

## Уроки богопознания

	Стр.
Содержание	
Введение к Урокам богопознания.....	2
Часть 1. Критика «страстного познания».....	4
Первый цикл (Уроки с 1-го по 50-ый).....	4
Введение к первому циклу Уроков.....	4
Урок 1.....	5
Урок 2.....	6
Урок 3.....	8
Урок 4.....	9
Урок 5.....	10
Урок 6.....	11
Урок 7.....	12
Урок 8.....	14
Урок 9.....	15
Урок 10.....	16
Урок 11.....	18
Урок 12.....	19
Урок 13.....	20
Урок 14.....	21
Урок 15.....	22
Урок 16.....	24
Урок 17.....	25
Урок 18.....	26
Урок 19.....	26
Урок 20.....	27
Урок 21.....	28
Урок 22.....	28
Урок 23.....	29
Урок 24.....	30
Урок 25.....	31
Урок 26.....	31
Урок 27.....	33
Урок 28.....	33
Урок 29.....	35
Урок 30.....	36

Часть 2. Обретение «истинного созерцания»

## *Введение к «Урокам богопознания»*

1. Концепция «боговедения», изложенная в Предании Христовой Церкви, прямо указывают на то, что «боговедение» представляет собой единство двух «концептов», называемых в Философии Лица «богопознанием» и «богославием». Работа «Уроки богопознания» является, по сути дела, **практическим курсом**, который закладывает в человеческом «сознании» **практические психологические навыки** осмысления Предания, в первую очередь Евангелия, необходимые для правильного построения им своего «богославия». Так как помогают человеку принять и осознать учение Церкви Христовой об Истинном Боге. Выполнение «упражнений», предлагаемых в «Уроках», позволяет выстроить **правильный психологический фундамент** «богославия», то есть, **правильное психологическое восприятие** Бога человеческим «сознанием». Необученный «разум» не способен к «общению» с Богом. Ибо он находится в **ущербном состоянии забвения** «нравственности». И не может, в этом своём состоянии, самостоятельно постичь и принять «истину» о том, что Бог есть – «любовь». Подобный «разум» не способен и к полному восприятию «творения» Бога – любви. Цель «Уроков» научить «разум» - **мыслить нравственно**, находясь в **непосредственном и практическом** «богообщении».

2. «Уроки» достаточно просты и не требуют какой-либо специальной подготовки. Они предлагаются в определённой последовательности, которая задаётся номерами от № 1 до №365. Что предусматривает выполнение одного «Урока» в день в течение года. Однако, если какой-либо «Урок» не усвоен в течение одного дня, то работа с ним может быть продолжена в течение следующего дня или дней. Так как при не усвоении какого-то одного «Урока», не рекомендуется переход к последующему, ибо подобное нарушение «методики» бесполезно для человеческой «психики» и делает невозможным достижение конечной цели «Уроков...».

3. «Уроки...» разделены на две основные части. Первая часть содержит в себе **критику** «страстного познания». Вторая часть предлагает «упражнения» для **обретения** «истинного созерцания». В последовательной системе «Уроков...» присутствуют **обзорные циклы**, посвящаемые определённой **тематике**, расширяющие и поясняющие некоторые из положений рассматриваемой темы. Циклы «Уроков» последовательно спланированы вокруг одной **центральной темы**, заявленной в самом начале **цикла**. Затем следует сама последовательность, в которой предлагаются конкретные «Уроки». Каждый из «Уроков» состоит из нескольких «упражнений».

4. Целью «Уроков богопознания» является систематическая тренировка «мышления» для изменения **конституита** «созерцания» человеческого «сознания». Все «упражнения» спланированы таким образом, чтобы помочь ипостасному «Я» человека в осознании факта эгоистического повреждения всей **системы мышления** его «сознания». И что это повреждение касается всех вместе и каждого в отдельности из аспектов «созерцания», затрагивая все «вещи», которые оно пытается «познать» и всех тех, с кем оно пытается «общаться».

5. В процессе обучения истинному «созерцанию» взаимодействие между «общим» и «конкретным» подразумевает отказ от житейского «здорового смысла». Ибо не предполагает никаких «исключений». Даже так называемых «диалектических исключений». Так как истинное «созерцание» являет себя как **полнота и совершенство, простота и любовь**. Наличие даже одного единственного «исключения» вносит в истинное «созерцание» нравственно пагубное «разделение», делая его достижение невозможным.

6. Вся работа человеческого «сознания» по **онтологическому переконструированию** своего «мышления», предлагаемая здесь, содержит два неукоснительных для исполнения момента. Первое, - необходимо четко выполнять каждый «Урок» в соответствии с указанной последовательностью **тематических циклов и обзоров**. Это необходимо для формирования строгой и чёткой «мировоззренческой системы мышления». Второе, - насущно необходимо строгое соответствие **внутренней личной и внешней социальной** повседневной жизни **духовно-нравственной системе** «евангельских заповедей», содержащихся в Нагорной проповеди Иисуса Христа, которые являются **онтологической основой** «истинного боговедения». В противном случае духовное овладение «реальным бытием» будет невозможно. Ибо сама «природа» Истины – «духовна» и «истинное боговедение» выражается в том, что оно есть – **познание духовного**. Оно противоположно нынешнему **бездуховному** и поэтому **безнравственному**, чаще всего, **метафизическому видению**.

7. Общая цель всех «Уроков» - развить у человеческого «Я» его **ипостасные потенциальные способности**. «Ипостасность» заключается, прежде всего, в способности воспринимать другое

«Я» как своё собственное. То есть, видеть себя в «другом» и «другого» в себе. Что возможно лишь при *триалектическом конструировании* своего «мышления». Это такое восприятие «общения» и «познания», при которых *божественное лицо* Иисуса Христа становится не переменным и *реальным участником* моего «познания», постоянным и *истинным свидетелем* моего «общения». Потребуется «терпение» и *личные усилия* от того, кто подвигнет себя на эти *духовные труды*.

8. Во что-то из того, что здесь утверждается, будет трудно «поверить», другое покажется *невероятным* или даже *безумным*. Это не так. Требуется только одно: *доверие* и *настойчивость*, даже *упорство* в выполнении рекомендованных «упражнений». Следует лично убедиться в их соответствии Писанию и Преданию Церкви Христовой. И затем *смело* и *доверчиво* воспользоваться ими. Только «вера» и реальное (систематическое) *практическое исполнение* наполнит эти «упражнения» *духовным смыслом* и подтвердит их *истинность*.

9. Главное помнить о том, что нужно «верить» в то, что утверждается в этих «Уроках», ибо они основаны на «евангельских заповедях». Чаще всего, они будут вызывать *активное сопротивление*. Это необходимо *преодолевать!* Чем *большее сопротивление* «эгоистического сознания» будет *преодолено*, тем *большой* будет *эффективность* этих «упражнений». Все возникающие *сомнения* нужно *терпеливо* преодолевать с помощью Писания, Предания и *духовного совета* и *молитвы*. Необходимо стремиться к *оправданию* того, что предлагается здесь. То есть, - требуется *доверять*. Но не рекомендуется, так же, и оставлять без *проверки* и *исследований* все возникающие *сомнения*.

## Часть 1. Критика «страстного познания»

Первый цикл (Уроки с 1-го по 50-ый)

### *Введение к первому циклу Уроков*

Тема первого цикла «Уроков...»:

#### **Ничто из видимого мною ничего для меня не означает в своей «сущности».**

Ничто из «вещей», видимых и «познаваемых» человеком не воспринимаются им как «сами в себе», в своей внутренней «сущности». Человеческое «сознание» фиксирует лишь «отношения» к ним своего «Я». В «сущности» своей они остаются «неведомыми» для человеческого «Я». И «непознанными» им. «Я» не «имеет» над ними *власти*. Не «обладает» ими.

«Владение» всеми «познаваемыми» человеческим «Я» «вещами» ограничено. Ограничено тем «именем», которое «Я» дало или нарекло той или иной «вещи». **Это наречение «имени» по замыслу Бога - Творца сделало человеческое «Я» Его соучастником в «творении».** Но это «соучастие» было и есть *соучастие в богообщении*. Отказ человеческого «Я» от «богообщения» ограничивает *власть имени* над *сущностью* любой «вещи». Поэтому его попытки «познать» какую-либо «вещь» без *обращения* к тому, Кто её *сотворил*, будет *неполным и несовершенным* «созерцанием». Таким «созерцанием», в котором присутствует попытка «познания», но отсутствует попытка «богообщения».

Всё сотворённое Богом получило в *философии* наименование - «вещи». Когда человеческое «Я» приступает к их «созерцанию», то первым что привлекает внимание «сознания», является их деление на две большие группы. «Вещи» бывают «материальные» и «нематериальные».

«Вещи» называемые «материальными» или *земными*, могут состоять из «вещества». Они называются «предметами». А могут представлять собой «полевые взаимодействия», через которые различные «предметы» взаимодействуют между собой. Они называются «явлениями». «Материя», из которой состоят эти «вещи», может быть «живой», а может быть «неживой». Если «вещь» состоит из «живой материи», то она называется - «существом». А «существа», в свою очередь, могут быть «неразумными» и «разумными». «Разумное существо» это, конечно же, «человек», а «неразумные существа» - «животные».

«Вещи» называемые «нематериальными» или *небесными*, в *философии* и *богословии* принято называть – «сущностями». Это – «ангелы», сотворённые Богом «духовные сущности». Некоторые из них *утверждают* «мир», сотворённый Богом. Другие обеспечивают *обращение* Бога к «человеку». А третьи, - обеспечивают и поддерживают человеческую «разумность», его «сообразность» Богу. А также возможность *обращения* к Богу человеческого «сознания».

Следовательно, задачей первого цикла уроков будет заключаться в том, чтобы «Я» человека напомнило своему «сознанию» об указанной ценности «богообщения» для его «созерцания». И *настойчиво утверждало* себя в этом *мировоззренческом поиске* «богообщения».

