Отказ от писания ускоряет и углубляет развитие. Так как суть писания – это объективация части себя, она не способствует (препятствует) продвижению, а тем более, просветлению. Тот, кто описывает процесс, вынужден, даже при эффективном сопротивлении, частично жертвовать живой полнотой бытия.

Индивид, выбирающий интегральное, всестороннее саморазвитие, по всей вероятности, должен быть толерантен ко всем традициям, направлениям работы над собой и быть в состоянии использовать любую из них для своего развития (если это приносит пользу).

Развитие является не благим пожеланием, праздным стремлением, а условием, прежде всего духовного, а затем и физического, выживания. Нужно не просто развитие, а достаточно быстрое и эффективное, чтобы оно обеспечило выживание на высоком уровне.

Судьба решается не где—то там, в далёком далеко, а здесь/тут/теперь, вот в этом и в этом действии, поступке, воздержании от него, выборе, предпочтении и т. д.

Основой любого развития является работа над физическим телом. Йога, до – ин, гантели, бокс, джиу джитсу, прогулки, бег и все что угодно другое, применяется *всегда*, при любых условиях. Все это я объединяю под общим названием Физической Линии действия. Что бы ни было, но эта линия присутствует всегда и является фоном любых других линий развития. Тело должно быть окультурено, развито, подготовлено, настроено к восприятию более тонких высших энергий.

Речь идёт в данной книге о естественной интегральной эволюции, а не о перепрыгивании через уровни с тем, чтобы приобрести сверхспособности. Это трайболистское, патологическое желание эго-уровня.

Мною, в большей или меньшей мере, явно или скрыто, используются идеи и опыт из различных областей. Это в первую очередь интегральный подход Кена Уилбера, психология спорта, тасаввуф (суфизм), психология актёрского искусства, военная психология. С работой Кена Уилбера я познакомился впервые в 2005 году. Это была книга «Никаких Границ». Мой путь основан на проявлении собственной интуиции, но знакомство с работами Кена многое объяснило и позволило более четко и осознанно структурировать собственный опыт.

Каждый действительный практик заново открывает (в своей форме) то, что только лишь известно, то есть существует как сведения, информация, знания и открывает нечто новое. Его задача – пройти через живой опыт. Мистик – это индивид, проводящий детальное *исследование* скрытых внутренних миров.

Развитие идёт не через ослабление эго и превращение человека в некоего юродивого, не понимающего значения обыденных вещей, а через его усиление. Только сильное эго может трансцендировать, придушить самоё себя.

Развитие есть столкновение лицом к лицу со смертью в том или ином варианте (выход из «фактуры»; «надо», а не «хочу»; «крутой поворот»; и т.д.). Там где ты принимаешь эту смерть, ты развиваешься, а там где отступаешь перед страхом смерти, останавливаешься и двигаешься назад. Поэтому нужно не «кончать» смертью, а *начинать*, то есть раз за разом переживать (в трансцендентном смысле) страх смерти, оставляя его позади.

Кстати, Кен Уилбер выделяет линию развития «страха смерти». Линия смерти сталкивается с живой реальностью, с действительными проблемами и задачами, реальным делом. Некоторые говорят о том, что перед лицом опасности человек обязательно испытывает страх и, проявляя силу, преодолевает его. Только отчасти это так. *Можно быть полностью свободным от страха смерти.* Но это не значит быть безрассудным. Там, где есть опасность реальной физической смерти, человек может быть готовым встретить её осознанно до последнего момента и не оказаться перед нею в неуправляемом состоянии паники. Если есть хоть частица страха, она не позволит быть в чистой осознанности. Страх и всякая привязанность искажают сознание. Там где страх принимается как один из мотивирующих факторов поведения, там он рано или поздно вносит искажения, задача не выполняется и приходит страдание смерти. Где нет страха смерти – нет и самой смерти. Тогда страх смерти не будет вообще двигателем твоего действия, либо бездействия. Отсутствие даже тени страха смерти позволяет пройти «по лезвию ножа» и достичь Цели.

Нужно не только серьёзно усваивать интегральный подход, но также относиться ко всему (нет мелочей), так как у нас вопрос может буквально стоять о жизни и смерти. Если она может случиться завтра, то это не значит, что сегодня мы можем «валять дурака». «Завтра» будет тем же «сейчас», только какое – то время спустя. И быть может, наша работа не пройдёт даром и спасёт нас, пусть может не физически, но духовно.

Весь *первый цикл (виток) Пути* можно вкратце резюмировать следующим образом. В своём обычном состоянии человек отождествляет себя с умом, с мыслями, концепциями, чувствами, намерениями и оставляет тело где-то там, внизу (эго-уровень). Первый этап состоит в том, чтобы сместить «себя», то, что мы считаем собой, своё «я», к центру, который объединяет в одном равном охвате и ум, и тело как единое тотальное целое (кентавр). Второй этап заключается в том, чтобы разотождествиться и с этим развитым тотальным целым, включая в сферу своего «я» среду и других людей (свидетель). Все эти этапы развития от эго к кентавру и далее, к началу психического, представляют собой единый цикл, а лучше сказать, виток развития. То есть, он ощущается как некое единое, связанное целое (центральная перспектива).

На эго-уровне индивид думает решить все вопросы с помощью ума. Он исходит из убеждения, что мысль материальна и можно, решив вопрос в уме, решить его на самом деле. Для него реальность ограничена ментальной сферой, поэтому он интенсивно развивает ум и приобретает знания. Сфера науки. *Для того чтобы идти дальше к уровню Кентавра, а тем более к психическому (тонкому), нужно не столько знать, сколько пере-живать, непосредственно иметь в своём индивидуальном опыте новые, более высокие внутренние факты, (реалии). Обратить внимание внутрь и вступить в контакт с внутренней реальностью.* Даже когда ты обращаешь внимание вне себя, в сферы «мы», «они», «оно», внутреннее продолжает существовать. Выключение всего внутреннего при внешней ориентации исключает интегральность.

Путь делится на периоды, которые появляются от следования Ориентирам (1+3) – Истина, независимость, интеграция, соответствие и преодоления Поворотных Пунктов, непосредственных переходов от одного уровня развития бытия/познания к другому, более высокому.

Поскольку меня можно считать сторонником интегрального подхода Уилбера, то в дальнейшем буду свободно пользоваться соответствующей терминологией и отсылаю

заинтересованного читателя к произведениям Кена, хотя суть можно понять на основе текста.

Сила подхода/практики в том, насколько он/она может преодолеть некоторый идиотизм наличной социальной реальности. Николай Бердяев отмечает ту угрозу, которую несёт общество и государство для самобытности личности, его свободы. Впрочем, хотя постконвенциональная стадия (кентавр и выше) и превосходит конвенциональную, но не исключает её вовсе.

Можно применять выборочно те или иные методы. В инете вы найдёте бесчисленное множество способов, для освоения которых вам не хватит жизни. Но в этой погоне за разными привлекательными способами развития, можно упустить именно те перспективы, которые тебе нужны. Интегральный подход позволяет самостоятельно находить/открывать/порождать и использовать именно то, что тебе нужно, не упуская важных перспектив. Я просто использую Ориентиры как способ организации опыта и видения перспектив.

Нужно учиться путём испытания, эксперимента, исследования, непосредственного опыта, а не изучения книг. Собственно, это и есть мистический путь.

Нужен самостийный контакт с реальностью настоящего, в котором актуализированы твои собственные силы, способности, возможности. Нужно, как говорил один товарищ, «отстегнуться» от всех тех ограничений, которые часто носят чисто субъективный характер. Нельзя развиваться, не наступая на свои больные места. В тепличных условиях происходит просто раздувание эго, а не перерастание к чему-то большему. Реальное развитие драматично и трудно. Для этого нужна страсть к духу, воспламенение (тапас).

Язык не совпадает с реальностью. Постформальное развитие требует перестройки самого языка, чтобы он хоть в какой-то степени соответствовал реальности. Задача не в том, чтобы подчиняться готовым правилам, а в том, чтобы *стелить по реальности*. Это важнее. В соответствии с этой установкой и язык меняется. Существующие официальные правила обусловлены не только природой языка, но и уровнем развития человека (конвенциональное рефлексивное эго), что не подходит для более адекватного отражения более высокой реальности. Наверное, нужен новый язык с другими правилами. Опасность только в том, что тебя почти никто не поймёт. Кен Уилбер пишет в «Интегральной психологии» о том, что язык не просто служит для отображения заранее данного мира, но участвует в создании и конструировании этого мира. Поэтому вполне естественно изменение языка в соответствии с уровнем развития бытия/познания, разными состояниями и переживаниями, где меняются мораль, мировоззрение, чувства, мысли, проблемы и патологии. Другой мир – другая символическая система. Дело осложняется ещё и тем, что на высших стадиях индивид вообще выходит за рамки вербального общения и структурирования своего опыта.

Одна из истин постмодернизма состоит в том, что реальность в некоторых важных моментах конструируется как интерпретация (конструктивизм). И эта интерпретация говорит нечто важное не только о предмете интерпретации, но и о самом интерпретаторе. Никогда не знаешь, как твоё слово отзовется. Часто тебе приписывают то, что ты не говорил и не мог говорить. Конечно, это в значительной степени вина самого автора.

Будем называть подлинным «я» самость кентавра с его тотальным единством ума-и-тела. То есть, здесь индивид входит в уровень, где выражает, актуализирует самого себя и делает, желает и т. д. именно то, что есть на самом деле. Но это подлинное, индивидуальное «я», остаётся в рамках грубой сферы и, благодаря Зову Истины, страстно желает освободиться от самой себя, чтобы приблизиться к самой Истине. Индивид устремлён к тому, что выше его самого, выходит за рамки организма. Чтобы стать тем, что выше тебя самого, нужно, с одной стороны, отрицать себя, своё это подлинное, но отдельное «я», а, с другой стороны, откликаться на Зов Предельной Истины. В этом самоотрицании, индивид выражает свою сокровенную сущность, следует более глубокому Истинному Я, превосходящему

сформированное предшествующими десятилетиями развития грубое эго. Эта трансценденция за пределы эго составляет смысл *первого витка* развития.

Внутренний Путь – это путь самостийного развития. Вместо того чтобы читать все новые и новые книги, перенимать опыты, идущие от других людей или традиций, лучше довериться собственному непосредственному испытанию, актуализировать свои силы, способности, возможности и идти поэтапно, к все более и более высокому уровню развития бытия/познания. Мистик – это просто тот человек, который испытывает истины на самом себе. И это в какой-то степени роднит его с учёным. Эволюционный механизм заложен изначально в самом человеке. Не усвоение опыта других (хотя и это имеет место быть), а его порождение и выход за его границы. Это трудный путь, но я не вижу иного Пути для человека, в котором есть это сокровенное томление, эта страсть к познанию Истины. Когда нет этого вкуса к самостийности, то движение прекращается.

