

(отрывок из книги)

Образно наше сознание можно описать как слоистое пространство, где каждый более тонкий слой пронизывает и повторяет предыдущий, но воспринимается по-разному. Весь активный поток нашей жизненности разворачивается из субстанционального слоя сознания через поле смыслов в фоновый слой, а затем уже — в плотный материальный мир. В зависимости от того, какой слой и какие зоны слоя мы подсвечиваем своим вниманием, мы выделяем те аспекты реальности, которые образуют нашу картину мира и определяют глубину восприятия.

У большинства людей внимание находится в режиме восприятия форм и предметов, в предметном слое сознания. Но каждый может начать перемещаться дальше, вглубь своего сознания, в более тонкие слои реальности. Сначала — в фоновый слой, потом — в смысловой и дальше, к чистой активности.

Может казаться, что наш плотный мир первичен, а все более тонкие его проекции вторичны. Однако это не так. Вся реальность начинает разворачиваться из чистой активности, из субстанционального слоя сознания, потом преобразуется в смыслы, а затем эти смыслы мы захватываем своим вниманием, начинаем чувствовать, ощущать их, и уже после того, как мы их почувствовали, обнаружили они опредмечиваются, становятся материальными объектами предметной реальности.

То есть каждый следующий за предметным слой сознания — более тонкий, более сложный для привычного понимания и восприятия, каждый слой имеет меньше предметной конкретики, но в то же время имеет больше глубины и истинности.

3.1. Предметный слой

Предметный слой сознания — это реальность, которую воспринимает большинство людей, это мир материальных предметов. Тут наше внимание перемещается по формам, текстурам и цветам, по функциям предметного мира и по проявленным объектам.

Просыпаясь по утрам, мы встаём с кровати, ум начинает включаться и обслуживать предметный способ восприятия. Мы думаем, что одеть и чем позавтракать. Составляем план дня, собираемся, чтобы ничего не забыть, и выходим из дома. Работаем, занимаемся спортом, параллельно что-то обдумывая, общаемся, управляем автомобилем, живём в материальном мире.

В этой реальности мы можем быть эффективными и успешными, а можем быть пассивными, неудачниками. В какой-то мере это будет зависеть от внимательности, умения удерживать внимание на выбранных объектах, а также от психического ресурса, умения его накапливать и управлять им.

В предметном слое наше восприятие поглощено преимущественно видимыми объектами, все чувства обрабатывает логика, для надёжности преобладает рациональное мышление. В этой реальности человек много думает и размышляет о своих материальных целях и задачах, строит планы и их схемы реализации. От того, насколько уверенно он чувствует себя в этом предметном мире, зависит его успешность и материальное благополучие.

Человек реализует свой ум, накапливает новый опыт, накапливает множество предметов вокруг себя, сложных и простых. Мебель, одежда посуда, книги и машины — всё, что мы видим, слышим, можем потрогать, проявлено именно в этой предметной реальности. Здесь мы ценим внешнюю красоту, бодем болезнями на уровне тела и не понимаем, почему так происходит; верим только в то, что видим, слышим, можем потрогать.

Развиваясь в предметном мире, мы можем получать и анализировать теорию из книг, слушать лекции, общаться, а ещё усиливать концентрацию внимания, работать со своими состояниями, усиливать свои когнитивные способности, учиться быть «здесь и сейчас», преобразовывать в результаты свои цели и задачи.

Работая над качеством своего внимания в этом слое сознания, мы усиливаем свою материальную устойчивость во всех сферах жизни: сохраняем и накапливаем психические ресурсы, начинаем выстраивать гармоничные взаимодействия с другими

людьми, более эффективно управлять процессами в социальном мире, целенаправленно продвигаться по намеченному пути. При этом совсем рядом мы чувствуем фон происходящего, но часто не понимаем, как его описать, как выразить словами.

Перекосы предметного восприятия

Если человек развивается и усиливает свои характеристики только в предметном слое сознания, то рано или поздно он начнёт чувствовать себя опустошённым и несчастным. Встаёт вопрос, что будет дальше, после достижения материальных целей и удовлетворения потребностей тела. Или, что чаще всего, цели вообще не достигаются, ориентиры нечёткие, смысла в жизни нет, нет своей миссии, глубокой личной цели, только заботы и материальные потребности. Тут спасти ситуацию может только хорошая, структурная концепция ума, которая будет подталкивать на новые поиски и достижения.

А если человек максимально уходит в фоновое восприятие (о нём речь пойдёт ниже), то он может начать отстраняться от обычной предметной жизни, терять блага материальной реальности, становиться асоциальным.

Однако следует не только развиваться в предметном мире, но, почувствовав предметную устойчивость, продвигаться дальше, в следующий слой сознания — фоновый. Тогда мы будем чувствовать себя комфортно и в мире предметов, а также сможем почувствовать связь с реальностью, понять её язык, и мир станет одухотворённым и более понятным.

Эмоциональная сфера тоже находится в рамках предметного слоя сознания.

В данной работе для точности моих определений я разделяю понятия «эмоции» и «чувства» не совсем привычным образом. В моём представлении, эмоции проявляются как продукт мышления и находятся только в рамках предметного слоя сознания, а чувства являются необходимой и естественной реакцией процесса жизнедеятельности, чувства разворачиваются из поля смыслов, как рефлекс и инстинкты.

Так получается, что человек находится в плену своей обусловленности. То есть у него есть свои умственные представления, которым он доверяет на сто процентов. И неважно, реально ли человек столкнулся с проблемной ситуацией, которую нужно срочно решать, или просто на пустом месте придумал что-то и в это поверил, в любом случае мы автоматически доверяем своему уму. А увести он может куда угодно. И получается, что когда из внешнего мира приходит определённый сигнал, а он приходит из смысловых слоёв сознания, то обычно вместо того, чтобы почувствовать реальный смысл этого сигнала, почувствовать и понять происходящее, человек сразу начинает глушить этот смысл своими умственными концепциями, неосознанно концентрируя внимание на тех установках, которые ему уже знакомы, и разворачивая, таким образом, не реальный смысл происходящего, а установку, соответствующую этой ситуации, ориентируясь на прошлый опыт, даже если он был единичным. Человек не принимает реальность такой, какая она есть, а интерпретирует её максимально по-своему, что в итоге и порождает эмоции, которые начинают растрачивать психические силы. Если человек сможет выйти за рамки предметного слоя сознания, то он не будет страдать от своих эмоций либо они будут выражаться не в плачевных формах и без энергетических потерь.