Основной *идеей* и *методологическим инструментом* первого цикла является *молитвенное вопрошание* Бога-Творца о каждой «вещи», которую «созерцает» ипостасное человеческое «Я», создавая в своём «сознании» новый образ «вещи». Не *психологическое отражение*, в котором нет места «общению» с её Творцом, а её *онтологический конструкт*, который соединяет «сознание» с «реальным бытием». Ибо этот «конструкт» или «конструктит» строится с помощью самого Творца. По сути дела, происходит новое наречение «имени», в котором человек делает это не сам в себе, а участвуя в совете с Богом-Творцом.

Задайся следующими вопросами:

- Какова *сущность творения* этой «вещи»?
- Как и зачем сотворил её Бог-Творец? Обращая своё внимание, по преимуществу, на вопрос зачем;
- Каково будет *существование* данной «вещи» в **Царствии Божием**? На новых «земле» и «небе».

Молившись, с *любовью, благодарностью* и *признательностью*, обрати эти вопросы к Богу. И искренне, всеми силами «души», захоти получить на него «ответ». Добавляя, непременно, со *смирением*, - «Если будет на то твоё произволение, Господи».

Человека, приступающего к этим «Урокам...», с первого же их цикла, станет интересовать, и даже *раздражать*, несоответствие его обыденного мировоззрения и того мировоззрения, которое предлагает ему Евангелие. Это, с большой вероятностью, может превратиться в серьёзную *проблему*.

Задай Богу вопрос о *причине* появления этой проблемы, так как ты задавал предыдущие вопросы:

- Какова *сущность* этой проблемы?

- Как она может быть *разрешена*?

И сопоставь *ответ* на него с тем, что утверждает Предание, связывая появление этой «проблемы» с «грехопадением» человека и *духовно-нравственным*, то есть *эгоистичным*, ущербом - *повреждением* его «сознания», которое может быть *преодолено* лишь жизнью человека по «евангельским заповедям».

## Урок 1

**Ничто из видимого мною божественного замысла по своей сути для меня, без моего обращения к Богу, ничего не означает.**

**Упр. 1.** Неторопливо и последовательно зафиксируй взгляд на каждом «предмете», который ты видишь вокруг себя в помещении, котором ты находишься. Осознавая всю глубину твоего незнания «сущности» каждого «предмета», который ты видишь. Посмотри на них так, как будто видишь их впервые в жизни, задавая себе соответствующие вопросы. Например:

- Это стол? А что такое – «стол»? Это мне ни о чём не говорит. *Какова* его «сущность»?

*Зачем* он существует?

Услышь и осознай евангельский ответ на своё вопрошание:

- Этот «стол» есть ни что иное как забота Бога обо мне. Чтобы мне было удобно принимать пищу, читать, писать или совершать ещё какую-либо работу.

- Это стул? А что такое – «стул»? и т.д. и т.п. ...

**Упр. 2.** Затем расширь, *умозрительно*, обозреваемое «пространство». Введи в выполняемое тобою «упражнение» не только «предметы», но и «явления». С их помощью «предметы» взаимодействуют между собой. Например:

- Горит свет. Работает телевизор. Играет музыка. Всё это – «электричество»! А что такое «электричество»? Это для меня ничего не значит. «Зачем» оно существует?

Опять попытайся услышать ответ Духа на свой вопрос:

Для того чтобы существовала сама жизнь и тебе было более удобно жить! Бог *позаботился* о том, чтобы ты не *убивал* и не *тратил* большую часть своего времени и внимания на *физический* и *душевный* «труд». Он, *любя* тебя, хочет, чтобы и посреди твоих *материальных* забот, раз ты всё равно *увлёкся* ими, имел время и *возможность* для *духовного общения* с Ним.

- Мяч падает вниз. А что такое «низ»? Это «гравитация». Что такое «гравитация»? Это тоже для меня ничего не значит. Зачем это *существует*?

И опять услышь, что отвечает тебе тот, кого ты вопрошаешь:

Для того чтобы была «земля» и всё сущее на ней. И ты мог бы ходить по земле и радоваться красоте любви Бога к тебе. Мог общаться с Ним, говорить Ему спасибо, славить и воспевать красоту Его творения.

- Облако плывёт в небе. А что такое «плывёт»? и т.д. и т.п. ...

**Упр. 3.** Включи в своё «созерцание» тех «животных», которые попадают в поле твоего зрения. Например:

- Вот лежит кошка на подоконнике. А что такое «кошка»? Это что-нибудь *значит* для «меня»? – Нет! – Но ведь она должна *означать* для меня что-то. - Что?!

- Бежит собака по улице. А что такое «собака»? «Зачем» она существует?

- Лошадь. Птица. – Что все эти слова *значат* для «меня»?! и т.д. и т.п. ...

Вдумайся в эти вопросы! И ты непременно услышишь, как евангельский дух подсказывает тебе: - «Ты не мог бы быть счастлив, находясь лишь среди камней, воды и растений. Да и как бы ты сам появился на свет, если бы Бог не исторг своим словом закон из «материи», что бы произошло из *земли* о *воде* те, которые были *предтечами* твоей *плоти*. Ты «созерцаешь» в них твоё *единство* с

миром, который **любвеобильный** Бог *отдал* под твою *власть*, и свою *ответственность* за «существо» *отданных* тебе. Как бы ты научился *жалеть* других людей, если бы с детства не видел вокруг себя своих *меньших братьев* по земле. И не учился проявлять заботу о них».

**Упр. 4.** Наконец, обрати внимание на людей, которые проходят мимо или находятся в одном помещении с тобой. На самого себя. Например:

- Вот идёт человек. Что такое «человек»? Это для меня ничего не значит. Что такое «человек»? Зачем он существует? Какое это *имеет значение* для «меня»?
- Человек мне что-то говорит. А что такое «речь» и что такое «слово»? Эти слова тоже для меня ничего не значат? Но ведь что-то они должны *значить* для «меня»?
- Я думаю о себе. Что такое «Я»? Это значит для меня хоть что-нибудь? – Нет! Но что-то они всё-таки значат. – Что?!

И снова постарайся напомнить себе всё то, что Писание и Предание говорят тебе о человеке и его сотворении Богом:

- «Вспомни, ведь не нашлось человеку достойного его *помощника* среди всех *произведённых* из земли, по «слову» Бога. Ты не можешь *беседовать* о Боге ни с кем из *животных*. И не можешь *сделать* для Бога что-то, *заботясь* лишь о *животных*. Только *радея* о *другом* человеке, способен ты *порадеть* о Боге».

Комментарий 1. «Упражнения» расположены в определённом порядке. Недопустимо никакое нарушение в предложенной *последовательности* «созерцания» всех «вещей». От «предметов» к «явлениям», а затем «существом». Сначала «неразумным», потом «разумным». В этом заключается цель упражнения – положение в основание «догматического мышления» - *системообразующей основы*, которая соответствует тому, что в Писании и Предании даёт нам само *божественное откровение*. Цель данного «Урока» заключается в том, чтобы отрешившись от всего того, что человеческое «сознание» знает об окружающем его мире, отбросив накопленный опыт, оно почувствовало себя в полном неведении и пустоте. Той пустоте, которую можно было бы снова и правильным образом заполнить, опираясь на догматическое мышление Церкви Христовой.

«Пространство созерцания» не должно быть *ранжировано*. Взгляд «созерцателя» движется плавно и не спеша. Придерживаясь лишь самой простой системы. Право - лево, вперед - назад, вверх - вниз. Ибо одна «вещь» здесь полностью подобна другой – в плане применимости к ней основной «идеи» данного «Урока».

Комментарий 2. Целью упражнений 1-го Урока является укоренение в «сознании», в «разуме» человека основной *категории* «благодетия» - «нравственного бытия»: - «Всё существует из-за *любви* Бога к человеку! Сама «материя» и «тварность»; *земля и небо, суша и вода*, есть *проявление и осуществление любви* Бога к человеку в Его «энергиях».

Комментарий 3. Упражнения первых трёх уроков не делаются чаще, чем дважды в день.

Предпочтительно утром и вечером. Продолжительность их не должна превышать примерно пяти минут. Критерием здесь должно служить отсутствие ощущения спешки. Очень важно присутствие чувства спокойствия и даже ощущение некоторого уюта.

## Урок 2

**Всему, что я вижу, я должен придавать лишь то значение, которое оно имеет для божественного замысла, а не для моего «эго».**

**Упр. 1.** Попытайся вспомнить и представить себе как ты ребёнком первый раз *осознал*, что *видишь* данный «предмет». Делаешь для себя ещё одно *открытие* в «мире», подаренном тебе Богом. Зафиксируй в своём «сознании» ту *радость* в узнавании этого «предмета» и твоего *интереса* в отношении его, которые ты испытывал тогда. И оцени *нравственное содержание* твоего нынешнего отношения к «созерцаемому» тобою «предмету». И ты почувствуешь разницу между «эго» и Духом. Поблагодари Его за щедрый *дар*, воспоминаний чистых от «страстей», накопленных тобой, вернувших в твою жизнь весь тот *интерес*, а может быть даже «радость» и «счастье», которые принесло тебе в твоём детстве обнаружение самого *существования* того или иного «предмета».

**Упр. 2.** Попытайся вспомнить что такое «энергия». Какие её виды ты знаешь с детства из собственного опыта. Чему тебя научили родители, и что узнал в школе и из книг. Осознай, что Бог сотворил не только «пространство», в котором существуют видимые тобою «предметы». Он

сотворил и «время», которое есть **функция взаимодействия** «предметов» между собой. Бог не творил то «время», которое воспринимает человеческое «сознание» повреждённое «эгоизмом». Бог – «вечность»! И **творит** для «вечности». Об этом свидетельствует нам и Писание. Там сказано, что Бог сказал, - Да будет «свет»! И вся сотворённая Богом «материя» - **земля**, пришла в «движение», ибо появилась «энергия». Та сила, с помощью которой и взаимодействуют между собой все «предметы». И эта «энергия» едина! Это очевидно для того человеческого «сознания», которое находится в состоянии «богообщения». Как очевидно и то восприятия «времени», которое человек имел до своего «грехопадения». Он воспринимал «время» как **структурированную вечность**, ибо сам был неотъемлем от «вечности». Человек был **бессмертен** – «вечен», являясь «властителем» любой **временной последовательности**, присутствующей в сотворённом Богом «мире».