Следование не отвлечённым рассуждениям, а внутренним фактам, той реальности, с которой ты находишься в настраиваемом контакте (непосредственное) и которая изменяется в связи с развитием, восхождением по этапам, стадиям, уровням. Хотя в Цели заключается суть дела, но её не достигнуть без всецелого погружения в процесс. Продвигаясь в более высокие уровни – кентавр, психический, каузальный, недвойственный – мы просто преодолеваем негативное влияние среды и собственное сопротивление, следуя за логикой эволюции, продолжаем своё движение. Мне близка идея Достоевского о человеке как о незавершённом существе, «выделка» которого продолжается в постсовременности.

Хотя ты можешь взаимодействовать, испытывать влияние и влиять на «внешнее», но оно независимо от тебя, объективно, обладает собственной логикой и силой. Но ты можешь в полной мере находиться в постоянном контакте, воздействовать и управлять тем, что субъективно, индивидуально/внутренне. Это то, что всегда с тобой, всегда при тебе и нужно только обратить внимание внутрь себя (не теряя осознания всего внешнего), чтобы познавать и воздействовать на себя. Если внешние обстоятельства могут быть непреодолимой силы, где ты не можешь ничего поделать, то в своём внутреннем мире ты властен при любых обстоятельствах любого характера и силы. Если захочешь, ты даже властен над тем, чтобы достойно принять смерть.

Можно иметь различные взгляды, но каково бы ни было наше представление, наша интерпретация, реалья остаётся тем же самым внутренним фактом. Сама по себе она продолжает существовать независимо от того, как мы её определяем, правильно или нет с нашей точки зрения. То есть, это надёжная опора.

В ходе развития возникают потребности в более глубоком, точном и адекватном понимании возникающих вопросов. Ведь ответы *практически* значимы. Они тут же могут быть проверены и ошибка недопустима. «Ответы» – это то, что ты делаешь в себе и с собой.

Внутренний путь – это не просто движение внутрь себя, а движение ощущающее, чувствующее, мыслящее, активное и осознанное. И это движение даёт опыт как не только и не столько сознательное представление наших ощущений, а чуть дальше, как сознательное, систематическое отслеживание и оперирование процессом ощущения, его приходом и уходом во взаимодействии с интересубъективным и объективным. Это движение, чтобы состояться, проходит некий Барьер или преодолевает Преграду, которая знаменует собой вход в другую реальность – реальность внутреннего мира. Если бы не было этого Барьера, то и не надо было бы проводить некоторую практику для установления контакта с этой реальностью. Когда это произошло, то открывается внутреннее зрение, где ты видишь не только то, что происходит при особых экстремальных обстоятельствах, когда внутренняя жизнь обостряется, но и то, что происходит в повседневности – обычных состояниях бодрствования, сна и глубокого сна без сновидений.

На мой взгляд, представляемый Путь развития, включающий теорию и практику (процедуры), основывающуюся на собственном опыте, вполне может быть воспроизведён (в каких-то основных чертах), если следовать предписаниям. Будет логичным и обоснованным предположить, что если ты сам в какой-то части производишь опыт мировых традиций мудрости, а в какой-то части самостоятельно порождаешь или пере-открываешь неведомый опыт, то и всякий другой сможет это сделать. Это, в то же время, не оберегает от того, что опыт других будет в точности повторять твой собственный. *Так и должно быть.* Любой опыт открыт для уточнения.

Есть Начало и есть Конец пути. Не неопределенное нечто, не неопределенная цель, не «не имеющая конца» дурная бесконечность. Искатель перестает быть искателем, когда он нашел искомое и пребывает в нем. Знание (известное) ограничивает, закрывает, может вообще перекрыть возможности развития, так как оно связано с эго, является его функцией. Практика опережает теорию. Если нет средств достижения Цели и временных рамок, нет карты (пусть даже и интуитивной), то сам Путь делается весьма туманным, неопределенным и не целестремительным. Нужен предельный Результат, а не просто туманное шатание от одного к другому. Причем имеется определенное ограничение – отсутствие всей полноты информации и самостоятельность самого процесса. Полностью отсутствуют какие-то учителя, инструкторы и сами знания весьма ограничены, недостаточны. Хотя, определенный избыток информации или мировоззренческий избыток должен существовать. Он необходим просто для атмосферы. Здесь требуется регулятор совершенно независимый и внутренний. Цель должна быть достижима не столько в течение всей жизни, но еще быстрее в течение нескольких лет и месяцев и зависеть от собственных усилий или собственных действий, открытости, преданности и устремленности. Для этого требуются собственные действия, а не только милость Высших сил (или, милость Высших сил при помощи собственных действий). Поскольку милость Высшей силы – это не совсем моя компетенция, то я должен быть полностью сосредоточен на своей области ответственности. Быстрота достижения или постижения Цели (как и милость Высших сил) должна быть «зависима» от моих усилий, от моего рвения. Весь смысл Пути в достижении пункта назначения, а не в том, чтобы бесконечно осваивать промежутки. Не неопределенное шатание, а действие целестремительное, управляемое, прогнозируемое по времени и даже месту. Только так, имея Начало, можно иметь и достигать Цель. Почти ничего не дает нам неопределенное «саморазвитие», которое не имеет повременно установленных целей-задач (и Цели как центра интеграции) и где отсутствует сам процесс как устойчивая и управляемая практика. Не остановка где-то посередине и отклонение в стороны с заходами в тупики. Но необходима такая собранная, безусловно достигающая практика. Нет даже, не неопределенная практика, которая то ли работает, то ли не работает, а такая, скажем так, технология достижения, отбрасывающая уклонения и имеющая детальное осуществление. То, когда есть такой непрерывный (не прерываемый эмоциями, мыслями, сном) процесс, вполне управляемый, имеющий независимую регуляцию и безусловно доводящий до Цели. Тогда имеет смысл прилагать сами усилия и выходить за пределы своих пределов. Не неопределённое «саморазвитие», которое шатается в разные стороны, не имея Результат. Полумеры не спасают. Нужно реальное изменение.

Глава первая. Поиски Пути

Медитация

Я пребываю в Истине, как своем изначальном Я.

Вместо слова Истина, можно поставить слово Бог (Ты), Свидетель (все что возникает). Для удержания сосредоточения можно концентрироваться на ощущении потока воздуха у кончика носа. Он постоянен и от этого можно оттолкнуться и удерживаться в главной мысли. Вообще все более или менее постоянное служит точкой отталкивания. Может появиться ощущение третьего глаза, то есть легкого давления между бровями. Дыхание спокойное, ровное. Эта формула медитации погружает во внутрь и связывает Истину как нечто находящееся извне с внутренним Я.

§1. Первое приближение

При первом приближении «внутреннее», это сознание, «я», самость. «Внешнее», это материя, среда, природа, другие.

Хотя можно считать в предельном смысле, что разделение условно и относительно, но оно вполне определённо и мы от него страдаем по настоящему, как если бы оно было реальным.

Есть линия как граница отделяющая (и соединяющая) одно от другого, «внутреннее» от «внешнего». Есть внутренний мир, есть внутренний путь.

«Внутреннее» равно «внешнему» в изначальной глубине и предельном смысле. Но в промежутке есть становление. Оно обусловлено биосоциальным развитием и иллюзией реальности границ в сознании. Эта неравность, не тождественность «внутреннего» и «внешнего» двигает развитие.

Здесь надо сразу заметить, что есть более глубокое понимание «внутреннего» не только как того, что внутри субъекта, его внутренний невидимый внешними органами чувств мир (подлежащий интерпретации), внутри «меня» и других людей, но и всего сущего. И объекты (целостности, холоны) «среды» имеют внутренние измерения: от атомов до планет, галактик, всего Космоса. Это внутреннее в своём предельном смысле Едино у всего сущего и есть Истина, Дух или Бог. Многообразие имеет Единство, оно есть Бог или Истина.

«Внутреннее» имеется не только тебе, но и в других и во всём сущем. За признаками скрывается суть. Предельное внутреннее/внешнее есть Истина, Основа Всего.

Внутренний Путь – *это погружение* во внутреннее, которое есть не только у тебя, но и у других людей и объектов среды (сутьевое, пронизательность). Развитие происходит за счёт расширения и углубления (сосредоточения) «внутреннего» и поглощения «внешнего».

Коллизии, конфликты, столкновение между внутренним-и-внешним, само это разделение на одно и другое, дают толчки к саморазвитию. Поэтому я начинаю цикл с обсуждения «внутреннего» и «внешнего». Собственно, сам исток идеи и стремления к развитию, лежит в этом рассогласовании, конфликте между внутренним-и-внешним. «Внутреннее» не равно «внешнему». Это разделение и рассогласование идет на всех уровнях, в мелком и большом.

§2. Понимание

Следовать не внешне – социальной (социоцентризм, конвенциональность, внешние требования), а внутренней необходимости (постконвенциональное «все мы», независимо от расы, вероисповедания, культуры, места жительства и т.д.), углубляющейся, в конце концов, до Предельного Духа или недвойственного Одного Вкуса. Эту внутреннюю необходимость нельзя увидеть как внешний объект внешними органами чувств, но можно непосредственно переживать как индивидуальный внутренний факт. Чаще всего внутреннее и внешнее не совпадают, а то и противоречат, борются друг с другом (мы испытываем не гармонию, а противоречие, кризис, рассогласованность и борьбу внутреннего и внешнего).

Возникает требование *ограничения* притока внешней информации (прерывание внешних трансляций), чтобы в тишине распознавать и контролировать вертикальные поддерживающие трансляции и облегчить тем самым путь к углублённому трансформирующему восхождению. От ограничения до почти полного прекращения (уединение, ретрит, аскеза). Это позволяет выйти за пределы интеллектуального понимания, теорий и концепций, выйти к действительно новому, еще никогда не бывшему.

В интегральной психологии, «внутреннее» есть левая верхняя сторона (Верхний – Левый сектор или квадрант), субъективное «я», интенциональное, и левая нижняя сторона (Нижний – Левый сектор), интересубъективное «мы», культурное. В соответствии с общей интегральной картиной, мы можем систематизировать свой опыт и увидеть свои ближайшие и отдаленные перспективы как задачи. Опыт теряется, если он не встроен в общую картину и не понят в ее контексте.

Все сектора важны, но мы, поскольку не просто полубессознательно плетёмся за социокультурной, институализированной эволюцией, а организуем сознательное, активное саморазвитие, которое опережает внешний уровень и идёт значительно, несоизмеримо выше и глубже его, следуем внутренней необходимости. «Внутреннее» понимается не только как то, что внутри тебя, но и то, что снаружи, так как оно тоже содержит внутренние аспекты (суть). Как говорит Уилбер, «все внешнее имеет внутреннее» (глубину). Каждый имеет потенциал для высшего развития и может его реализовать, если захочет. Но тогда не надо исповедовать ошибочное уравнилельно-альтруистическое убеждение в том, что развитие одних является оскорблением для других.

