АНДРЕЙ КУДАН
откровение души
переосмысление
12+

Андрей Кудан

Откровение души. Переосмысление

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=27348812
SelfPub; 2022

Аннотация

Переосмысление – это расширенная версию первой книги Откровение души. Она навигатор, который приведет вас к раскрытию себя. Вы получите подсказки, как сознать себя и путь, по которому идете.

Андрей Кудан
Откровение души. Переосмысление

Один буддийский мастер прочёл ученикам прекрасный текст, который растрогал всех. Ученики сразу же спросили: "Кто написал его?" "Если я скажу, что это Будда, вы будете благоговеть перед текстом, возлагать каждое утро на него цветы и отдавать поклоны. Если я скажу, что этот текст написал патриарх, вы будете испытывать большое почтение, но уже не будете преклоняться перед ним так, как перед текстом Будды. Если я скажу, что автором был монах, вы, пожалуй, растеряетесь. А если узнаете, что текст написал наш повар, вы просто посмеётесь", – ответил учитель.

Рамеш С. Балсекар

Кто я?

Я – ваш навигатор на пути к осознанности.

Если захотите сравнить меня с другой книгой, то утеряете смысл между строк, думая, чем я хуже или лучше.

Как читаете, так и живёте. Если сравниваете меня с другими книжками, то и на мир надеваете ярлыки. Выносите

суждения по видимой форме.

Может это не мироздание такое, а вы застыли как манекен.

Скорее всего вам никто этого не говорил.

А вот я вам напомню и подскажу:

Человек – это изменчивый процесс, но от незнания превращается в марионетку. Сажает себя в клетку внешней формы и всю жизненную силу израсходует на придание ей блеска. А те, кто попытаются её вскрыть будут вами изгоняться.

Пока полностью не погрузились в чтение вернитесь мыслями в своё прошлое. Когда вы были ребёнком. Вспомните себя, как вы только-только начинаете познавать мир. Найдите это чувство внутри себя, оно где-то осталось – чувство безмятежности.

Посмотрите на окружающее вас пространство. В данную секунду вы его достойны.

За всем видимым кроется что-то более значительное. Всё, что нас окружает, есть лишь путь, окно, врата, ведущие в нечто иное, чем оно само.

Антуан де Сент-Экзюпери

Когда я родился на этой планете, я уже был совершенным, но мне постоянно твердили, что всю жизнь стремится к этому состоянию, но так никогда не достигает. Будто это удел единиц.

Я так не считаю. И эту книгу я пишу для того, чтобы рассказать как в рамках одной жизни отыскать себя за нагромождениями головы.

Мир вокруг.

В социуме придумали и установили правила, нарушение которых может лишить вас свободы или жизни. Это одна из причин почему другие учат других.

Например, родитель рассказывает своему ребёнку, на какой сигнал светофора можно переходить улицу, а на какой нет.

Любое учение, как упрощает жизнь,
так и обременяет ее.
Кудан А.

Вроде, как полезное правило. Когда же на проезжей части нет машин, а люди стоят, потому что не горит зелёный, то понимаешь что робототизированное общество – это не где роботы уживаются с людьми, а где человек – превращается в робота и живёт по законам установленным задолго до его рождения.

А что вы скажите, по поводу ангины? Например, в традиционной медицине, при ангине советуют пить лекарство; в народных рецептах, можно найти различные отвары или просто пить малиновый чай. В аюрведе иное понимание.

Заболевании верхних дыхательных путей – психосоматическое. Человек сдерживает гнев и не способен выговориться.

Мой личный опыт говорит о том, что причина в неправильном питании. При ангине, как и любом другом заболевании, первое, что необходимо сделать – перестать употреблять любую пищу и по возможности очистить прямую кишку.

Чтобы разобраться в чем-то, нужно отойти от привычного, изучив альтернативные источники.

Дорогой читатель!

Чтобы тебе было удобнее путешествовать, предлагаю разобраться в некоторых терминах, которыми наполнена книга.

Перед этим давай разъясним.

Как образуется смысл того, что читаешь.

Андрей укусил пони или пони укусил Андрея? Прочитав вопросительное предложение, вы легко уловили смысл. Ведь легко представить, как кто-то кого-то кусает.

День ото дня вы что-то кусаете, будь то кусочек хлеба или другие продукты. Постойте, вы заметили, что речь зашла о еде, которую уже недостаточно укусить? Ведь от хлеба нуж-

но откусить, чтобы было продолжено действие. Иначе получиться: Андрей укусил хлеб, как пони укусил Андрея за ягодицу. В итоге Андрей остался голодным и с буквой О.