**Упр. 3.** Вспомни как, из чего и от кого ты узнавал о **происхождении жизни**. Задумайся, - что для тебя означает понятие «жизнь», «животное». Сопоставь всё это с тем, что ты узнал о сотворении жизни Богом из Писания и Предания.

**Упр.4.** Сосредоточь свои мысли на том, что ты знаешь из **естественнонаучных источников** о **происхождении** «человека» и таких его способностях как **разумность, словесность, творчество** и т.д. и т.п. Оцени своё собственное **ощущение** самого себя. И спроси себя, - Согласен ли ты с мнением **науки** о своём **происхождении**? Сравни свои собственные **ощущения** самого себя с тем, что говорит о **сотворении** «человека» Писание и Предание. Какой «человек» тебе более **нравится**? На какого «человека» тебе **приятнее смотреть**? С каким легче «общаться»?

**Комментарий 1.** «Упражнения» с этой «темой» подобны «Уроку 1». Начни с тех «вещей», которые находятся в непосредственной близости от тебя и применяй созерцательную тему «Урока 2» ко всему, на что упал твой взгляд. Затем, расширь **круг обзора**, чтобы всё большее число «вещей» попадали в поле твоего зрения. Делай это **постепенно и неторопливо**. Поворачивай голову так, чтобы в **поле зрения** попали «вещи», находящиеся от тебя по обе стороны, спереди и сзади. Старайся, по возможности, не допускать **избирательности** в выборе созерцаемых «вещей» и не сосредоточивайся на какой-либо «вещи» **преимущественно**. Но не пытайся включить **абсолютно всё**, что ты видишь, в своё **поле зрения**, иначе возникнет **напряжение**. Если что-то само **скользит мимо потока мыслей**, отмечаемое только «зрительно», не старайся **искусственно удерживать** своё «внимание». Попробуй, если возможно, вернуться к этой «вещи» ещё раз, следуя **самопроизвольному и естественному** блужданию «взгляда». Если же это – «существо», и оно покинуло пределы твоего **поля зрения**, то не придавай этому никакого **значения**, и не допускай в своём «сознании» **смущения** или **неудовольствия**.

**Комментарий 2.** Брось легкий, быстрый «взгляд» вокруг себя, стараясь избегать **отбора** созерцаемой тобой «вещи» по каким-либо **критериям**. Например, - яркости, размеру, цвету, материалу, ценности или интереса для тебя самого или чего-то иного. Принимай **порядок созерцания** «вещей» таким, в каком их видит твой «взгляд». Пытайся как можно полнее приглушить **активность** своего «сознания», давая возможность почти неосознаваемому **потоку мышления**, обращающемуся к Богу, выстроить новую **иерархию отношений и ценностей** в твоём сознании. Старайся осмыслить «тему» этого «Урока» с равной ответственностью и серьёзностью обращаясь к любой «вещи». Человеку и пуговице на его одежде. Мухе и слону. «Разуму» и яблоку. Травинке и дереву. Мусору и красоте. Главным в твоём **отношении** к любой «вещи» будет то, что на неё упал твой «взгляд». Значит, она должна быть **осмысленна**, ибо всё, что ты видишь вокруг себя, есть ни что иное как «отношение», - между тобой и Богом - Творцом. Здесь нет ничего **неважного** и не должно остаться ничего **недостойного**, что было бы оставлено без твоего внимания. Не пытайся **сознательно** включать что-либо в своё **поле зрения**, но убедись, что ты **сознательно** из него ничего не **исключил**.

**Комментарий 3.** В этот момент ты **возвращаешься** в «детство»! То самое «детство», о котором сказал сам Господь: - «Если не будете как дети, не сможете войти в Царство Небесное!» Ты должен **принести** «покаяние» в **страстном** и **эгоистичном** «познании» мира, **сотворённого** Богом, и подаренного Им тебе. – «Познании» без Бога, который есть Красота. Верни себе **нравственную красоту творения**, скрывающуюся в твоей «совести».

### Урок 3

**Я сам, без обращения к Богу, не вижу в божественном замысле того, в чём заключается его Красота.**

**Упр. 1.** Осмысли «цель» *сотворения* Богом человеческого «разума» и *нарицания* человеком «имени» каждой из видимых тобой и вокруг тебя «вещей». Вспомни *историю существования* каждой «вещи» в рамках *человеческой цивилизации*. Затем, *созерцая* их, *мысленно вопросы* Бога, - *задумайся*, так ли *использует* эту «вещь» человек, как это было задумано *божественным замыслом*. Сохраняется ли *красота* этой «вещи» в том, как её *использует* человек. И *сейчас* и в *истории развития цивилизации*.

**Упр. 2.** Задайся вопросом: - «В чём состоит «красота» *божественного замысла* о *совместном существовании* всех этих «вещей»?» - Подумай, согласен ли ты с таким ответом на него: - «Красота *божественного замысла* об этих «вещах», в их совместном существовании, состоит в *гармонической целостности, полноте и совершенстве* их использования человеком». И согласишься, что у современного человечества с таким пониманием «красоты» существует множество несогласий. С «грехопадением», - *потерей богообщения*, человек стал не только *рабом* «времени» и *игрушкой* «энергий». Единая, до того, «энергия» стала для него огромным множеством «стихий». С развитием «науки» человеческое «сознание» систематизировало всё это множество «стихий». Выделив четыре типа «полей»: *электромагнитное, гравитационное, сильное и слабое*. Добавив, впоследствии, к ним *биополе и психополе*. Но оно до сих пор так и не смогло вернуться к восприятию «поля» как некоего единства – «единой теории поля».

**Упр. 3.** Для тебя, по-видимому, не секрет то, что наука открыла в человеческом «теле» целую *иерархию процессов*: от *механических* процессов до *психических* процессов. Это процессы *химические, физические, биологические. Физиология, нейрофизиология* и, наконец, *психология*.

- «Как ты думаешь, какие процессы ответственны за восприятие человеком Красоты *божественного замысла*?»

- «Какое отношение к *научной иерархии* человека имеет *учение* Церкви о человеке, утверждающее, что человек это «дух», «душа» и «тело»?»

- «Какой своей «частью» человек воспринимает Красоту?»

**Упр. 4.** Как по твоему: - «В чём *причина* «дисгармонии» в жизни человека, являющейся *причиной отсутствия* в ней Красоты?»

Как Предание преподаёт нам *иерархию сил*, действующих в человеке? Осмысли такие *понятия* как «воля», «ум», «чувства», «совесть», «творчество».

- «Что такое «воля»? «Свобода» и *способность желать*».

- «Что такое «совесть»? «Нравственность» и «мораль».

- «Что такое «творчество»? Дух, *высокие чувства* и *высокие мысли*».

«Воля», с помощью «совести», собирает в «сердце» человеческий ум и *чувства*. Для того чтобы, *соединившись* с Духом, *вернуть* себе «творчество», которое и есть Красота.

Комментарий 1. Смысл этих упражнений в том, чтобы помочь тебе *очистить* «разум» от *прошлых ассоциаций*. Увидеть «вещи» такими, какими они были *замыслены* Творцом, и *осознать*, как мало, в сущности, ты знаешь о *божественном замысле*. Следовательно, в *выборе* «вещей», - *объектов* «созерцания», необычайно важно оставаться *абсолютно непредвзятым* и *не обременённым собственным суждением*, - то есть, никаким *предыдущим опытом*. Для этой цели одна «вещь» во всём подобна другой, равно пригодна и равно полезна.

Комментарий 2. Идею этого урока следует реализовывать подобно предыдущим, не допуская исключений. Всё, что ты *видишь*, становится объектом для её *приложения*. Это - не упражнения в *суждении* для твоего «сознания». Они направлены на *создание новых ассоциаций* в твоём «подсознании». В этих упражнениях Бог и *божественный замысел, красота творения*, которая тебя окружает, будут занимать *подобающее им место*. Всё *видимое* годится для *работы*. Возможно, какие-то «вещи» *вызовут* определенную *эмоциональную реакцию*. Старайся *отстраниться* от этих «чувств» и *использовать* любую «вещь» *наравне с остальными*. Ещё раз напоминаю, что во время выполнения упражнений, насуточно необходим ровный *эмоциональный фон*. Не должно быть никаких *неожиданных* и *посторонних* «переживаний» и «ощущений», *мышечных напряжений, вызванных мыслями, образами и событиями, не имеющими отношения к мыслительному процессу, запущенному* темой урока или упражнения. *Необходимо* максимально возможное *удобство* и *расслабление*. В противном случае, *установление* новых



*ассоциативных связей* в «подсознании», *окажется маловероятным*. Более того, могут появиться, при наличии *резких раздражающих факторов*, некоторые, *слабовыраженные и кратковременные* «психологические сбои» в работе «сознания». Из-за *разбалансирования старых ассоциаций* «подсознания» и *не создания* новых, на месте старых.

#### Урок 4

**Этика мышления. Каковы мои мысли и что они значат для меня. Почему они ничего для меня не значат? «Добро» и «зло» в моих мыслях.**

**Упр. 1.** Используя собственные «мысли» для работы с темой *урока*, определи каждую из них по *центральному образу* или *событию* в ней. Например:

Эта мысль о (чём-либо или о ком-либо) что-либо *значит* для меня?

Делает ли она меня *умнее* или *обогащает* мои *чувства*?