Эта переориентация от «внешнего» (на который мы главным образом ориентированы на эго-уровне) к «внутреннему» (самопознание, самоисследование, эксперимент, испытание, переживание), соединяет нас с внутренним миром, внутренним фактом, реальностью, открывает глаза на то, что существует внутренне воспринимаемое и до этого скрытое. Я подозреваю, что множество людей даже не представляют себе, что такое «внутреннее», а когда начинают видеть свой внутренний мир, принимают это за болезнь. Но в настоящее время информационных технологий, становится все более очевидным, что то, что на более ранних этапах развития обществ было блажью и маргинальным отклонением, становится непосредственным источником и целью эволюции.

Рассматривая внешний мир, наше «я» теряется, сливаясь с объектами внимания. Мы теряем себя, перестаём различать, где «я», а где «не-я». В сознательном развитии первичная граница не теряется, не устраняется, а каждый раз превосходится переходом на более высокий уровень бытия/познания.

Обратившись обратно внутрь себя, мы находим «я» и можем его исследовать, чтобы затем превзойти, выйти за пределы эго (к истинному Я неотличимому от Атмана). В конечном счёте, индивид может слиться с Реальностью, тем, что является Основой всего и вся. Без этого обращения внутрь себя, установления контакта с внутренним миром, невозможно

сознательное развитие. Внутри целый мир (или миры), а не просто мысли, эмоции, чувства. Он имеет пространственные, временные (и вневременные), качественные характеристики. И этот мир эволюционирует, так же, как внешняя вселенная. И ещё неизвестно, что больше, внешний космос или этот внутренний мир.

Мы активизируем сущность (центральное движение) и активно – осознанно начинаем развиваться, *опережая* все внешнее – все другие сектора (Я – Оно, Я – Они, Я – Мы). Мы выходим по независимой шкале ценностей, иерархии уровней, прогресс по которой зависит исключительно от тебя самого. Мы открываем *центральный поток развития*, который восходит прямо к Истине, Богу, Духу, Недвойственному Одному Вкусу. Центр активности, мотивации находится в нас самих, внутри, а не снаружи (как и центр сопротивления). Ориентируясь (оттуда, где мы находимся) вовне, мы находим лишь объекты. Погружаясь вовнутрь (в себе и вне себя), мы открываем Зов Истины (восходящий Эрос), который влечёт и толкает нас по восходящему потоку эволюции.

Поскольку существует несовпадение внутреннего-и-внешнего, противоречие и борьба между ними, выбираем внутреннее (подлинное, истинное) и ему следуем. «Внутренним» в конечном счёте, оказывается все то, что обладает истинностью (подлинностью), будь то субъективное переживание или общественное движение. *Погружаемся* (переориентация) вовнутрь, делаем критериями ориентации, прежде всего во внутреннем мире, Истину (внутренний Бог), независимость, соответствие, интеграцию. Это пробуждает подлинную интуицию.

Выбирая внутреннее, мы не можем игнорировать внешнее, «не-я», так как между внешним – и – внутренним существуют отношения взаимодополнительности, взаимоопределяемости. *Но мы не совпадаем со своим существованием и действуем в мире в интересах внутреннего, внутренней необходимости потоков и волн развития.*

Это не эгоизм, самокопание, изоляция, а наоборот, открытость и забота, так как мы следуем Истине. Недостаточно высокий уровень мышления/видения ставит непреодолимую преграду между внутренним и внешним, субъективным и объективным, субъектом и объектом, наблюдающим и наблюдаемым¹.

Не только понимание смысла и интерпретация реальности внутреннего опыта, но и поведение, то есть действия во внешнем мире. Таким образом, мы стремимся объединить два подхода – внутренний и внешний. При этом акцент делаем на внутреннем подходе, так как признаем, что практика опережает теорию, что сознание обладает самоактивной силой, опережающей и, в какой-то степени, определяющей внешнее взаимодействие.

Исток преобладающей акцентированности на «внутреннем», лежит в этой неравности соотношения внутреннего – и – внешнего на различных этапах/стадиях развития. При равном соотношении мы уже будем в Недвойственности. Следовать внутренней необходимости, значит следовать за Зовом Истины, а не потакать своим слабостям, эгоистическим интересам и т. п.

Переориентировавшись вовнутрь, самость *обретает интуицию* Истины и знает (вначале на этом уровне), что и как делать, как действовать, начинает видеть доступные перспективы. Мы начинаем где-то понимать, что наше предвечное, Изначальное Я есть Истина, Бог, Дух, а не нечто обусловленное, биосоциальное, находящееся во времени и имеющее релятивную природу. Это сознание/ощущение есть как Начало, так и Конец пути развития. Но, по сути, это сознание/ощущение без-начально, то есть вечно и наши слова о начале и конце просто отмечают уровневые моменты бытия/познания.

¹ Можно, конечно, отстегнуться от всего внешнего и уповать только на внутреннюю гармонию. Но как тогда вы пойдёте дальше и схлопнете противоположности, если они одинаково во внешнем-и-внутреннем? Как вы интегрируете «внешнее»? То есть, гармония будет тогда, когда индивид поднимется над внутренним-и-внешним, охватит и одно и другое, все и вся. Ничего не останется за пределами Целого.

Следуя за внутренней необходимостью, индивид открывает Большое Я или Истину, которая и есть его истинная сущность, бесконечно большее, чем его маленькое «я», полное эмоций, импульсов, страдания, потока преходящих состояний, мыслей, идей, концепций. Это Реальность, а не ещё одна мысль среди других. Интеллектуал живёт в интеллекте, а мистик в Духе.

Когда говорится о «внутреннем», то это, на данном этапе, отражает тот уровень, с которого начинается сознательно – активное развитие, где разделение присутствует в силу наличия данных границ или сжатого в оболочку «эго», «я», осознания себя как отдельного существования (самозамыкание).

Внутреннее – и – внешнее, это двойственность. Учение Дзогчен сразу внедряет сознание не – двойственности. Но это уже ставшее учение/практика, для освоения которого нужны учителя и передача знания. Но мы не имеем к этому доступа и вряд ли когда вообще встретимся с человеком, носителем этого знания. Поэтому, наш путь есть путь внутренний, исследовательски – экспериментальный, где мы идём от одного уровня развития бытия/познания (единство уровней реальности и сознания) к другому, более высокому и целостному, чем предыдущий. В этом пути следуем за открытым для непосредственного ощущения Зовом Истины (фундаментальная тоска), исследуем и экспериментируем, прилагаем усилия, горим страстью любви (к Истине), чтобы продвинуться дальше к Цели.

Следуя духу интегральности, я изначально объединяю бытие-и-сознание. В абсолютном смысле это одно и то же. В относительном проявленном мире нужно следить за *балансом* бытия-и-сознания.

Может ли человек, идя, так сказать, только по внутренней интуиции, естественным образом раскрывая свой потенциал, достигнуть Высшей Цели? Может. И в этом основной пафос или мотивация.

Полагаемся главным образом на собственные силы (но, не отвергая благотворные влияния извне), на Зов Истины, теургию или совместное с Богом действие. Если принять негативное убеждение, что «мы недостойны», «ну куда нам», и так далее, то вообще не о чем говорить (комплекс Ионы). Промежуточными заменителями не спастись. Вместо трансценденции происходит аннигиляция «я». В конце концов, без *собственных* усилий, практики быть не может. Такое вот жёсткое разделение на «собственные силы» и «внешние влияния», само свидетельствует о недостаточности осознания проблемы².

В несовпадении, противоречии и борьбе между внутренним – и – внешним, мы выбираем «внутреннее» и *решительно*, твёрдо, бескомпромиссно встаём на его сторону. Колебания только усугубят наше положение. Индивид внутренне знает, как поступать правильно

² «Да куда уж мне!», «Я не могу!» и так далее. То есть человек, как правило, не знает своих возможностей, не знает себя, а оценивает свои перспективы по общераспространённым стереотипам, по примерам, по конвенциональным оценкам других, по тому опыту, который был у него до сих пор. И это незнание себя касается как простых физических возможностей, так и эстетических, моральных, эмоциональных, межличностных, душевных, духовных. Часто человек даже не знает своих сильных сторон, и не подозревает, что они существуют. Это следствие отрицательного воздействия социальной микро и макросреды. Когда среда авторитарна, то актуализация подавляется, высмеивается. Но это и повод для закалки в противоположном направлении. Я считаю, что индивид уже может достичь или быть на самом высшем уровне (недвойственном) развития (по крайней мере, начать активную адаптацию) к 16 – 20 годам, если начиная с 12 летнего возраста (а то и раньше) получит хоть какие-то, пусть и кратковременные подлинные влияния. Но они этого не получают. Поэтому естественное глобальное развитие прерывается и чтобы в дальнейшем достигнуть Высшей Цели, им надо пройти долгие десятилетия трудной борьбы. Социум, поскольку он тяготеет к сравнительно низкому уровню развития (когда больше половины населения можно грубо называть нацистами), сопротивляется слишком высоким ценностям. Здесь может возникнуть не только когнитивный, но и нравственный, сущностный, эмоциональный, душевный диссонанс. Свет становится врагом. *Человек не выдерживает ясности и простоты.* Ведь тогда придётся все поменять. Поэтому происходит почти сознательная, целенаправленная работа по самопомрачению. Подросток, юноша, очень тонко чувствует эти узловые переломы. Для естественного восходящего развития, по сути, ничего не надо, как адекватно уяснить, понять и принять эти уроки и не впадать в доминирующую тенденцию по самопомрачению. Внутреннее – это, можно сказать, идеальная модель восходящей эволюции, какой она могла бы быть, если бы индивид избегал отрицательных и патологических влияний.

с точки зрения развития. Сбивающие, отвлекающие, преграждающие факторы должны быть преодолены³.

Выбираем «внутреннее», потому что оно непосредственно доступно нам: мы можем быть с ним в постоянном контакте, влиять на него, управлять им, воздействовать на него, а через это и на своё поведение, на «внешнее». Если нет «внутреннего», то нет и «внешнего» и наоборот. Но «внутреннее» самоактивно, опережает «внешнее», держит инициативу в своём взаимодействии с внешним. Внутренний Огонь Духа является источником нашей страсти. Найти, распознать, разжечь это пламя (тапас) – одна из главных задач начала пути развития. Я не вижу, чтобы без этого вообще было возможно какое-то подлинное развитие. Индивид должен быть горячим, живым, а не теплым, при смерти. Можно позволить себе быть живым, если вы абсолютно властны в своем внутреннем мире и над своей жизнью-смертью.