Что же рисуется в вашем воображении, когда ваши глаза пробегают по таким словам, как Осознанность, Ум, Разум или Душа? Эти слова имеют достаточно определений, чтобы вы подумали о чем-то своём, а не о том, что приведёт к ясности.

Если бы речь зашла о квантовой перепутанности и Эйнштейне, который говорил о призрачном действии на расстоянии? Какие слова зарисовались, а какие остались пустыми? Скорее всего лицо Эйнштейна отразилось в воображении без проблем.)

Поэтому, чтобы сделать ваш путь ясным донесу до вас смысл некоторых слов:

Душа – это путь, целое, то что сформировано из частей. Как дом, который включает двери, окна, стены, крышу.

Дух – это часть Души, как средство для связи с Душой.

Тело – это часть Души, как средство для взаимодействия с материей.

Разум – это часть Души, как средство для поддержания жизни тела.

Ум – это способность мозга формировать Сознаваемую часть мира, а после взаимодействовать с ним по средствам памяти.

Сознание – это приобретаемый информационный образ материального и духовного миров. Когда говорят, что человек потерял Сознание, то имеется ввиду отключение Ума. Тогда как разум продолжает поддерживать жизнедеятельность внутренних органов.

Подсознание – это основа, на которой вырастает Сознание.

Внешний (видимый) мир – это мир за пределами тела.

Внутренний мир (невидимый) – это мир, который запечатлён в мозгу.

Осознание – это способность человека становиться Душой.

Состояние при котором вы находитесь за пределами сознательного образа Сознания ВИДИТЕ, как устроен мир, в котором вы живете. Не путайте с пониманием. Вы можете понимать, как зарабатывать деньги или готовить борщ, но не осознавать. В осознанном состоянии вы понимаете, что вы не касаетесь этого мира, но у вас есть выбор, быть в мире либо уйти из него.

Если говорить словами Зигмунда Фрейда, то Разум – это Я, Душа – Оно, а Ум – Сверх Я.

Давайте посмотрим на это по-другому. У детей Ум не проявлен, потому что они не задаются вопросом: Кто я такой. Поэтому Вы можете наблюдать, несоциальное поведение детей, которые делают, что захотят. Ум проявляется, когда со-

циальная личность сформирована и Разум себя идентифицировал – понял, кто он такой.

Ум словно пограничник, начинает охранять, занятые Разумом личностные позиции. По средствам Ума, Разум взаимодействует с окружающим миром других Разумов, согласно своей самоидентификации.

Ум может находится в двух состояниях – неосознанный и осознанный. Многие привыкли считать, что осознанный Ум – это человек, имеющий нужные знания, которые помогают ему более разумно взаимодействовать с миром людей. Тогда как, на самом деле, осознанный Ум – это защита границ идентификации Разума. Защищая социальную личность Ум, избегает нежелательные посягательства других Разумов (людей).

Неосознанное состояние Ума – это потеря контроля над сознанием и тем, что поступает в Разум из вне. Вот поэтому ребенок быстрее и легче взрослого впитывает новую информацию. Также Ум может потерять контроль в новом пространстве, когда происходит процесс по расширению сознания. Если Разум (человек) находятся в неизвестной для него среде долгое время, то он перегружается от избытка входящей информации. Вспомните первые лекционные занятия или семинар, на которых, лектор монотонно доносил информацию, а вы в это время засыпали.

Если у Ума есть знания (информация), как действовать в сознании (сложившейся обстановке), то перед человеком

встает выбор: применить знания или оставить все на своих местах. Представьте, что вы перед лекцией прочитали книгу по эмоциональному интеллекту, из которой подчерпнули знания о том, как привести себя в преактивное состояние. Перед вами встанет выбор привести себя в преактивное состояние на скучной лекции либо заснуть.

Если полученные знания применены на практике, то есть два варианта исхода – они помогли привести Разум в преактивное состояние или не помогли. Если помогли Разум попадает в состояние потока и закрепляет это как нужную информацию, которая при частом использовании расширяет нейронные связи, сделав поведение(преактивное) привычным*. Если же ничего не произойдет и состояние не измениться, то осознанный Ум вернет Разум в привычную идентификацию и что процесс перезаписывания старого образа не осуществился.

Проще говоря, человек вернется к привычному образу мышления и действий. Только в новой среде, используя знания Разум способен перезаписать привычное сознание. Именно поэтому, после долгого застоя в жизни, люди предпочитают сменить обстановку, попутешествовать. В привычном же месте обитания, Ум постоянно очерчивает границы старой личности.