Стал ли я *счастливее* и *ближе* к Богу, *благодаря* этой «мысли»?

Если мой *ответ* на все эти *вопросы* будет *отрицательным*, то эта «мысль» действительно *ничего не значит* для меня.

**Упр. 2.** Продолжи рассуждения о тех «мыслях» или подобных им, которые, как ты *думаешь*, *ничего не значат* для тебя:

Какое *отношение* моя «мысль» имеет к «добру и злу» в их *евангельском понимании*?

*Содержит* ли она в себе что-либо, о *чём можно было бы сказать*: - это *ради* Христа Иисуса?!

*Оцени*, достойна ли эта «мысль» того, чтобы *стать частью опыта* твоей «души» или достойна *отвержения* и *должна быть выброшена* за её *пределы*, как не имеющая *отношения* к Духу.

**Упр. 3.** Если ты *решил избавиться* от этой «мысли», то должен *задуматься* о том, *как это сделать*, чтобы *не нанести вреда* кому-либо другому! Ведь «мысль» это «сила» и «энергия». Необходимо *избавить* её от *негативного потенциала*.

Постарайся обнаружить и *обнажить* перед своей «совестью» то «зло», которое *содержалось* в этой «мысли» и *пряталось* в «тени» её.

Для *полной нейтрализации потенциала* её *негативной* «психической энергии», создай в своём «разуме» другую «мысль», которая *была бы* её *полностью противоположна*, с точки зрения *евангельской нравственности*.

**Комментарий 1.** В отличие от предыдущих уроков, упражнения этого урока начинаются с *наблюдения* за «мыслями», *посетившими* тебя, скажем, в течение *одной минуты*. Затем *соотнеси* эти «мысли» с *идеями* данного *урока*. Не *сортируй* свои «мысли» по каким-либо *признакам*, *используй* их все как *объект* для *упражнения*. Не спеши *оценить* сразу *этическое качество* своих «мыслей», оставь это для *заключительной части упражнения*. Приглядываясь к своим «мыслям», ты обнаружишь, что они *представляют собою такую этическую «смесь»*, что ни одну из них *нельзя назвать однозначно* «хорошей» или «плохой». **Вот почему они ничего не значат для тебя.**<sup>1</sup>

**Комментарий 2.** При *выполнении упражнений* *придерживайся* прежних *установок*. Не *разделяй* сам свои «мысли» на «хорошие» и «плохие». Ибо ты *ещё не различаешь* «добра» и «зла». И считаешь «добром» *малое* или *неочевидное* «зло». Твои «хорошие мысли» - *тени*, в которых *скрывается* «зло», и *тени* *прячут* его. А твои «плохие мысли» *полностью отравлены* *разделениями* «разума» и *делают видение* Истины *невозможным*. И тебя нет *пользы* от них.

**Комментарий 3.** Это одна из *основополагающих тем* всего курса «Уроков богопознания», и время от времени она будет *повторяться* в *различных формах*. Цель этих *упражнений* - *показать* тебе *евангельскую безнравственность* твоих нынешних *этических установок* и *помочь* тебе *сделать первые шаги* в *отделении* *этической* «реальности» от *этической* «бессмысленности». Далее *последуют следующие шаги*, подобные этим *урокам*. Эти же *упражнения* - первая попытка

<sup>1</sup> По этому поводу Иисус Христос сказал: - «Если свет, который в вас, есть тьма, то тьма кольми!» То есть, - если вы, *считая* себя *добрыми*, *делаете злое*, *совершаете грехи*, то *каково* же зло, *каковы грехи* тех, кто *считает* себя *злым*!?

*практики*, с дальним прицелом, - научить тебя видеть *пустоту* «эго» в себе.<sup>2</sup> Видеть то, что *этическая* «реальность» - *привносится* в тебя Духом. И то, при каких *условиях* это *привнесение* происходит. Здесь также начало тренировки «разума» в *различении* того, что – «Добро ради добра делаемое есть зло, и только добро, которое делается ради Иисуса Христа, есть истинное добро». **Комментарий 4.** Можно *приложить* эти *упражнения* к какой-либо «мысли», особо *настойчиво* и *навязчиво* *посещающей* тебя. Такая *практика* *может быть, иногда* или даже *изредка*,<sup>3</sup> *полезна, правда, она не заменит произвольного выбора* «мыслей», *необходимого* для выполнения этих *упражнений*. Не *отбирай* «мысли» для *упражнений* более минуты. Можно, *для начала, ограничиться одной, первой* «мыслью» *пришедшей* к тебе. Затем *браться за две, три* и т.д. Ты ещё *слишком не опытен*, чтобы *браться за анализ умозрительных комплексов, отражающих целиком* те или иные *процессы, происходящие* в твоей «душе». Поскольку эти *упражнения* являются *первыми упражнениями* подобного *типа*, ты *обнаружишь*, что «мыслям» в *разделенном* «разуме» *особенно присуща навязчивость*. Поэтому, *не делай* этих *упражнений* больше *трёх-четырёх* раз в день. И *очень осторожно* *увеличивай количество* «мыслей» тобою «созерцаемых» за один сеанс. Лучше *вернуться* к той или иной «мысли» *позже*, чем *получить психическое переутомление*, которое *может быть опасным*.<sup>4</sup>

## Урок 5

### Я всегда вижу источник «зла» не там, где он действительно есть

**Упр. 1.** Соотноси идею *урока* с конкретным «искушением» *выраженным* в любой *форме* «переживания» или «эмоции». <sup>5</sup> Назови *форму*, в которой *проявилось* это «искушение» в тебе, и *сформулируй* его *причину*. К примеру:

Я «гневаюсь» на *кого-то* или *что-то* не по тому, что это или в этом «зло», а потому, что это обнаружило то «зло», которое есть во мне;

Я «боюсь» *кого-то* или *чего-то* не по той *причине*, что я *труслив*, а по *причине* того, что мне будет *стыдно*, если *обнаружится* моя «ложь» и *недостойство*.

**Упр. 2.** Обдумай *причину*, по которой в твоём «разуме» появилось то или иное «искушение». Чем определяется *форма* его проявления? И постарайся *проследить*, не было ли у него *последствий*, в виде смены *форм* проявления. Например:

Я «обиделся» на *кого-то* или *что-то* потому, что я *думал*, что меня должны *уважать* и *слушать*, так как я имею какие-то *достоинства*. Но меня *не услышали* и со мной *произошли* *такие-то* «искушения»;

Я «испугался» *кого-то* или *чего-то* потому, что *рассеян* и не могу *контролировать* окружающую меня *ситуацию*. Считаю, что все *окружающие* должны *заботиться* обо *мне*, ибо я *важнее* всех. Поэтому со мной *случаются* такие-то «искушения».

**Упр. 3.** Попытайся *разобраться* в уже *исследованных* тобою «искушениях». Есть ли в них что-то *общее*, что *тревожит* тебя, безотносительно того, насколько оно *сильно* или *слабо* в каждом из *исследованных* «искушений». Главное, чтобы оно *присутствовало* в *каждом* «искушении» или, хотя бы в их *большой части*. Это будут: *ложь, стыд* и *страх*, - по преимуществу. Если твой *анализ* был *недостаточно тщателен*, то *возможны* и другие *формы* «искушений».

Я «беспокоюсь» о *чём-либо* или о *ком-либо* не по той *причине*, что для меня *важно* именно это. Я *думаю* об этом потому, что *опасаюсь* того или другого, что *покажет* меня перед всеми в *невыгодном* для меня *свете*;

<sup>2</sup> Это станет *возможным*, только если ты будешь *реально* стремиться к жизни по *евангельским заповедям*. Лишь тогда в тебе *появится мысленный опыт*, осмыслив который, ты сможешь *реально* увидеть *пустоту* «эго».

<sup>3</sup> Если *применять* её чаще *допустимого* *чрезвычайного режима*, то твоё «мышление» *выстроит* в твоём «разуме» некий психический карман. Место, в котором твоя *страстность* - «эго», *сможет отсиживаться* пока ты «борешься» с ним, *совершая упражнения*. Оно *сможет* даже *возрастать*, при их *выполнении*. И вместо «пользы», *упражнения* *будут приносить* «вред».

<sup>4</sup> Эти *упражнения* *достаточно близки, психологически*, к *умному деланию* или *безмолвному художеству*. Его ещё называют *творением молитвы Иисусовой*. Св. отцы, *аскеты* и *мистики, постоянно предупреждают* о *необходимости осторожности* и *руководства* в её *совершении*, во избежание *повреждения* «ума».

<sup>5</sup> См. Комментарий 1.

Я «угнетён» из-за того-то или кого-то не по той *причине*, о которой я *говорю* или *думаю*. А потому, что это *противоречит* тем моим *желаниям*, о которых я никому не говорю и никогда не скажу.

Затем в течение минуты, не более того, *старайся выявить* все *формы* «искушений», *проявляющиеся* в тебе, не принимая во внимание ни их *частоту*, ни их *интенсивность*. Соотнеси с «идеей» *урока* каждую из форм «искушения». *Назови* его *источник*, и «чувство», в *котором* «искушение» *проявляется* в тебе.  
Достаточно повторить это *упражнение* 3-4 раза в течение дня.