В потоке жизни мы встаём перед выбором между внутренним – Истиной, Добром, Красотой и внешним – нормами и правилами, стереотипами, условностями, местом проживания, выгодой и т. п. (конвенциональное). Там где внутреннее – и – внешнее расходятся, мы выбираем внутреннее. Действуем в интересах Истины. Находясь «внутри» мы можем предпринимать практические шаги по всем направлениям. Мы можем развиваться, находясь у самих себя, будучи самими собой⁴.

По ходу развития я описываю непосредственно воспринимаемую внутреннюю реальность, открывающуюся в экспериментально – исследовательской деятельности, в практике.

Практика – это ориентирное движение в потоке развития. То, что мы занимаемся, например, йогой, воинскими единоборствами, медитацией и т.п., ещё не является практикой. Это можно назвать скорее пред – практикой или её активацией. Практика начинается только тогда, когда мы вступили в контакт с внутренней реальностью развития, внутренними фактами, прорвали некую *мембрану*, отделяющую нас от внешне ориентированного объектного сознания к внутренне ориентирующемуся самосознанию (перешли от сознания к самосознанию). *Тогда «Я», самость, видит реалии (внутренние факты) и может с ними действовать, осознанно осуществлять навигацию и интеграцию (действуя так же и во внешнем мире, но при управляемом внутреннем состоянии). Вот здесь только происходит настоящее зрячее развитие.*

Практика берет не некие преподанные извне упражнения, а повседневность, здесь и теперь существование, и, концентрируя внимание на это непосредственное текущее настоящее, как оно есть, работает с нею (и в ней) применяя ориентиры. Самые обыденные вещи становятся полем развития. Практика просто есть и не может не быть.

Практика опережает теорию, а, вернее говоря, практика опережает объективацию. Сознание действует сзади – во время – впереди практики. Оно действует совместно с практикой, с бытием. Практики не может быть без самосознания или сверхсознания, то есть без движения непосредственной самости, без «я». А наличие сознания, под и сверх – сознания, уже есть некая «теория». Если под теорией понимать объективированный в тексте (интеллекте), систематизированный опыт, то он, конечно, будет следовать после практики. Практика есть не просто занятие чем-то, а активность центра, самости, «я». Но можно, конечно, чем-то заниматься считая это практикой и надеяться на случайность.

³ Внутреннее-и-внешнее совпадают лишь в предельном смысле и в идеальном случае. Собственно развитие и есть этот процесс достижения полного совпадения внутреннего и внешнего в недвойственности. Хотя, знатоки утверждают, что и здесь существуют едва уловимые движения.

⁴ Конвенциональное, конечно, не значит плохое. Оно необходимо для выживания. Плохо то, что оно принимается как исключающее все другое, особенно, более высшее. Низшее может подавлять высшее, и оно это делает. Тоталитаризм, отсутствие личной свободы, доводит это расхождение между внутренним-и-внешним до антагонизма и просто невозможности существования.

В отличие от учёного, который имеет дело (главным образом) с другими людьми или предметами, ты ставишь опыты на самом себе. Здесь, конечно, есть риск, но он *мобилизует*. Твоя задача в том, чтобы непосредственно самому испытывать (и превосходить) те феномены, ту реальность, которая открывается на различных уровнях, в разных плоскостях. Мистик – это испытатель, экспериментатор. В этом его сходство с учёным. Но мистик экспериментирует над самим собой.

Знания как таковые, не развивают. Развивает непосредственное переживание, испытание. И не надо элементарно путать образование и образованность с подлинным высшим развитием. Знания будут полезны при условии наличия самого восходящего Потока развития, который сам ещё должен быть актуализирован. Но знания могут упасть на благодатную почву и поспособствовать этой актуализации.

Но вместе с этим, применяется *спекулятивное* рассмотрение (то, что не основано на воспринимаемой тут-реальности), как необходимый элемент познания. Оно раздвигает рамки возможности осознания, предвеля расширение практики. Кроме того, развитие не является отказом от рационального познания, а использование его и превосхождение. Чтобы идти дальше ума, нужно его развивать (заглядывая выше), а не отказываться ради чувства, то есть сводить высшее к низшему. Ум должен быть хорошо развит, чтобы в совершенстве проявлять вездесущий Дух. Ум – это ещё одно поле для игры Духа, наряду с материей, телом, эмоциями, душой.

Те, кто действительно занимается экспериментально – исследовательской деятельностью, неважно где, в сфере науки или мистицизма, знают, что ценны не только правильные ответы, но и ошибочные линии, ведущие в тупик, в патологию. Поэтому, должны быть отражены не только верные ответы, но и не верные.

Учёный может исследовать сектор я – я (субъективное) совершенствуя методы и технические средства, через корреляции в других секторах: я – оно (объективное), я – мы (интерсубъективное), я – они (коллективное). Но, чтобы увидеть внутреннюю реальность в её собственной ипостаси, нужно перейти в сектор «я – я», то есть обратить взор в самого себя. По всей вероятности, в общем, окончательно верную картину можно получить, сочетая субъективные, объективные и интерсубъективные методы познания. Научное познание Бога возможно частично и если это не делается, то только из недостаточности развития самой науки, отсутствия верной направленности её средств. Наука – это не все, что у нас есть для адекватного познания. Действительно, нужно превзойти ментальное, рациональное познание, чтобы понимать и принимать её ограниченность.

За внешним скрывается «внутреннее», которое нельзя увидеть внешними органами чувств. Например: нельзя увидеть течение внутренних энергий, но на них можно обратить внимание, распознать и чувствовать внутренними органами чувств, т.е. непосредственно ощущать течения энергий, их зарождение, накопление. Сколько бы вы глазами не смотрели на себя в зеркало, вы их не увидите. Конечно, они скрываются за внешними признаками, но что именно они значат, какое содержание стоит за этим, мы можем узнать, непосредственно переживая и осознавая это содержание. Само «внешнее» познание при своем развитии неизбежно соединяется с «внутренним».

Не описание от второго или третьего лица, а непосредственное переживание самого индивида (*первое лицо*). Это мистический путь. Идея *интегрального мистицизма* состоит в том, чтобы имея непосредственное переживание всех уровней и сфер *в их собственной среде*, одновременно с этим, использовать языки «оно» (наука), «мы» (культура), «они» (социальные и технические системы). Но акцент делается на том, что всего ближе индивиду – на его собственную эволюцию к последней вершине.

Можно идти во – вне и путешествуя по миру, искать людей постигших Истину; можно заниматься научными исследованиями материи, атома и видимой вселенной; можно изучать

других людей, нации и народы планеты и т. д. Но можно поступить и иначе: обратить взор в то, что ближе всего и мало, или совсем не изучено, в самого себя, во внутренний мир, во внутренние пространства, скрытые от внешних взглядов, но непосредственно воспринимаемые внутри себя. Для этого не нужно приспособлений, приборов, посредников, а только сила сознания «я».

Обращая внимание внутрь, мы идём в глубину. Это, конечно, не значит, что внешне данное не имеет глубины. Ведь все что имеет внешнее, имеет и внутреннее. Внутреннее – это глубина. Но мы сами всегда с собой и можем обратиться к изучению в любой момент, не откладывая. Путаница возникает, когда не фиксируется различие смыслов «внутреннего». В одном случае под «внутренним» сразу подразумевается индивидуально внутреннее, то, что находится во внутреннем мире, а в другом вообще все предметы и явления, все, что существует безотносительно к самому индивиду.

Если этот внутренний мир почти не фиксируется (по сравнению с открытой частью реальности) физическими приборами (в настоящее время), то это не значит, что он не существует (мы можем интерпретировать внутреннее по внешним признакам). Любой человек в той или иной форме, на том или ином уровне, каждодневно переживает эти реальности. Мы же обращаемся к ней не от случая к случаю (от одного стресса к другому, от одной экстремальной ситуации к другой), а специально, на систематической основе. Мы исследуем внутренние пространства. Наука просто ещё недостаточно развита, чтобы объективными методами регистрировать тонкие и очень тонкие внутренние факты. Но это не значит, что они не существуют. Если это ощущает человек и это проверяется в течение тысяч лет мировыми традициями, то это существует.

Более тонкое и «эфмерное», поскольку оно выше (целостнее), чем менее тонкое, грубое, и *включает* его, может влиять и определять это менее тонкое, грубое, материальное. Невидимое, находящееся в развитом и высоком целом, определяет видимое. Развитый индивид, контактирующий с этим более тонким уровнем, имеющий доступ к нему, может осознанно воздействовать на все менее тонкое, грубое, плотное. Если вообразить, что сознание выключилось из нашего мира, то что бы осталось?

«Внутренний» – «в себе», во «внутри», а через «внутреннее» к «внешнему». «Внутреннее» определяет «внешнее». Конечно, «внутреннее» не существует без «внешнего», которое само оказывает значительное (порой определяющее) влияние. Но мы, наше «я», может достичь такой власти над самим собой, что наша *собственная сознательная активность оказывается определяющей*.

Можно различать персонально внешнее: тело, реакции, мимику и т.д., то, что каким – либо образом проявляется и фиксируется внешними органами чувств и объективно внешнее, объекты, с чем индивид, так или иначе, взаимодействует. В зеркало ты видишь своё тело, признаки, но не своё «я». Его можно увидеть через обращение внутрь себя или общение с «другим». Оно не является физическим объектом. То есть, мы должны предпринять некоторые усилия для перехода барьера, отделяющего наше сознание от созерцания внутреннего мира.

Истинное «Я» определяет само себя, является самоопределяющимся. Свободно то, что само себя определяет. Мы сознательно развиваемся, создаем себя сами. Иначе бы мы не могли ничего делать. Практика есть то, что исходит из твоего сознания «я», а не просто упражнения, занятия, дела.

Внимание переключается на невидимые физическими глазами внутренние действия, реакции, состояния, на непосредственно живое развитие, а не на его объективацию, концептуализацию, выражение, формулирование. Это вторичный, не главный вопрос. Он имеет значение только для других, тех, кто хочет таким образом узнать об этом. От него нужно отказаться, так как это, без сомнения, плохо влияет на продвижение. В себе, в реальности,

в действительности, а не на бумаге, не в уме. Хотя, можно в значительной степени *избежать негативного (стопорящего) влияния объективации и концептуализации*, если относиться к ним особым образом, как бы «между прочим», не придавая никакого серьёзного значения. Это я называю вторым методом – методом «между прочим». Это создание особого психологического состояния, когда писание негативно не влияет на саму практику развития. Когда внимание удерживается исключительно на практике (во внутреннем потоке развития), тогда писание будет побочным, даже не продуктом, а способом ни к чему не обязывающего выражения. На мой взгляд, только таким образом можно наиболее адекватно отразить реальность практики, исключить литературность и избежать негативного влияния.

Для медитации.