Покуда в идентификации Разума нет информации о Душе – человек не осознает себя полностью, а пока человек пребывает в неосознанности – он социальное произведение ис-

кусства, которое создавалось социальной средой с раннего детства, пока Ум находился в неосознанном состоянии. Это значит, что Разум (человек) знает ровно то, что знает окружение, в котором он воспитывался. Поэтому, если Разуму не показать что-то отличное от той социальной среды в которой он вырос, то он так и останется пребывать в своём привычном состоянии идентификации, не догадываясь, что есть другие детали в его образе.

Вспомним жизнь Будды. Будучи молодым юношей Сиддхартхой он оберегался отцом от смерти, старости и бедности. Возможно, что молодой Гаутама, так бы и прожил свою жизнь, как сын царя, который не знал ни горя, ни печали, ни боли. Но он (Ум) увидел смерть, а затем бедность и старость. Эти встречи с носителями человеческих пороков (новая информация), помогли ему перезаписать образ и сбежать туда, где можно найти то, чего он еще не знал.

А когда он себя осознал (Нирвана, Душа), то стал просветленным, поднявшись над своей идентификацией, над тем, что создало эту идентификацию (социальная среда). То, что он знал осталось в воспоминаниях о смертной жизни… в состоянии полной осознанности, Будда странствовал по миру, стремясь донести до каждой Души свою дхарму (Учение о пути). И ничто в нем уже не шевелилось, потому что Будда осознал себя. Это значило, что Разум, Ум (сознание) и Тело стали единым целым. Это и есть находится в состоянии: Я Здесь, Я Существую!

Уходя мы сбрасываем с себя одежды, которые еще вчера нас укрывали.

Быть осознанным

значит пребывать в состоянии, в котором вы не оцениваете и не судите внешний мир; значит жить и не касаетесь внешнего мира. Вы наблюдаете видимое, осознавая, как оно создается. Осознавать – значит размышлять, не как обычный человек, а как наблюдатель за происходящим внутри и снаружи себя и при этом осознавать, что внутреннее – основа внешнего. В состоянии осознанности вы остаетесь безучастным и не реагирующим на проявления внешнего мира. Вы видите все, но осознанно не создаете реакции на происходящее.

Когда вы только на пути к осознанному состоянию, то каждый ваш шаг делаете в пропасть, чтобы никак не поддаться влиянию социального мира. При полной осознанности вы понимаете, что поддаться влиянию означает отреагировать на происходящее, позволить воображению создать картинку. Вы не убегаете от мира, наоборот, помогаете ему стать свободнее. Вы забываете старые учения, соединяя их со всем, что вы знали и еще узнаете.

Каждый шаг в неизвестность – это разделение вас на части. Внутри вас появляется та часть, которая начинает отста-

ивать прежние учения, от чего вы и начинаете сомневаться: «А в ту ли я сторону иду? Может нужно в другую?» В такие секунды неопределенности внутри вас, вас много. Осознайте, что пока вы решаете и думаете, что выбрать, куда пойти ваш главный враг и спаситель – вы сами. Осознание этого помогает и подталкивает вас и дальше делать шаги в неизвестность. Вы можете остаться наедине с новым вы и вам не будет страшно, потому что теперь вы можете почувствовать свое присутствие.

В такие минуты мысли уходят прочь, оставляя вас с настоящим моментом. Если же вы не готовы ступить в неизвестность, то скорее всего вы вспоминаете привычные для вас рамки. Именно в такие моменты и нужно шагать в неизвестность. Если вы доверитесь, то сможете почувствовать себя самым счастливым человеком на планете. Осознайте, что у вас уже все есть. Надеюсь, что вы из смелых и сделаете шаг на встречу осознанности.

Подойдите к краю –
Но мы можем упасть.
Подойдите к краю –
Но там слишком высоко!
ПОДОЙДИТЕ К КРАЮ!
И они подошли,
И мы толкнули их,
И они полетели.

Сделав шаг, естество замирает…

Вы летите в пропасть. На первый взгляд, кажется, что у бездны нет конца. Не думайте ни о чем. Позвольте себе все забыть.

В голове вопрос: «Куда я лечу?». Может появиться желание вернуться к старому и привычному. Не реагируйте. Читайте и безучастно наблюдайте за игрой своего ума. Вы что-то видите? Тогда повторяйте за мной… Три, два, один… Сейчас.

Вы погружаетесь под воду. У вас нет мыслей, нет и желаний. Все что волновало и тревожило ушло. Привычка дышать кислородом, принуждает всплыть наверх. Вы не замечаете этого, поэтому рефлекторно начинаете всплывать. И вот долгожданный вдох. Пока Разум не научен иному, Вы не можете долго находиться под водой без привычного глотка кислорода, как и не пойдете туда, не зная куда. Потому что еще одна привычка контролировать происходящее, не дает вам пойти в неизвестность, ведь там нет контроля и не на что опереться.

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.