Комментарий 1. «Идея» этого *урока*, подобно предыдущему, может использоваться применительно к любому *событию*, *ситуации* или *человеку*. В «созерцании» которых, ты, по твоему мнению, *впадаешь* в «искушение». *Выполняя* этот *урок*,  вырази для себя своё конкретное «искушение» в *словах*. Опиши себе свои «мысли» и «чувства», *переживаемые* в «искушении». Используй термины, кажущиеся тебе наиболее *точными*. Это могут быть: *страх*, *тревога*, *беспокойство*, *подавленность*. Или *негодование*, *ненависть*, *ревность*, *ярость* и т.д. и т.п. Любые «переживания» и «эмоции», которые *воспринимаются* тобою как *отличные* друг от друга. Задача *урока* показать и доказать тебе, что всё это *множество* и «богатство» - лишь твоё *неверное восприятие*. Во-первых, *множество* «искушений» не более чем «иллюзия». «Искушение» имеет один единственный источник – «эго». Так что его конкретная *форма* не имеет никакого *значения*. Каждая из них есть лишь *преломление* одного и того же «зла» в различных *силах* и *способностях* твоего «разума». Во-вторых, «зло» это *всечеловеческое явление*. Оно *присутствует* в *каждом* человеке. И *любой* человек, по своему *отношению* к этому «злу», есть *первый после Адама!* То есть, в конечном итоге, в *каждом* человеке *содержится* всё «зло» *мира*. То «зло», от которого *страдает он сам и все вокруг него*.

Комментарий 2. Процессу выполнения *упражнения* должен предшествовать *поиск* тобой в своих «мыслях» *источника* «искушения», как и в какой *форме*, ты его *воспринял*, и *последовали* ли за ним другие «искушения».

Комментарий 3. Ты обнаружишь, что в *упражнениях* этих *уроков*, связанных с твоими «мыслями» и «чувствами», труднее, нежели в предыдущих остаться *эмоционально ровным* и *выдержанным*, сохраняя *ясность* «разума». Может оказаться полезным предварять *упражнения* напоминанием себе *основной* «идеи» *урока*:

- Не существует «зла» вне меня;
- «Зло» вне меня, в ком-то или в чём-то, лишь «иллюзия», отражение того «зла», которое во мне;
- «Искушения» следуют одно за другим, но *едина* их *причина*, которая во *мне*.

Комментарий 4. Ты также обнаружишь, что *некоторые* «искушения» *посещают* тебя гораздо *чаще*, нежели *другие*. Это случается по *сродству* (привычке) твоего «разума» к ним. Попытайся *убедить* себя не придавать этому чрезмерного *эмоционального значения*. Отнесись к ним *равно*, так же, как и к *другим* «искушениям». Напоминай себе:

- «Я не могу *избавить* себя от этих «искушений» потому, что хоть их и много во мне, *причина* их может быть в совсем *других* «искушениях», которые *посещают* меня *изредка*. Я буду *исследовать* их все, с «верою», что Дух *просветит* мой «разум» и я смогу *начать* с самого *главного* и *важного* для меня».

## Урок 6

**Я огорчаюсь, поскольку вижу себя не таким, какой я есть на самом деле**

Упр. 1. Упражнения этого *урока* своей «идеей» также схожи с предыдущими *уроками* цикла. *Необходимо*, размышляя в течение краткого периода времени, от 1-ой минуты до 5-ти минут, назвать причину того *огорчения*, которое ты сейчас «созерцаешь» в себе. И ту *форму* (*гнев*, *беспокойство*, *страх*, *угнетенность* и т.д.), какой оно *выражается*. Например:

- Я «негодую» на себя, поскольку *вижу*, что в своём *суждении* о ком-то или о чём-то я совершенно *неправ*;
- Я «беспокоюсь» о чём-то в себе, поскольку *вижу*, что на самом деле *не имею* в себе чего-то, что *вижу* в *других* людях.

**Упр. 2. Постарайся** заметить ту последовательность, в которой приходят к тебе незавидные для тебя «мысли». Не обращая внимания на количественные показатели этого процесса. Пусть основой этого упражнения будет предположение о том, что «причина» предшествует «следствию». И проверь её на своих «мыслях», приходящих тебе. К примеру:

- Я «похвалил» себя за что-то или меня «похвалили»;
- Я «огорчился» потому, что у меня что-то не поучилось;
- Я «устыдился» из-за того, что в чём-то ошибся.

Заметь, какие «мысли», из этих или им подобных, обычно предшествуют другим.

**Упр. 3. Попробуй** критиковать самого себя за те «мысли», которые, как тебе кажется, являются предшествующими другим. Особенно за те, которые предшествуют не одной, а двум, трём или ещё большему количеству «мыслей». В самом себе осуди те причины – свои «привычки» и «мнения», которые их вызывают. И те формы – «переживания» и «эмоции», в которых они проявляются. Допустим:

- Я «осудил» кого-то за что-то, и сказал, - «Я бы так никогда не сделал!» Потом же, я сотворил ещё худшее, чем тот, которого я «осудил»;
- У меня «получилось» что-то сделать и я расхвалился об этом. А оказалось, что у меня получилось случайно;
- Меня «похвалили» за что-то и я возгордился и стал думать, что я опытный профессионал, и допустил досадную ошибку.

После того, как ты несколько раз, в течение дня, совершал это упражнение, проанализируй вновь причинно-следственные связи в «мыслях», огорчающих тебя. Изменились ли они?! И если да, то как? При отрицательном результате, попробуй провести всю работу заново. Скорее всего, твой критический анализ оказался недостаточным. Возможно, тебе понадобится совет! Духовника, пастыря или, хотя бы, более опытного в «духовной жизни» человека.

**Комментарий 1.** «Идея» этого урока очень полезна тебе для осознания пустоты и необоснованности твоего «самоуверования», которое и есть «эго». Она удобна в применении ко всему, что проявляется в тебе, в твоих отношениях с окружающими тебя людьми. И поэтому её можно успешно использовать в течение всего дня. Однако каждым трём или четырём выполнением упражнения обязательно должен предшествовать период тщательного внутреннего созерцания, - поиска проявления своей «гордыни» и её причин, длящийся до 5-ти минут.

**Необходим** строгий контроль «сознания» над этими процессами.

**Комментарий 2.** И снова ты заметишь, что некоторые «мысли» посещают тебя чаще, чем другие. Напомни себе, что их частота не означает их главенства в твоём «разуме» и не делает их причиной других твоих «мыслей». Задачей урока является попытка практически убедиться в «иллюзорности» своего «эго». Реально захотеть отказаться от высокого «мнения» о себе и от превозношения над другими людьми. Захотеть того, что Евангелие называет «смирением» и «кротостью».

## Урок 7

**Я не вижу саму «реальность» такой, какой сотворил её Бог, а только то, что представляет о ней мой «разум»**

**Упр. 1.** Что же необходимо для того, чтобы увидеть «реальность» такой, какой она является по божественному «замыслу»? Это достаточно просто сделать! Загляни в свой «разум»... Что в нём есть самого тайного, сокровенного и интимного? Того, чего не знает никто кроме тебя. Оно содержит в себе то, чем ты гордишься и то, чего ты стыдишься. ... Что же это? – Это твоя «совесть»!

- Она - причина того, что всё тобою видимое ничего не значит для тебя, ибо видишь ли ты это или не видишь, ты не делаешься от этого «счастливым»;
- Она - причина, по которой всё видимое ты отделил от «нравственности»;
- Она - причина, по которой ты не понимаешь сути «вещей»;
- Она - причина того, что твоё «познание» далеко от Истины. Так как твои «мысли» не имеют отношения к «реальности», а являются твоим «умозрением»;
- Она - причина того, что твой «разум» разделён и расстроен. А вовсе не по тому, что ты недостаточно талантлив, умён или образован;

Она - *причина* всех твоих *скорбей* и *страданий*, ибо ты «веришь» в то, чего нет. Попробуй осмыслить утверждения, предложенные в *упражнении*, имея в виду контекст Комментария 1. *Согласен* ли ты с *ними*? Если ты *не согласен*, попробуй сформулировать причины своего *несогласия* и представь их на *суд* Писания и своих *духовных советчиков*.

**Упр. 2.** Взгляни, к примеру, на свою *чашку*.<sup>6</sup> Припомни весь свой с нею *связанный прошлый опыт*: как ты, желая *выпить* воды, чаю или ещё чего-либо, брал её в *руки*; как пил из неё во время завтрака, обеда или ужина, *губами прикасаясь* к *кромке*, и т.п. А каково *было* твоё *эстетическое отношение* к *чашке* – к этой, и к тем, которые *были у тебя* до неё? *Кого* ты *благодарил* за *подарок*? Как *огорчался*, когда *она разбивалась*? Что ты *знаешь* и *помнишь* о тех, *кто дарил* тебе *чашки* в прошлом? Задумывался ли ты о том, какую *связь* имели все *побывавшие* в твоих *руках чашки*, с твоими *добронравственными отношениями* с этими *людьми*. Теперь, когда ты вспомнил всё это, ответь, - «Разве не *присутствовал постоянно* этим *добром* и *благом* с тобою *рядом* Бог, когда ты брал в свои *руки* эту *чашку*. Или любую *другую*, которая *была у тебя* до неё?» Вот теперь ты *действительно видишь суть* и «реальность» этой *чашки*!

Перед выполнением этого *упражнения* обратись к Комментарию 2. И *постоянно помни*, при выполнении упражнения о *первенстве нравственности* в «реальности» божественного «замысла».

**Упр. 3.** Смысл и «идея» это *упражнения*, заключаются в Комментарии 3. Если ты признаёшь её, соотнеси эту «идею» со всеми без исключения *зрительными* «образами», на которые упал твой *взгляд*. К примеру:

Я вижу «облако». Как и от *кого* узнал я об «облаках»?

Идёт «дождь». От *кого* я узнал о «дожде»?

Я вижу себя в «зеркале». Как и от *кого*, я узнал о *своём* появлении на *свет*?

Я вижу, едет *машин*, летит *самолёт*... и т.д. и т.п.

Я вижу *дерево*, *дует ветер*... и т.д. и т.п.

Мыслить можно не только о тех *людях*, с которыми ты *был* знаком *лично*, но и о тех, от *которых* ты что-то узнал из *книг, журналов, газет*. С экрана *телевизора*, с *киноэкрана* или с монитора *компьютера*. Всё зависит только от *количества* той «доброты», которое ты готов вместить или поместить в своей «душе». Не задерживайся взглядом на каком-то одном «образе», но ничего не упусти намеренно. Бросив беглый *взгляд* и зафиксировав его на одном «образе», переходи к другому. *Трёх* или *четырёх* «образов» для *практики продолжительностью около минуты* на каждый «образ», будет вполне *достаточно*.