Сектор Верхнелевый (внутреннее, индивидуальное), от первого лица. Непосредственное переживание, контакт с реальностью (разных уровней: тела, эмоций, души, духа). Во – внутрь. Я. Самость. Но не оставляй не задействованным 2-е лицо (мы) и 3-е лицо (оно). Внутренний Путь имеет дело главным образом с Верхним Левым Сектором, то есть с интенциональным, индивидуальным «я», с первым лицом. Но, понимая это, не исключай и другие сектора: «мы» и «оно».

§3. Активатор

Если есть активация (приведение к действию, запуск), то должен быть и активатор, тот, кто запускает развитие. Активатор – возбудитель изменений, воздействий и т.п., то есть являющийся причиной изменений, причинитель, источник активности. Активатором саморазвития выступает само «я» сознания или самость индивида. Существует тот, кто толкает (Я, Самость) и что притягивает (Истина). В конечном счёте, толкателем и притягивателем является Истина. Центром принятия решения являешься ты сам (Истинное Я). Ты можешь инициировать развитие, войти в него, а можешь и отвергнуть этот путь, уйти с него и жить как все, просто приспособливаясь ко всему внешнему, к данным обстоятельствам. Но это не развитие. Ты не приспособливаешься к ситуации, а создаёшь её. Это ещё один довод в пользу Внутреннего Пути. Развивателем являешься ты сам в своём глубоком Я, том Я, которое ощущает Зов Истины. Это уже не неясное томление души, приходящее и уходящее, а явно осознанная и усиливаемая страсть к Предельному Духу.

Как называть человека, идущего по такому внутреннему пути? Можно просто путник, можно искатель, а можно и более агрессивно – активатор. По большому счёту название не важно, но просто нужно как-то отметить различие. Вообще различающий ум или способность к различению, является важной составляющей движения.

Активатор – индивид, идущий по внутреннему пути самостоятельного саморазвития. Это самоактивное, самостийное движение/восхождение к все более высокому уровню бытия/сознания. Ты сам (в своём Истинном Я) являешься причиной восхождения. Ты не ждёшь, пока обстоятельства сложатся благоприятным образом, не надеешься на то, что кто-то придёт и научит, направит, поруководит, проводит, покажет и т. д. Все это не подходит. Такой вялый подход свойственен обычному экстенсивному подходу, надеющемуся на среду и воздействия. Нужна бешеная, неуклонная активность (здесь и теперь бытие) не теряющая разума, преодолевающая все препятствия. Для этого и внутренний путь.

С этой активизацией связана и индивидуализация. Она является реализацией активности и способом её существования.

Активация (возбуждение) характеризует количественную сторону эмоций. Необходим какой-то оптимальный уровень активации для достижения наилучшей эффективности исполнения деятельности (Накал-Настройка). Активатор – тот, кто может управлять *уровнем* активации, делать её наиболее благоприятной на данном этапе в данное время. Непосредственная самость является этим активатором (источником активации) осуществляющим навигацию и интеграцию внутренних потоков развития.

Конечно, можно возражать каким-либо образом, но, часто, на мой взгляд, эти возражения носят или чисто семантический или эгоистический характер и не имеют отношения к вариациям. Практика устраняет эту недостаточную определённости смысла. Неопределённость устраняется в действии (внутреннего или/и внешнего характера). Для того, чтобы купить кусочек сыра, вам нужно сходить в магазин. Вы можете мечтать, предполагать, умствовать, но вам придется встать с дивана, одеться, открыть дверь и выйти из квартиры.

§4. Активация

Активация происходит в Предстартовом периоде. Начало – активация. Активировать – сделать систему работающей, ввести факторы, которые провоцируют развитие. Инициирование работы.

Теми факторами, которые позволяют принять решение об активации саморазвития, являются: переворот в представлении о себе; поворот от «внешнего» к «внутреннему» и т. д. Неудовлетворённость собой и знание возможности бытия на более высоком уровне (состояния, пиковые переживания, изменённые состояния сознания), толкает на саморазвитие, самосовершенствование. Развитие на более и более высокие уровни не только возможно и желательно, но становится *потребностью*.

Сама активация сопровождается благоприятными изменениями, приносящими новые аргументы для продолжения работы. То есть, эта работа сама поддерживается и усиливается теми изменениями, мобилизациями тех ресурсов, которые происходят. Как только уделяешь внимание Пути, так *сразу это* даёт улучшение по всем направлениям. Вот это быстрое улучшение свидетельствует, что ВП – это и есть то, что надо. Появляется осознание, что есть решимость действительно измениться радикально и что для этого есть все возможности, что ведутся практические действия, проводятся соответствующие мероприятия.

Активация – это тоже что и Начало или Запуск. Это тот момент (подъем), когда внутренние силы приходят в определённое сочетание, выражающееся в едино-направленном стремлении к саморазвитию (предельная устремлённость). Эту активацию осуществляет твоя непосредственная самость.

Активировать – воспринимать реальные события жизни, соприкасаться с ними таким образом, чтобы они тебя революционизировали, изменяли вплоть до полного преобразования.

Вдохновляет эта убеждённость в том, что в тебе и в каждом человеке, присутствует Божественное Начало и что путём самопознания и саморазвития, ты можешь достичь любых вершин, достичь своей цели, слиться с Богом, Истиной в неразделимое целое ещё при жизни. Есть то, что от Бога. Если бы все было закрыто природно-социальным миром (конвенционализм), то не было бы никаких перспектив. Что было до Большого Взрыва? Неужели 4,8 миллиардов лет эволюции вселенной и миллионы лет эволюции живой материи на планете Земля, произошли только для того, чтобы родить это еле живое существо с тусклым сознанием? Надеюсь, что нет. Ты можешь перейти на следующую, пост – конвенциональную (и пост – пост – конвенциональную, трансперсональную) стадию развития. Бог, Истина, Предельный Дух отменяет определённый кретинизм социального мира (коллективное внутреннее, «я – мы» и коллективное внешнее, «я – они») и даёт надежду на то, что путём испытания, практики можно получить радикальное изменение и превзойти этот социальный мир. Этот переход связан с выходом за пределы сформированного в ходе социализации индивида отдельного эго. Такая перспектива тем более актуальна, если социум носит авторитарный или тоталитарный характер (иерархия господства, а не актуализации).

Можно говорить о желании развиваться, но можете ли вы *прямо сейчас* решиться на какое – то изменение в своей жизни? Есть многое того, что как бы не позволяет вам это сделать. Находятся тысячи причин, чтобы оставить все как есть. Так вот, есть те привязанности, условия, устоявшееся, что является препятствием для изменения. Можно представить (визуализировать), что вам нужно сделать, от чего отказаться, чтобы изменение произошло, чтобы решение было принято. Когда это установлено, нужно проработать эти причины отказа от развития (они могут быть достаточно серьёзные), сделать так, чтобы они исчезли как таковые препятствия. Нужно смириться с тем, что от многого придётся отказаться. Ведь, в конце концов, для радикального изменения, вам придётся отказаться

от самого себя, от ощущения отдельного существования, от «я», от собственности на свои чувства, состояния. А как вы это сделаете, если не можете отвязаться от чего-то меньшего? Такое положение подобно ситуации с умирающим, находящемся на смертном одре и сопротивляющегося смерти только от того, что ему жаль потерять мелкие, но милые его сердцу вещи. Тогда умирание будет трудным. Тогда ты не войдёшь в смерть в полном сознании и не сможешь управлять посмертным состоянием. Тогда ты загодя затемнишь своё сознание. Ведь сейчас ты потеряешь не только материальные вещи, о которых столько нервных переживаний, но и сами чувства, ум, тело, своё «эго». Развитие подобно сознательной смерти: все «оболочки» превосходятся, остаётся одно Чистое Я не подверженное изменениям и воздействиям.

§5. Метафора Пути

Путь – дорога, тропа, направление. Это нечто обдуманное, спланированное, карта, помеченная местность, расстояние, маршрут от одного пункта к другому. Она нужна не как раз навсегда данное, а как многовариантное, актуально *корректируемое* направление движения. Многое может измениться по ходу движения. Нельзя заранее предугадать, как все повернется: задержимся ли мы где-то, остановимся, потеряв цель, или вообще свернём с пути. Заранее знать невозможно. Знать можно, когда уже прошёл свой путь. Путь – не предзаданное, а все время переконструируемое, перенастраиваемое, корректируемое. Главное происходит вдруг, и, быть может, не по тем причинам, какие ты этому произошедшему приписываешь. Сверхтонкие настройки, оказывающие определяющее влияние часто (почти всегда) не вербализуемы. Главное остаётся ненаписанным. Как не наводи резкость слову, оно не станет самой реальностью. Поэтому, прежде необходима практика, живой опыт. Путь – спектр перспектив, а не клетка, зажимающая в одном коридоре.

Наверное, должна быть ещё более мощная метафора, чем метафора Пути. Для «пути» требуется начало и конец, прохождение.

Путь развития – не уже готовая дорога, а та, которую в большой степени тебе приходится самому проторять. Ведь ты не можешь знать прежде, должным образом обеспечивающим продвижение, чем вступишь в контакт с той или иной реальностью. Это непосредственно чувствуемое знание, а не теоретизирование. Умственное знание без непосредственного погружения в реалии, ничего не даёт для действительного продвижения. Вам просто не с чем работать, кроме как с мыслью, которая остается быть мыслью. Все время приходится «наступать на горло собственной песне», так как все эти излюбленные тенденции твоего «я» посредством которых эго себя утверждает и не хочет сдаваться, являются препятствиями для продвижения. Когда ты принимаешь или сдаешься на их милость, то терпишь поражение.

Путь обязательно ведёт к Цели. Путник передвигается от одной местности к другой, не задерживается надолго на одном месте. Если же он предпочтёт остановиться надолго, то теряет качества путника, деградирует, теряет цель, энергию, инерцию. Остановка размывает цель и мотив. Меняются пейзажи, дорога становится круче и труднее. Можно сбиться с пути, отчаяться и повернуть назад. Тем сильнее должна разгораться сквозная мотивирующая сила (Зов Истины). Если ты не выдержишь этого Огня, который сжигает твои вредные склонности, то что же будет, когда тебе придется погрузиться в сам источник этого? Ты не выдержишь блаженства, если сдержанная радость следования Зову уже для тебя избыточна.

И всегда – медитация на Цели. Путь – это разворачивание Цели сейчас, сейчас и сейчас.

§6. Идея Пути

Человек сам может ответить на предельные вопросы, чтобы нести ответственность за ответы, не делегируя их никому. Задавая себе (а кому ещё?) предельные вопросы о бытии и небытии, жизни и смерти, мы вначале смутно ощущаем, что есть некая Предельная Реальность, Основа Бытия, скрывающаяся за видимыми внешними формами, трудноуловимая, ускользающая от прямого взгляда, одновременно твёрдая как Глыба и зыбкая как туман⁵. Есть Истина, которой мы не обладаем (она предстаёт для нас на нашем уровне как объект, цель (двойственность)). И сразу достигнуть её мы хотим, но, как правило, не можем. Необходимо становление, путь развития, восхождения по уровням целостности бытия/познания. Изначально присутствует эта высокая интуиция об окончательной Истине, чтобы затем реализовываться в Пути.