Комментарий 1. «Идея» этого *урока* особо трудна для восприятия «ветхого» человека. Что такое «реальность» и как её правильно воспринимать? Однако именно *она* является *логической основой* и *продолжением* всех предыдущих *уроков*. «Реальность», каковой сотворил её Бог, это *вездесущее соприсутствие* «нетварного» и «тварного». Бога и человека. – *«Бог есть всяческая во всём!»* Всякая «вещь» *существует* постольку, поскольку Бог *промышляет о ней*, присутствуя в *ней* своей божественной «энергией» или своим «действием». А в *человеке* Он присутствует не только своей божественной «энергией» или «действием», но и своим божественным «образом». Поэтому и говорится, что *человек*, - *избранная и возлюбленная* Богом «тварь», которую Бог *хочет видеть равной* себе. С *человеком* Он *хочет «общаться» в любви*. Ради этого, Бог так сделал всё, чтобы *быть* как можно *ближе* к *человеку*. В каждой «вещи», которую *человек* может взять в свои *руки*. В каждом «образе», который *человек* может видеть и в каждой «мысли», которая может прийти к *человеку* в его «разум». Всё наполнено любовью Бога к *человеку*. Нет ничего *безнравственного, некрасивого* и *бессовестного* в том, что окружает человека.<sup>7</sup> Напоследок, Он *сам себя отдал* в *руки* человеческого *суда*. Такова «реальность».

Комментарий 2. Прежние *концепции* «реальности» *неимоверно трудно* опровергнуть, поскольку все *они* основываются на твоей «вере», либо в *самого себя*, либо в *своей* «эго». В любом случае, прежние *концепции* «реальности» далеки от того, чтобы «нравственность» и *любовь* играли в них *первейшую, бытийнопологающую* роль. Вот почему они так *естественно* и *просто* тебе подходят, в твоей «ветхости». Если же ты осознаёшь свою «ветхость», то эта новая христианская *концепция* «реальности» уже не покажется тебе столь *странной*, как поначалу.

<sup>6</sup> Или на что-то другое, что более удобно для тебя.

<sup>7</sup> Конечно, если сам «ветхий» человек не *извратит* и не *изуродует* всё вокруг себя, в своей *бессовестности* и *безнравственности*.

Комментарий 3. Взгляни вокруг *себя*. Ведь то, что было сказано во *втором упражнении*, равной мере относится ко *всем* «предметам», которые ты *видишь*. Ко всему видимому тобою. Обо *всём*, что ты *видишь сейчас*, ты когда-то спрашивал кого-то. И если ты был добр с тем, *кого* вопросил, то он, по преимуществу, пусть и не без каких-то *искушений* и *трудностей*, с *любовью* и *обстоятельностью* объяснял тебе это. Ни о чём не слышал ты вне той *нравственной среды*, которая составлялась из твоих *отношений* со многими *людьми*. В конечном итоге, ты ни о чём не узнавал без *любви* – без Бога!

## Урок 8

### Мой «разум» опирается в своём «мышлении» на прошлый опыт

Упр. 1. Все *упражнения* этого *урока* должны проводиться с *закрытыми* глазами. Ведь *ты* будешь учиться работать с «мыслями» и *мысленными* «образами», а не с «образами» *зрительными*. Тебе, поначалу, так будет гораздо *легче*. Потом это перестанет иметь значение, и *ты* сможешь более свободно *упражняться* и с *открытыми* глазами.

Перед выполнением первого *упражнения* ознакомься с Комментариями 1-3 к *уроку*. Затем, с возможно большим *спокойствием* и *отстранённостью* следи за своими «мыслями» и «образами», возникающими в *твоем* «уме», в течение *минуты* или *около* того. Когда освоишься с *процессом* выполнения упражнения, можно будет дойти до *трёх*, а потом и до *пяти* минут. Просто отмечай все «мысли» и «образы», обозначая или именуя их по *смыслу* основной «темы» или главного «образа». После этого переходи к *следующей* «мысли» или «образу». Начни упражнение такими *словами*, например:

- Я сейчас *думаю* или *подумал* о ком-либо или о чём-либо. Каково «моральное» и «этическое» *содержание*, того, о чём я *думаю* или *подумал*;
- Я сейчас *вижу* или *представляю* себе кого-то или чего-то. Какую «моральную» и «этическую» оценку даю я тому, что *вижу*. Или какова «этичность» тех *переживаний*, *эмоций* и *чувств*, которые меня охватывают при этом.

Упр. 2. Это *упражнение* позволит тебе, с окончательной *очевидностью*, определить источник той «мысли» или «образа», *присутствие* которого ты заметил и обозначил в твоём «уме».

Откуда это *исходит*: от «эго» или от Духа. Повторно выполни начальные условия первого упражнения. Но теперь, *ты* будешь себе задавать другие вопросы. К примеру:

- Я сейчас *думаю* или *подумал* о ком-либо или о чём-либо. Каково «нравственное», *содержание*, того, о чём я *думаю* или *подумал*, исходя из *смысла* и «духа» Евангелия? Как бы оценил эти мои «мысли» Иисус Христос?!;
- Я сейчас *вижу* или *представляю* себе кого-то или чего-то. Какую «нравственную» *оценку* дал бы этому Иисус Христос. Несут ли мне «блаженство» те *переживания*, *эмоции* и *чувства*, которые меня охватывают при этом.

Закончив анализ и оценив «нравственное» *содержание* каждой «мысли» или «образа», с точки зрения *твоего* понимания Евангелия Иисуса Христа,  вырази словесно получившийся у тебя *результат*. К каким «выводам» *ты* пришёл? Возможны два варианта:

- Мой «разум» поглощён «мыслями» исходящими от «эго»; или
- Мой «разум» мыслит вполне «духовно».

В последнем случае, *тебе* предстоит большая «духовная» *работа* по осмыслению *твоего* понимания Евангелия и практическому исследованию «места», которое занимают *евангельские заповеди* в *твоей* жизни.

Эти *упражнения* можно делать *четыре-пять* раз в течение дня, если не возникнет как-либо *выраженных* «плохого» *самочувствия* или *раздражения*. Если же что-то появится, количество *повторов* можно ограничить *тремя*. Однако, *наверное*, может оказаться *полезным*, включить эти свои *недомогания* и *раздражение*, вызванные сегодняшним *уроком*, в процесс анализа состояния своего «разума».

Комментарий 1. В «идее» этого *урока* кроется причина «власти» над тобою твоего «эго». Ведь, правда, весь твой «реальный опыт» основан только на том, что уже *было*. Поэтому, он может быть только «плотским». А «духовный» *опыт* весь устремлён в *будущие обетования*. Его можно назвать *воспоминанием о будущем*. Ибо некоторые, из тех, кто жил в *прошлом*, уже вкушают

«блага» *будущего века*. И Церковь говорит тебе об этом их «опыте» *будущего*. Таково *отличие* «вечности» от нашего «ветхого времени». Поэтому «духовный опыт» требует «веры». Без неё, **никто** в *действительности* не может видеть ничего «духовного», того, что выходит за рамки *земной истории*.<sup>8</sup> Каждый «разум» пытается разглядеть в *прошлом* «признаки» *будущего*, спроецировать вонне то, что уже *было*. Об этом *хорошо* сказал Спаситель: - «*Оставь всё! Пусть мёртвые погребают своих мертвецов. Возьми свой Крест и следуй за Мной!*» Поглощённость «разума» *прошлым* - *причина* ошибочного твоего представления о «времени». Ты «мыслишь» о нём, как о чём-то «вечном» и «бесконечном». Это не правильно! Наше «время» не «бесконечно» ни в *прошлое*, ни в *будущее*. Оно началось и оно кончится.<sup>9</sup> Из-за этого *ошибочного видения* «страдает» твой «разум». Ему непонятно, что ему делать с *настоящим*, тем *единственным*, что «реально» существует в нашем *нынешнем* «ветхом времени». Следовательно, ему недоступно и *реальное* «действие», которое он должен совершить в этом самом *настоящем*. Он мнётся и выжидает, не понимая ничего из происходящего с ним. И вообще, теряет последнюю свою связь с «истинной реальностью», которая и кроеется в этом *настоящем*.

Комментарий 2. *Единственно верное* «мышление» о *прошлом* - это *память* о том, что это «время ветхости». И что, не смотря на это, оно содержит в себе *историю* «аскетического действия» *многих* людей. Пытавшихся, с разной степенью *успешности*, выйти из *себя* «ветхого» в *того* «нового» *себя*, который смог бы быть *счастливым* и *радостным* в *будущей* «вечности». Сожалеть о *прошлом* всё равно, что тешить себя *напрасными иллюзиями*. Мало кто понимает, что, по сути, влечётся *воображением картин прошлого* в *нереальное будущее*. Это напоминает мне *человека*, который скупает все встречающиеся ему на *пути* «воздушные шарики». Для того чтобы в *одном* из них найти «золотую монету». «Разум», при этом, остается пуст, ибо на самом деле он не мыслит ни о чём «реальном» и *истинном*.

Комментарий 3. Цель *упражнений* сегодняшнего *урока* - начать тебе обучать свой «разум» узнавать то его *состояние*, в котором он в *действительности* не мыслит ни о чём «реальном». Пока «разум» поглощён «иллюзорными идеями», ты не сможешь от *мечтаний* и *слов* перейти к «делам» - исполнению *евангельских заповедей*. И *путь* к «истинной реальности» будет закрыт. Умение обнаружить то, что «разум» твой *пуст*, а вовсе не полон «созерцания реальности», есть первый *шаг* к открытию *дороги* в эту «реальность».