Сознание себя не является постоянной и неизменной величиной, качеством и может (и должно быть) изменено на более высокое и глубокое самосознание, чтобы затем индивид вышел к сверхсознанию, трансцендирующему отдельное самоощущение. Для этого Пути нужны радикальные (не безболезненные) повороты и перевороты, переходы (поворотные пункты развития) от одного, менее высокого и глубокого, к другому, более высокому и глубокому, более целостному, интегрированному бытию/сознанию.

Для первого шага нужно вхождение (погружение) в круг реальности, путём чтения и самонастроек (они приобщают к ценностям, идеям, целям). Использование стимулирующих средств как внешних, так и внутренних. Здесь постепенно появляется (кристаллизуется) осознанное намерение, решимость действительно измениться радикально (Проект Спасения) и что для этого есть все возможности и ведутся практические действия, проводятся соответствующие мероприятия. *Кризисы* (страдание, боль, шок) позволяют быть более решительным, непримиримым, твёрдым, безрассудным. Безрассудство нужно для отказа от ограниченности. Начинается выход из кризиса, возрождение благодаря идее Пути. Идея Пути всегда с тобой не только в особые минуты, а всегда, непрерывно, во всех текущих делах. Проект спасения – созданный проект разрешения проблем наличного уровня путём эволюции к более высокому качественному состоянию.

Как же сделать так, чтобы идея Пути всегда была с тобой, всегда во все повседневные дела проходила через текущее настоящее, была реализуема здесь и сейчас? Может получиться так, что идея Пути находится большей частью как некое специальное занятие, отстоящее от повседневности. Тогда она *пропадает*. Так происходит, если не выработано специальной линии в каком-то деле. То есть идея Пути реализуется в ограниченной области и неизбежно уходит, как только теряется бдительность. Но она может быть всепоглощающей и присутствовать в каждом мгновении жизни, пронизывать все бытие/сознание. На мой взгляд, можно что-то сделать именно так, когда ты полностью погрузился в идею, когда она стала сверхценностью. И это не болезнь, не «отклонение от нормы», а способ действительного изменения. Для продвижения нужен очень сильный мотив, который ты сам можешь создать для себя. Возможность *жить этой идеей Пути* означает, что она каждый день, каждое мгновение тобой переживается, испытывается. Для того чтобы соединить идею с повседневностью (и преодолеть все препятствия, превзойти все границы), надо ввести ориентиры (Истина, независимость, соответствие, интеграция (1+3)), которые позволяют проводить идею в каждом мгновении здесь – теперь – сейчас – сегодня (что можно называть интеграль-

⁵ Путь развития объединяет с наукой этот метод исследования, который ты сам проводишь, задавая самому себе вопросы, открывая пути и перспективы, формируя приёмы и упражнения. За тебя никто тебе не укажет, где, что и как нужно делать, где придавить, где повернуть и т. д. Это твой Путь, требующий мобилизации и актуализации всего потенциала.

ной випассаной или интегральной тантрой). Хорошо что есть напряжение между «верхом» и «низом», так как они служат «полем» для работы.

Паломничество в себя не означает исключение внешнего интереса и деятельности. Центрирование вовнутрь просто означает, что ты полноценно осознаешь себя *в движении*, во внутренней и внешней деятельности и контролируешь условия и обстоятельства («я в мире»).

§7. Творение Пути

Путь не заранее дан, а творится каждое мгновение. Нет предопределённости. Есть Карта, но она только схема, а жизнь ей даёт твой живой опыт движения, пребывание на самой территории. Ты – хозяин своей Карты.

§8. Аспекты Пути

Хотя аспекты имеют различную степень значимости в общем развитии, но все они одинаково необходимы, так что нельзя что-то исключить, не потеряв в развитии или вообще не остановив его. Они появляются от входа во внутренний поток развития по ориентирам. Для того чтобы не упускать ничего и удерживать множество аспектов в актуальном операционном поле для навигации и интегрирования, нужно развитие *панорамной памяти*. Это рождается в своё время как потребность.

Аспектов достаточно много и они будут раскрываться как по ходу продвижения, так и в последующих текстах. Здесь мы просто перечислим некоторые из них (аспекты первого цикла):

1. Несоответствие, противоречие между сущностью и существованием. Разрешение несоответствия. Существо получает адекватную (на данном этапе) форму и способ существования.

2. Всесторонность. Различные линии.

3. Карта в целом. Обзор. Удержание. Отслеживание.

4. Невозвращение, несмотря на ошибки. Временный регресс на службе эго. Психотерапия. Работа с Тенью.

5. Внутренние и внешние цели в единстве и порознь. Что «внутреннее» и что «внешнее»?

6. Активное преодоление спадов и подъёмов. Удержание.

7. Обыденная и мистическая реальность. Мистические состояния и обыденное тело.

8. Самоограничение в численности дел. Динамический баланс.

9. Организация занятий, дел, планирование.

10. Варианты подходов к обстоятельствам: а/готовые условия; б/созданные из всех имеющихся; в/ пренебрежение ими, превосхождение; г) в любых условиях и обстоятельствах.

11. Использование внешних обстоятельств и влияний. Впечатления. Контакты. Я – они.

12. Реальность. Укоренение.

13. Внутренняя и внешняя работа одновременно.

14. Не умаляясь и не умаляя. На максимуме. Взять уровень развития в осознание. Ясное сознание. На пределе способностей, возможностей. Есть наличная мера способностей, возможностей. Развитие есть вместе с тем расширение, улучшение способностей и возможностей. Это происходит, когда исчерпывается данный уровень их развития. Чтобы развиваться, надо исчерпать наличное состояние, дойти до его предела, а затем выйти за эти пределы. Это самоотрицание, самопреодоление, самотрансценденция.

15. Развитие по своему образцу, а не по чьему-то. Независимость как автономия. Без сравнения с другими. Сравнение с выработанным собственным образцом.

16. Ограничение информации. Информация, как возбуждающее и отвлекающее средство.

17. Всестороннее соответствие.

18. Идти как есть. Независимость от фиксированных форм.

19. Кризисы. Вход и выход. Значение для развития.

20. То, что надо, уже есть. Настоящее как источник всех возможностей. Укоренение в настоящем.

21. Управление обстоятельствами и людьми. Теория и практика случайностей (совпадения). Способность предвидения, опережающего управления. Сложение обстоятельств и совпадений.

22. Смерть. Переход. Уход. Сознательность.

23. Искра. Факел. Огонь Духа. Пламя. Атман.

24. Накопление и генерирование энергии.

25. Свобода. Предпосылки. Мобильность. Полное самообладание. Это поступки, действия не по чему-то преходящему, а по «внутреннему», по сути, по духу; это отсутствие условий для твоих истинных действий, поступков, то есть, я поступаю, действую вне зависимости от того, есть условия или их нет, не принимаю в расчёт тех или иных условий. Я действую по Истине, а не по тому, какие условия есть или могут быть, или будут. Это непривязанность к какой бы то ни было собственности, к местности, к стране, к Земле и так далее. Последовательное проведение непривязанности к собственности, времени, месту. Отсутствие внутренней психологической зависимости от чего угодно. Психика должна быть свободна. Если она прикреплена (вязнет) к собственности, вожделению, чувству и так далее, то она управляема обстоятельствами. Не прилипчивость.

26. За Пределы. Только тогда будет развитие, когда есть страстное стремление к Переходу за пределы ограничений, наличного положения в иное, неизведанное.

§9. Изменение направленности

Есть дилемма. Или ты следуешь внутреннему пути (охватывающая глубина) и осуществляешь цели саморазвития, или ты следуешь тому, что и как сложилось и существует в тебе (и по отношению к тебе) без твоего участия, что существует как социобусловленность. Или ты *отрываешь* от себя эту обусловленность и идёшь к своей Цели, или ты этого не делаешь и в лучшем случае достигаешь материального благополучия (и теряешь себя).

Смерть расставит все по своим местам, но будет уже поздно. Отбросить беззаботность и думать о смерти не в конце, а в самом начале. Человеческое, обыденное воображение не выходит за рамки индивидуального рождения и смерти. Мы празднуем день рождения, но забываем о смерти, о том, что было до и будет после. Часто сознание всячески избегает хоть как-то прикасаться к этой теме. Страх сильнее. Слабость комфортна. Но твоё сознание, ощущение бытия, не должно ограничиваться ни рождением, ни смертью.

Медитация/настрой.

Я есть Дух, временно задерживающийся в теле.

Я был до рождения и буду после смерти.

Есть шанс, внутренне, прежде всего, а затем, и внешне, освободиться от зависимости, обусловленности каким бы то ни было факторами, кроме того, что есть твоё истинное «я». Быть свободным на деле, свободным в передвижениях, в месте и времени, и во всем ином. Во всем. Какая-то внешняя привязанность или препятствие обуславливается часто просто внутренними ограничениями, *малой верой* в себя и Истину, а не действительным положением дела. Когда ты не можешь отдать, то не можешь и принять. Внутренняя отвязанность, отсутствие «верёвок» (ориентир «независимость»).

Направление движения самости или, как я его называю, сознания «я» (погружение в того, кто осознает (разного на разных уровнях развития)) не вовне, используя внешние органы чувств и внешнюю деятельность, а внутрь, в глубину, во внутренний мир. (Это не исключает, а предполагает активную внешнюю деятельность, ведь в возникновении таких внешних трудностей, происходит большее проникновение (проницательность или ясновидение) во внутреннюю реальность). До этого мы уже шли вовне, насколько это было для нас возможным. И это не принесло удовлетворения. Однако, поскольку мы сторонники интегрального, всестороннего подхода, то учитываем и используем и другие важнейшие направления – к «мы», «они», «оно». Но, это внутреннее направление является *Центральным Движением (ЦД)*, без чего нет «внешнего» (как и наоборот) или оно теряет смысл (так как иначе не будет «нас», «меня»). Просто знать это или принять к сведению ничего не даёт. Внутреннее должно быть надлежащим образом дифференцировано, выделено, чтобы стать ЦД. Оно должно стать упругим, а не пребывать как некая неопределенность.

В обыденном усреднённом состоянии люди пребывают в таком положении, что воспринимают и орудуют во внешнем для них мире внешним образом, останавливаясь на уровне вещей и только чуть-чуть касаясь реалий психики, души. Чтобы идти дальше, надо переориентироваться от «внешнего» к «внутреннему», к тонким обертонам, где «обычное» уходит с центрального поля зрения, где ты совершаешь переход в бытие, характеризующегося определёнными психическими состояниями и действиями. Его чертами являются: ощущение себя (постоянное осознание своего «я»), ориентация на сами процессы, на происходящее, на тонкие и сверхтонкие ощущения и переживания (состояния). Но это не только переживания, то есть, то, что пришло и ушло, а уровень бытия/сознания, когда бытие переходит в иную систему координат, чем среднее бытие (грубая сфера). Здесь уже бытие не только

в обществе (конвенциональная стадия), то есть внешней системе координат, а в душе и духе, то есть по внутренней системе координат, не видимой непосвященным. Нужно посвящение. Этим *посвящением* является прорыв за кору внешних признаков к внутренней реальности, к внутреннему *потoku* развития⁶, к эволюции.

Есть путь Внешний и Внутренний. Внешний (в основном пассивный со стороны «я», или следующий за вызовами) путь – это обычный путь обычных людей идущих в рамках данного социума (социум-эволюция). Здесь развитие определяется влиянием внешних факторов, вызовов среды, за которыми следует внутреннее (приспособление). Но есть и Внутренний Путь, предоставляющий широкий спектр возможностей для индивидуального развития. Здесь развитие становится активным, самостоятельным, сознательным, направленным на преобразование внутреннего мира, а вслед за этим и всего твоего бытия. Приспособление тоже, конечно, важно и до определённого момента благотворно. Развитие без приспособления не может идти. *Но более высокие уровни требуют следовать более высоким образцам, которые не заданы заранее, а, как возникают из фонового бессознательного, так и формируются тобой самим благодаря твоей активности.*

Есть обыденный способ бытия, который достался тебе от родителей, от социума. Он ограничен уровнем развития социума. Он остановился, определился через традиции, нормы и правила, и эта жёсткая сдерживающая консервативная сила привязывает и, спекулируя на чувствах долга, совести, оставляет тебя на том же самом уровне, на котором находится всё общество в целом. И вот, кажется, что это и есть единственный способ бытия, который только можно вести, что он единственно правильный и верный, да и к тому же, если он дарует тебе благополучие (преимущества конформизма). Задача в том, чтобы перейти от этого застывшего, тупикового способа блокирующего дальнейшее развитие, на другой план бытия/сознания, *попасть в Поток Развития*, продвигающий тебя намного выше (тонкий, причинный, недвойственный), чем уровень развития обществ в целом и отдельных людей. Тогда все испытания будут для тебя не какими-то угрозами, которые невозможно вынести, а вдохновляющими подарками судьбы. Тогда «испытания» будут блаженством.

Простым приближением к пониманию ВП будет переориентация внимания/действия с внешних занятий и достижений, на внутренние – со стремления к развитию только физического тела, на развитие достоинств морального, психологического, интеллектуального и других планов. Заботиться не только и не столько о теле (хотя это тоже остаётся), сколько о моральных, эмоциональных, интеллектуальных, духовных аспектах своего внутреннего мира. Заботиться не столько о положении в обществе, престиже, моде, сколько о ровных отношениях со всеми независимо от любых превосходящих факторов.

Если бы развитие было *только* внешним (лишённым глубины), то в него не надо было *входить*, инициировать вхождение в Поток развития. До Потока – одна реальность, после вхождения в Поток – другая. Есть Поток – есть развитие. Когда не просто будет и будет твой внутренний мир, а когда ты будешь его хозяином – только тогда развитие реально. Некоторые утверждают, что достигли высочайшего уровня развития, тогда как на самом деле даже не приступали к нему. Чем громче крик и выше знамена, тем больше пустоты.

Но и сам Поток делится на восходящий – и – нисходящий. Восходящий Поток – это измерение глубины, внутреннее движение, требующее от тебя соответствующей направленности усилий, ориентиров, актуализации сил и способностей. Одновременно с восходящим потоком, нисходящий поток связывает нижележащие уровни, позволяет пользоваться ими и возвращаться назад для отработки ошибок.

⁶ Внутренний Поток развития. Есть некий барьер, отделяющий тебя от ясного видения внутреннего потока. Внешнее дано само по себе без твоих усилий. Оно навязчиво и необходимо. Для развития нужно управлять внутренним потоком. Чтобы это сделать, нужно пройти этот барьер, соединиться с реальностью внутреннего мира, чтобы он не был скрыт от тебя и доказывал свою реальность только по факту события.

Но, вместе с тем, реализация в близкое и далёкое «внешнее» есть то средство, благодаря которому ты можешь дополнительно *проверить*, в самом ли деле действительны твои внутренние достижения, либо они плод твоего воображения. *«Внутреннее» становится в полном смысле реальным, когда ему соответствует «внешнее».*

«Внутреннее» обладает относительной независимостью от «внешнего». Иначе они совпадали и не было бы вообще развития как такового. Но этого нет. Благодаря этому и возможно развитие, становление.

Развитие происходит, прежде всего, индивидуально, во внутреннем пространстве, принося более высокие качества, способности, возможности, ценности, а не во внешнем плане. Если материальные и социальные вещи обуславливают развитие (подмена и редукционизм), то Цель не достигается.

§10. Истина

Внутренний Путь – это путь интуитивного постижения Истины. Причём, это такое постижение, когда ты можешь сказать: «Я есть Истина!». Поскольку путь основан на мистическом познании, индивид может постигнуть мистическую Истину, то есть стать Истиной, в принципе, почти мгновенно и на любом из этапов Пути, по сути одним усилием перейдя *через* ряд ступеней саморазвития (*ускоренно* пройдя все этапы). Хотя, не смотря на то, что в радикальном понимании, ты *уже всегда* есть Истина, все же требуется становление. Здесь есть различие двух путей развития: уровнями и состояниями. Однако, в конечном счете, с абсолютного взгляда, они равны друг другу.

При таком быстром движении к Цели, все равно потом придётся возвращаться и доадаптироваться к тем или иным уровням, линиям, секторам. Нет расхождения между принципом и практикой. Если рассуждать более радикально, то для развития не нужно больше ничего, кроме убеждения, что ты уже сейчас, здесь, тут, есть Истина, Бог и действовать исходя из этого, то есть того, *как будто это так*. Это очень эффективное средство развития, которое само по себе достаточно чтобы достигнуть Цели. Хотя ты на самом деле всегда уже есть Истина, но ты этого либо вообще, либо мало осознаешь и не бытийствуешь исходя из этого. Ещё не возникли более высокие устойчивые структуры, благодаря которым достижение было бы устойчивым, постоянным. Ты живёшь, исходя из того, как будто это не так. Находишь доводы, аргументы, представления. Этому ты научился в процессе своего до/сознательного становления. То есть, ты научился не быть Истиной. Но, поскольку ты «всегда уже», то и будь как всегда уже Истина.

Само это выражение «как будто это так», применяется как психологический приём, чтобы возвратиться к реальности. Ты научился не верить, что это так, а теперь нужно вернуть эту веру.

Тщательное, постоянное следование этому везде и всюду создаёт Путь. Все методы, приёмы и т.д., то, что называется практикой, порождается в потоке восхождения. Если исходить из радикального подхода, то можно вообще уже ничего не читать дальше, а просто следовать этому и достигнуть Цели (которая как бы уже осуществилась). Знания, чтение и т. п. – это «чесотка» беспокойного ума. Если человек обратил взор в самого себя и ощутил Истину в самом себе, то он ухватил самую суть Пути.

Сокровенная суть внутреннего пути состоит в том, чтобы обратиться к Истине и увидеть, что Истина – ты сам, что Истина в тебе самом. «Я» может быть Истиной, порождать Истину, видеть Истину. Развитие есть процесс роста способности видеть Истину, быть Истиной, чувствовать Истину и отвергнуть все, что не есть Истина, чем бы и кем бы противоположное не утверждалось.

Истину нужно недолго думая, *внедрять* в каждое мгновение, во все дела, занятия. Есть то, что не охвачено сознанием Истины. Если бы это было, ты уже был бы совершенным. Задача в том, чтобы это сделать. Когда есть такая *установка*, то происходит открытие как озарение, того, что в таком – то деле, событии, занятии, ты и не помышляешь об Истине и то, что Она должна быть и здесь. Ты можешь думать о технике, способах, приёмах и так далее, но забывать о самом главном – Истине. Только кажется, что Она не имеет отношения к твоему делу, каким бы оно ни было. *Истина применима ко всему* (трансцендентность и имманентность), а не только к какому – то узкому уровню, плану, плоскости реальности, к тому, что называется возвышенным, эстетическим, вдохновенным.

Если нечто не логично, но работает на развитие, то является истинным. Если я познал малую истину, я могу познать и большую. Если я сделал малюсенькое добро, то я могу сделать и большое. Большая Истина познаётся с таких микроскопических истин.

По большому счёту, незачем обращаться к кому-то или чему-то, для того чтобы развиваться. Вообще ни к чему и ни к кому. Надо обратиться к самому себе, к повседневности, к настоящему, к самопознанию, к пониманию того, что ты есть не сгусток материи, а в своей изначальности духовное, самостийное сверхсущество, неотличимое от Истины, Бога (трансцендентность и имманентность Духа).

При исследовательски – экспериментальной ориентации легче и продуктивнее самому совершать открытия, чем читать о них и осваивать от других.

Я думаю, что всякое реальное развитие, по большому счёту, всегда идёт самостийно. Нечто не может стать «своим», если оно передано, а не открыто самостоятельно. Это, конечно, не значит, что нужно отвергать благотворные сигналы извне. Внешнее (принятие) является частью практики. Но каждый должен пройти свой Путь. «Путей столько, сколько путников».

Дело в том, что человек может не только и просто перенимать благотворное, а и создавать его. Путь, знания, озарения и т.д., *порождаются* как бы из ничего. Потенциал уже существует от рождения (и до рождения). Путник *творит* свой Путь. Даже пробуждение кундалини у каждого идёт строго индивидуально, особенно, и не является собственностью йогической практики. Гораздо больший процент, чем один, был бы людей находящихся на постконвенциональных стадиях развития, если бы они были правильно сориентированы в своих собственных состояниях ещё с детства. Это колоссальный резерв для развития, с которым не сравнятся никакие научные открытия или социальные эксперименты.

Чужой опыт, его объективация в текстах, по-моему, имеет ценность, прежде всего, как осведомление другого, то есть, носит осведомительный характер. Каждый желающий может ознакомиться с содержанием текста. Для путника это будет помощью в том смысле, что он может более осознанно, корректно, продуктивно проводить свою практику. Но копировать чужую практику – это зря тратить время. Нужно смотреть в себя, быть в контакте со своим «я», в контакте с внутренней реальностью и реализовывать естественно открывающиеся перспективы. Задача Предстартового периода – открыть свой Поток, чтобы обрести внутреннее видение. Не в том, чтобы обрести какой-то новый взгляд, особенную точку зрения, а чтобы открыть свой собственный Поток развития (непосредственное видение, контакт с реальностью).