## Урок 9

### Я не понимаю, какое отношение к «добру и злу» имеет то, что я вижу сейчас

**Упр. 1.** Сначала, внимательно прочти Комментарии к *уроку* и осмысли в их «свете» его «идею». Затем обрати своё внимание на всё то, что находится вокруг тебя, и задай себе вопрос, содержащий в себе, в той или иной форме, «идею» *урока*. Нельзя забывать и об основном *правиле* - недопустимости исключений. Например:

- Что несёт в *себе* или с *собой* эта *пишущая машинка*, которую я вижу сейчас, «добро или зло»? Насколько уверенно я могу ответить на него? Что такое «добро и зло» применительно к этой *вещи*?;
- Какое «добро или зло» несёт мне и *миру* вообще этот *телефон*, который я вижу сейчас?
- А эта *ручка*? И т.д. и т.п. ...

Начни с *предметов* вблизи себя, затем расширь круг своего *обзора*, включая в него и тех *животных*, которых, возможно, ты видишь. *Рядом* с собой или где-то в *отдалении*.

**Упр. 2.** В этом *упражнении*, обратись к *себе*:

- «Добро или зло» несёт мне и другим *людям* эта *рука*, которую я вижу сейчас?;
- «Добро или зло»... это *тело*, *голова*, «ум», «сердце»...

А затем и к другим *людям*, которых ты видишь *вокруг*:

<sup>8</sup> Земная история человеческого «опыта» началась с «грехопадения» и изгнания из Рая Сладости. Посему-то и то, что было с человеком в Раю, и то, что будет с ним завтра, скрыто от его нынешней *падшей* «плоти». Оно за её *рамками* и *границами*. Потому-то и не доступно *плотскому* «уму» твоего «ветхого» человека.

<sup>9</sup> «Что было до «большого взрыва»? Что будет на завершающей стадии «инфляции вселенной»? - Чего ждать от тех, кто «не верит» в свою «вечность»?! Если бы «верили», то может быть задавали бы другие вопросы. Или спросили бы у того, кто «знает»...

- «Добрый или злой» этот член моей семьи или мой родственник, которого я сейчас *вижу* рядом с собой?;
- Какое *отношение* к «добру и злу» имеет кто-то, которого я *вижу сейчас*: прохожего в окне, сидящего на скамейке, едущего в машине или автобусе и т.д. и т.п.

В результате выполнения упражнений *ответь себе* на следующий *вопрос*: - Зависит ли твоя *нравственная оценка* предмета, животного или человека от *твоего* собственного *нравственного состояния*, и, в конечном итоге, от твоего *отношения* к Богу, то есть, - твоей «веры»? Если ты пришёл к отрицательному результату, то это означает, что *что-то в тебе* препятствует *приятию* «идеи» *урока*. Обратись за «духовным» *советом*.

Комментарий 1. «Идея» этого *урока* следует двум предыдущим. Даже если ты принимаяешь их *интеллектуально*, ты всё ещё не согласился в своём «сердце» с *утверждением*: - «Ты познаёшь без Бога!» Для *тебя* в нём, всё ещё, нет истинности и полноты смысла.<sup>10</sup> Ты всё ещё с этим *утверждением* «иррационально» не согласен. И *это* неудивительно! «Добро и зло» не познаются, ни «интеллектуально», ни «логически». *Нужен* Дух и *нужна* «вера» Духу. Поэтому, «чувственное» и «образное мышление» и не могут сейчас играть главной *роли*. Необходимо *время*, для того чтобы «вера» вызрела в *твоём* «сердце». Это требует кропотливой *работы* «воли», «ума» и «совести». По *существу*, необходимо «смирение», признание того, что *ты* ничего не понимаешь в *жизни*. Это является необходимой *предпосылкой* в обнаружении «иллюзий» *твоего* «эго» и искоренении «лжи» *дьявола*. Цель *упражнений* этого *урока* – «психологическое» приготовление *себя* к восприятию этого *понимания*. Нет, вероятно, *нужды* объяснять то, что речь идёт об исполнении *евангельских заповедей*. Цель «богопознания» – богочеловеческое единство всех людей! И ты уже, конечно, знаешь, что чем к большему количеству людей *ты* «близок», и чем *искреннее* эта «близость», тем «ближе» *ты* и к Христу Иисусу.

Комментарий 2. *Эгоистичному* «разуму» необычайно *трудно* «поверить», что видимые и познаваемые им «образы», могут *им* неправильно трактоваться. Это *утверждение* порождает «тревогу», ибо угрожает «эго».<sup>11</sup> И практически всегда встречает активное сопротивление, выражаемое в разных *формах*. Но *это*, как раз, и помогает обнаружению «эго». *Большого* и не требуется. Ни для этого *урока*, ни для *большинства других*. Каждое, даже *самое незначительное*, обнаружение «эго», есть *победа* над *кусочком* «тьмы». Той «лжи», которой *тебя* окутал дьявол. И *шаг* к Духу, который, в конце концов, придёт и озарит каждый закоулок *твоего* «разума», подготовленного к этому *твоим* «смирением», окончательно изгоняя из *него* затеняющие его остатки «тьмы».

Комментарий 3. Для этих *упражнений* будет достаточно *трёх-четырёх* занятий в течение дня. Вновь напоминаю тебе, что в этих *упражнениях* не следует стремиться охватить своим вниманием *всё увиденное*, но и намеренного исключения нужно избегать. Не напрягайся, сохраняй равновесие «воли» «чувств». Чтобы, избегая предпочтений, позволить самому Духу строить новую систему взаимосвязей в «мышлении» твоего «разума». У тебя всегда есть подсознательная возможность влиять на этот *процесс*. И твоё «эго» непременно будет «искусать» *тебя* ею воспользоваться.

## Урок 10

### Мои мысли «иллюзорны», ибо не соединены с «совестью»

**Упр. 1.** Это ещё один *способ* доказать тебе *утверждение*, сказанное ранее, о том, что твой «разум», в *действительности*, «пуст». То есть – «безумен!» Признать это, значит – «смириться». Вернее, стать на путь «смирения». Это - *условие*, крайне необходимое для *виденья* Духа и приближения к Нему. Прочитай Комментарии к *уроку*. Начиная упражнение, закрой глаза и медленно повтори про *себя* «идею» *урока*. Затем добавь:

<sup>10</sup> Ведь оно, по сути, утверждает, что без Бога ты – «никто». А так же, «никак» и «нигде».

<sup>11</sup> Ущемляет его «страсти» - «гордость» и «тщеславность». А *они* составляют саму *основу* «страстности», ибо являются тем, что *сразу* бросается в глаза. При *первом* же взгляде на «автопортрет» *дьявола*, который расположен в «центре» *твоего* «эго». И который *дьявол* живо представил, и продолжает представлять тебе, как «портрет» Бога.



- Эта «мысль» поможет мне обнаружить «мысли» *моего* «эго», которые я раньше принимал как *свои*.

Далее *спокойно* и *расслабленно*, как и ранее, в предыдущих *упражнениях*, наблюдай за «мыслями», приходящими в *твой* «разум», без *выбора* и без *суждения* о них. Старайся избежать любой *классификации*. Тебе в этом может помочь *мысленное представление* некоей *процессии*, составленной из следующих мимо *тебя* «сущест*в*», которых ты видишь впервые в своей жизни. «Сущест*в*», которые имеют к *тебе* весьма *малое отношение*. Или вовсе не имеют никакого *отношения*. С каждой, пришедшей «мыслью», спрашивай себя:

- Какое *отношение* к «совести» имеет моя «мысль» о \_\_\_\_\_;

Выполнение этого *упражнения* может контролироваться либо по *времени*: от *полуминуты* до *минуты*; либо по *количеству* наблюдаемых тобою «мыслей». *Критерием* здесь является *успешность* в выполнении «нравственного» *анализа* каждой «мысли» и твоё *самочувствие*.

Совершенно *ненужно гнаться* за *количественными показателями*.

Рекомендуется пятикратное выполнение упражнения в течение *дня*.

**Упр. 2.** Это *упражнение* может проводиться один раз в *день*, как *завершение* и *подведение итогов* выполнения в течение всего *дня* предыдущего *упражнения*. Либо *оно* может проводиться как *заключительная* часть *каждого* выполнения предыдущего *упражнения*. Это *не принципиально*. Можно проводить его и после *двух, трёх* выполнений первого. Всё зависит от того, как *тебе* будет *легче* настроиться на его *исполнение*. Его *продолжительность* - не более *минуты*. Не рекомендуется увеличивать этот *интервал*, и более того, его *необходимо* сократить до *полминуты* или даже *меньше*, если возникнет напряжение.

Не забывай *медленно*, с *закрытыми глазами*, повторить «идею» *урока* перед выполнением и этого *упражнения*, при этом добавляя:

- Эта «мысль» поможет мне освободиться от «эго».

Затем, *спокойно* и *расслабленно*, удобно расположись, *сидя* или *лёжа*, что *предпочтительней*.

Вспомни все те «мысли» предыдущего *упражнения*, которые ты оценил как «бессовестные».

Вызови в себе *эмоциональное переживание* «неприятности» этой «мысли». *Можно*, если получится, довести «эмоцию» до «чувства гнева». *Все* эти свои *попытки* сопровождай *словами*:

- Мне не нравится эта «мысль» о \_\_\_\_\_. *Я не хочу* считать её *своей*.

После этого успокойся, приведи себя в *первоначальное состояние*. И проведи те же *действия* со *следующей* «мыслью». Ещё раз напоминаю, что *количество* «мыслей» *не главное*. Самое *важное* – *твой* «искренний» отказ от *каждой* из этих «мыслей». Тот «стыд» и «осуждение» себя, которые *ты*, при этом переживаешь.