Эволюционный поток уже есть в тебе самом. Он самопорождается и самосуществует от рождения (и до/после рождения и смерти). Достаточно прислушиваться к себе, не ломать интуитивное чувство Истины. Но, к сожалению, в процессе онтогенеза происходит не только благоприятный и необходимый процесс социализации, но и социально обусловленный слом самонастраиваемого механизма эволюции (остановка в эгоическо-кентаврической сфере). Негативное воздействие оказывает наличие в обществе иерархии доминирования вместо иерархии актуализации, авторитарные и тоталитарные уклады и режимы. Так получается потому, что воздействие оказывается на ещё не сформировавшегося человека, на ребёнка, почти всецело зависимого от окружения и не способного противостоять ему. Существующая социально-экономическая структура выполняет свою роль, обеспечивая выживание людей, но таким образом, что ломает естественный эволюционный процесс развития индивида. *Поэтому задача интегрального подхода заключается и в том, чтобы увидеть какие-то пути и методы перенастройки всей общественной системы.*

Многие не понимают (или понимают, но боятся этого, так как человек становится сильным и не нуждающимся в посредниках, или специально проводят дезинформацию), что Истина олицетворяет те внутренние качества (Имена и Атрибуты Бога), которые нам самим свойственны и которые полностью раскрываются, когда мы достигаем Истины. Имена и Атрибуты Бога – это наши собственные имена и атрибуты. Углубляя и расширяя это своё бытие в Истине, мы развиваемся, находим перспективы, средства, методы и т. д. *Рожда-*

ется свой Путь. Остаётся его только инструментализировать, то есть дать названия, коды тому, что рождается (опознание, идентификация), чтобы идеально и практически оперировать реалиями, быстро находить для использования. Вербальный слой остаётся как один из многих способов оперирования происходящим. В имеющихся учениях даются свои названия, но, если их сопоставить по своей сути, то везде говорится об одном и том же. И дело не в названиях. Если мы идём самостоятельно, мы вправе давать те наименования, которые нам кажутся подходящими. Мы хозяева своего мира. Я хозяин своего мира, вы – хозяин своего и мы можем, поэтому, вступать в диалог.

Я признаю становление. Но, если вы можете обойтись без этого, то сделайте, как хотите. Уровни развития все равно будут присутствовать, хотя бы в неявной, свёрнутой форме.

Никакой Путь невозможен, если ты полон самоуничтожения, убеждён в своей неполноценности, в том, что ты не на что не способен, ничего не можешь и неважно по убеждению или по любви. Нужно совершить *переворот* в представлении о себе и осознать себя как потенциального Бога. Да, да именно это. Нужно вспомнить себя, осознать, познать и «забыть», то есть трансцендировать «себя» ради Истины. Возвращение или возвышение к себе истинному ничего не имеет общего с возвеличиванием своего эго, себя как ограниченного «я». Мне думается, что это настолько ясно, что даже упоминать об этом как-то неприлично.

Истина есть начало и конец Пути. Нельзя *начать*, если ты не ощущаешь свою связь с Истиной, и нельзя кончить, не объединившись с Истиной. Из этого «начального» мотива рождается вход в восходящий (Эрос) Поток развития, когда ты соединяешься с нелицеприятной реальностью существования, которая не льстит твоему эго, а есть таковая, каковая есть. Это начало мистицизма. Бог есть Истина, а Истина есть то, что есть.

Быть мистиком – значит быть в контакте с реальностью. Реальность мистична. Мистична любая случайность, любая вещь, любая пылинка, событие, работа, путь. Мистицизм – видение скрытой Сути за всеми вещами, событиями. Почему реальность мистична? Потому что она есть связь с вездесущей Истиной.

Больше надо опираться на живой опыт, а не на философию. Философия тоже важна для выработки пути, но она играет служебную роль по отношению к живому опыту. Если нет опыта, практики, то никакая философия не поможет. Мистицизм – это жажда бытия в Истине, реализация тоски по чистому бытию.

Нужно войти в Поток развития. Если это не сделано, то никакие разрозненные методы не имеют большой пользы (если только они не дадут такую возможность входа). Вход – это соединение с внутренними реалиями развития. Когда ты вошёл, то видишь, что надо развивать, на что и как надо воздействовать и т. д. А когда нет входа, то разрозненные упражнения применяются без сознания их места и ценности для развития. Это – действие наобум. Ты не можешь инициировать интегральную практику, привлекать различные линии работы и ими манипулировать/оперировать. *Нет входа – нет действительного внутреннего видения пространства развития.* Но, если есть «вход» и «выход», то «развитие» конечно. Оно, поскольку началось, должно рано или поздно кончиться. Что это будет? Или это остановка, деградация, регрессия, заморозка, в каком-то определённом уровне, или это достигнутость Цели – слияние с Истиной, Богом...

Во Внутреннем Пути найдётся множество «проводников», которые никогда не ходили по нему, но слышали или читали о нем. Если тебя угораздит спросить о Пути, они наговорят много того, чего сами не испытывали, о чем не имеют ни малейшего понятия (достоверного знания основанного на собственном опыте). Споры в этом отношении мало имеют смысла. Если что имеет смысл, так это осведомительный характер бесед. Когда есть контакт с Реальностью, реалиями, вы можете использовать различные слова и подходы, различные

варианты, имея в виду существование самого факта. И это будет верным подходом, не отрицающим существования самого факта.

Истина понимается не только как конечная цель (и начальное условие), но и как процесс (всеобщее и конкретное), в котором индивид приводит себя в соответствие с Истиной. Есть Истина как самый высший уровень развития, а есть Истина как истина развития данного этапа движения (образ себя, образец – результат), данного уровня, перехода.

Истина вездесуща. Она имманентна и трансцендентна одновременно. Она есть и начало, и цель, и процесс. Она уже есть сейчас, здесь и в то же время, представляет собой Цель процесса развития. Истина – тайна бытия/сознания, которая всегда здесь и скрыта за завесой, которую самость приподнимает своим развитием. Она есть конкретика каждого момента и цель всего движения.

Нет развития там, где ты опираешься на свои излюбленные убеждения. Ты «знаешь» и эта ориентация на знание и препятствует прорыву к неизведанной реальности. А развитие идёт там, где ты не знаешь опор и тебе нужно заново вырабатывать ориентиры. Решиться на Путь – значит отвязать себя и упасть в бездну веры, в неизвестное, где нет никаких опор. И только потом рождаются слова и определения. *Вера* не есть нечто статичное, раз и навсегда данное. Её можно приобрести, но можно и лишиться, и опять приобрести. Вера укрепляется. Риски, угрозы существованию и развитию, могут укрепить веру. Они – возможность, линия действия для тебя, чтобы увеличивать свою веру. Когда нет видимых или мыслимых оснований для успеха, то остаётся лишь одно – укреплять веру. На вере можно пройти весь путь от начала до конца. Вера – это не тление, а пламя, сжигающее тебя изнутри. Здесь страсти другого, не плотского, а духовного рода. Путь есть так же эта борьба за свою веру, её укрепление, углубление, борьба против страха смерти, против *энтропии*.

Истина есть сердце, мотор, двигатель развития. Все остальное – следствие, поверхность, способы, пути, реализации, проявления, признаки. Есть только Истина.

Не сдерживай себя в познании Истины.

Медитация

Я есть Истина. Я живу так, как будто это так...

Я уже сейчас есть Истина, действую так, как будто это так...

Я помышляю об Истине всегда и везде, в каждом деле, в каждом переживании, каждом мгновении настоящего...

Везде Истина, везде Бог...

§11. Некоторые особенности

Не может быть так, что непосредственно переживаемое в течение продолжительного времени как устойчивое бытие/сознание и подтверждаемое различными источниками, было ложным. Возможны искажения или неадекватная интерпретация, но *факты этим не отменяешь*.

Идея состоит в почти *одновременности* теории и практики, то есть, то, что ты определяешь в теории, ты должен сначала испытать на практике, в своём бытии/сознании. Это сложное взаимоотношение, которое трудно осуществить. После знакомства с интегральной психологией Кена, отпала необходимость во многих разработках, хотя кое-что по-прежнему требуется, что я и делаю. Я просто не отбрасываю то, что было достигнуто мною до этого. Получился вариант интегральной практики со своими *особенностями* (ориентиры, ориентирное движение, периоды). Но на самом деле практика опережает теорию и по своему содержанию, конечно же, значительно богаче, чем теория. Тексты с контекстами отражают, по моим ощущениям, в лучшем случае один процент важных моментов реальности. Текст – тоненькая ниточка, проходящая сквозь безграничность существования.

Кроме того, идея состоит и в том, чтобы не прерывать практику ничем, чтобы она была *постоянна*. Истина не берет выходных. Если мы выбираем упражнения и с помощью их пытаемся продвигаться, то вынуждены отводить для их выполнения какое – то время, специально привлекать какие – то ресурсы. Как не крути, а получается разрыв в практике. (Это тоже нужно, но не нужно на этом останавливаться). Она прерывается теми делами или их отсутствием, которые лежат между упражнениями. Кроме того, в «упражненческую» часть не входит ночь, работа, вождение автомобиля, и т.д., то есть мы отсекаем от практики остальную и существенную часть действительности. *Идея в том, чтобы уже сейчас включать в практику в с ю действительность без изъятия*.

Как же это сделать? Берём ориентиры (1+3) и, давая себе отчёт о своём бытии в непосредственном тут – сейчас, применяем их для ориентации в этом мгновении настоящего. При этом мы не отказываемся от уместных упражнений. Экспериментально – исследовательским полем является вся действительность, вся непрерывная, *бесшовная* реальность, все что угодно. Тогда отношение между упражнениями и действительностью как бы переворачивается. Вводя упражнение, мы рискуем помешать практике.

Если даже есть «упражнения», то время между ними можно заполнить Ориентирной Практикой.

В самом начале мы не имеем обобщений, а строим свою практику из интуитивно найденных решений, основанных на собственных исследованиях и, частично, на мировых традициях мудрости. С появлением опыта (вхождение в Поток развития, контакт с реальностью), мы уже можем самостоятельно обобщать и более сознательно продолжать практику. То есть, Внутренний Путь – это экспериментально-исследовательский путь, в котором теория играет подчинённую роль. Можно продвигаться и без всякой теории и руководства, просто доверяясь интуиции, озарениям, мудрости эволюции, уже заложенной в каждом из нас. Опора делается на устремлённость к Истине, страсть к ней, которая выполняется на практике. Этот Зов Истины усиливается и принимается за универсальный регулятор и направитель (Ориентир Ориентиров). Под Истиной понимается Бог, Основа Бытия, Предельная Реальность, Бесконечное Существование, Абсолют, Недвойственный Один Вкус, Пустота, Истинное Я, Высшее Я и т.д., под каким бы именем она не скрывалась. Я просто объединил все то, что называется Высшим под одним словом «Истина». Сейчас для нас не имеет особого смысла вдаваться в спекулятивные размышления о различиях.

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.