**Комментарий 1.** «Идея» этого *урока* приближает тебя к *осознанию* и *приятию* *тобою* того *факта*, что в *твоём* «разуме» присутствует не одно «Я». *Причина* тебе уже *известна*, не раз, и не только здесь, но и в «Догматическом мышлении», *мы говорили об этом*. А подтверждение этого *факта* в том, что *тебя* посещают «мысли», которые всегда могут быть вполне *определённо*, если хорошо поразмыслить, разделены на *две* группы: «нравственные» и «безнравственные». «Идея» этого *урока* состоит в том, что «безнравственные мысли», - не *есть* подлинно «твои». Ведь ты и *сам* их «стыдишься» внутри себя, если быть до *конца* честным с *самим собою*. Мы уже назвали это обнаружением «эго». У тебя ещё нет *опыта* подобного обнаружения. В процессе исполнения *упражнений* этого *урока* этот *опыт* должен появиться. И возрастать, по мере *твоей* *настойчивости* в их выполнении. Если всё будет делаться тобою *правильно*, то у тебя не останется сомнений в том, что в *твоём* «разуме» присутствуют *два* хозяина: твоё *истинное* «Я» и твоё «квази Я» - «эго». Ты убедишься, что именно *его* «мысли», которые *ты* считал *своими*, - «безнравственны», а потому «иллюзорны». И, *ничего* «реального» не обозначая, *ничего* не значат и для *тебя*.

**Комментарий 2.** Уже во *второй* раз мы попытаемся *обнаружить* «эго». Лишь *форма* этой попытки будет слегка *изменена*. «Идея» *урока* состоит в том, чтобы спросить себя, какие из «мыслей» об окружающих тебя «вещах», нравятся тебе. А какие - нет. С *точки зрения* *твоей* «совести», оцени их «нравственное» *содержание*. Теперь *акцент* делается на *утверждении* Христа Иисуса: - «Я есть Истина...!» Его неодобрение той или иной *твоей* «мысли», служит *необходимым* и *достаточным* «доказательством» отсутствию *связи* этой «мысли» с «реальностью». А, следовательно, и того, что *она* принадлежит не *тебе*, как тебе кажется, а твоему *внутреннему* и *тайному* «визави» – «эго».

Комментарий 3. Процесс *обнаружения* «эго» начался с той «идеи», что все осознаваемые тобою «мысли» зачастую лишены связи с «реальностью». Они находятся скорей *вовне*, нежели *внутри* тебя. Потому, что *внутри* тебя есть Бог, который «мыслит» о «реальности», находящейся в тебе. Выходящей вовне тебя и тебя окружающей. А «эго», наоборот, всегда *вовне* тебя, и постоянно пытается «проникнуть» в тебя. И там, в *твоем* «сердце», остаться. Далее, мы определили, что *твои* «мысли», чаще всего, имеют отношение к *прошлому*, нежели к *настоящему*. Теперь твоё внимание обращается на то, что эти «мысли» ни что иное как «безумие». *Вражда* на Иисуса Христа и *противление* Истине!

## Урок 11

### Мои «мысли» являют мне «иллюзию» жизни

**Упр. 1. Упражнение** сегодняшнего урока, несколько *отличается* от предыдущих *упражнений*. Но *начало*, тоже. Перед выполнением упражнения ознакомься с Комментариями. Начни выполнение этого упражнения с закрытыми глазами и приведёнными в равновесие «мыслями» и «чувствами». Особенно строго следи за ровностью «эмоционального фона». Твоя «низшая психика» или «зоопсихика», которую ещё называют «животной душой» в человеке, не должна участвовать активно в этом упражнении. У «ветхого» человека она почти постоянно «возбуждена», из-за его «страстности». Поэтому, она нуждается в постоянном и строгом **Контроле**, в процессе выполнения упражнения. Медленно повтори про себя «идею» нынешнего урока. Затем открой глаза и посмотри вокруг себя: - *Вблизи, поодаль, справа и слева, вверху и внизу*, и в произвольном направлении. В течение примерно одной минуты смотри и запоминай всё, что ты видишь. Без *спешки*, без *напряжения* и без *волнения*.

Расположись удобнее, вновь закрой глаза, и попытайся вспоминать то, что ты запомнил. Позволь всему, видимому тобою, всплывать в памяти. Самопроизвольно и постепенно. Без *спешки* и какого-нибудь *логического порядка*. Зафиксировав в памяти что-либо из только что виденного тобою, задайся вопросом:

- «Как», и «каким», я вижу что-то или кого-то. С точки зрения *твоего* виденья «нравственного» содержания, «цели и смысла» существования видимого тобою «объекта».

Заканчивая упражнение, закрой глаза и медленно, ещё раз, мысленно повтори «идею» урока. Упражнение выполняется до трёх – пяти минут. В зависимости от *ровности* «эмоционального состояния».

Трёх выполнений упражнения в течение *дня* вполне достаточно. Однако, если ты совсем, или почти совсем не испытываешь неудобства и настроен сделать больше, можно повторить упражнение до пяти раз. Больше - не рекомендуется.

Цель упражнения заключается в том, чтобы сделать очевидным для себя «нравственное качество» *своего* собственного «разума». Получить подтверждение существования несоответствия между моим видением окружающего и «объективной нравственной реальностью» существования этого окружающего.<sup>12</sup> Это возможно, лишь при «предельной искренности» перед самим *собой*. Если ничего не получается, представь, что ты выполняешь это упражнение в присутствии Христа Иисуса, который смотрит на тебя, и знает всё то, что ты думаешь на самом деле.

Комментарий 1. Мы приступаем к основной фазе процесса обнаружения «эго», а именно - к кардинальному изменению присущего «ветхому» миру «мышления».<sup>13</sup> Поэтому, каждый урок будет состоять из одного, как правило, упражнения. Наши «разум» находится, преимущественно, в обыденном, «язычествующем» состоянии. В этом состоянии, ему кажется, будто видимый мир, определяет и исчерпывает собой «всё», что мы воспринимаем с помощью «мышления». Это верно и для научного и для философского «мышления», ибо «ветхость» не интеллектуально-логическая категория, а духовно-нравственная. «Идея» этого урока знакомит нас с иной

<sup>12</sup> Это называют ещё «евангельским восприятием», «духовным восприятием» или «зеркалом Духа». В отличие от «языческого восприятия», называемого ещё «зеркалом мира».

<sup>13</sup> Это «мышление» называют: «ветхим» или «эгоцентричным». В отличие от «христоцентричности» того «мышления», которое мы называем «догматическим».

«концепцией»: - **«Нравственное качество** или состояние **твоих** собственных «мыслей» **определяет** «как», и «каким», **ты** **воспринимаешь** **видимый мир**. Ещё раз **заостряю** и **привлекаю** **твоё** «внимание» к этому **моменту!** Не «что» **ты** **видишь**, а «как» и «каким» **ты** **видишь**. **Для чего** само **твоё** «виденье» или «созерцание»? Каков **его** «смысл» и «конечный результат»? Что **ты** **хочешь получить** или **иметь** в «результате» **твоего** «виденья»? **Без решения** этих **вопросов, не возможна сама** «радость виденья». **Практическое осуществление** этого **урока**, «шаг» в **твоё** «реальное» **освобождение**. **Освобождение** **твоей** «совести», то есть, **возвращение гармонии** во **взаимодействии** «воли» и «совести». Это – «ключ» к **прощению** «эго»,<sup>14</sup> без которого **невозможна победа** над ним!

Комментарий 2. Для большей эффективности **упражнения** этого **урока**, твой **взгляд** не должен «фиксировать» **видимый** тобою «объект». Он должен довольно **быстро** «скользнуть» с **одной** «вещи» на **другую, не останавливаясь** **определённо** на чём-либо. «Фиксация» должна **происходить** в твоей **памяти**. Должен «фиксироваться» не **видимый** «образ». А тот «образ», в котором **ты** **воспринял** «объект», в **своём** «разуме» - **образ восприятия**. В этом «смысл» **упражнения** и всего **урока**. Иначе, **ты** **не уловишь** «разницы» **между** «видимым» и «воспринимаемым» **тобою**. В этой «разнице» и **заключено** «первородное повреждение»<sup>15</sup> **нашей** «природы». **Причина** нашей «расслабленности»: **страстность, тленность** и **смертность**. А также **искомого избавления** от всего **этого**.

## Урок 12

**Мои «мысли» являют мне мир искажённой «совести».**

**Упр. 1. Прodelай** **необходимую** для всех **упражнений** «начальную подготовку». **Отличие** лишь в **том**, что **сегодня** **оставляем** **глаза открытыми**. **Прочитай** Комментарии к **уроку**. **Огляди**сь вокруг **себя**. **Убедись** в том, **что не меняешь** **интервалов времени** и **темпа**, при «созерцании» **каждой** «вещи». **Тебе** не следует **оценивать**, что **тебе** **представляется** **приятным** или **неприятным**.

**Исходя** из **смысла** и **цели** этого **упражнения**, между твоими **положительными** и **отрицательными** «ощущениями» и «переживаниями» **нет никакой разницы**. Сейчас **работает** только **рациональное** «мышление». **Соотнеси** «идею» **урока** со всем **тем**, что **ты** **видишь**.

**Мысленно** (хотя, можно и вслух, если ты один и никому не мешаешь) **скажи**:

- **Я вижу** что-то или **кого-то**. И **задайся** **вопросом**: - «Как **я** **использую** **это** (если это «предмет»)»? Или, - «Как **я** **обращаюсь** с **этим** (если это «животное»)»? И, наконец, - «Как **я** **отношусь** к **этому человеку**»? – С точки зрения «совести» и «евангельской нравственности»!

Со **всей** возможной **искренностью** **оцени**, все свои **отношения** с **видимыми тобою** «объектами» и «образами». **Конкретные** и **абстрактные, личные** и те **примеры** и **случаи**, о которых ты **слышал** или **читал, смотрел** по ТВ или в Интернете. **Убедись**, что **ни одно** твоё **отношение** с кем-либо или кем-либо, **не свободно** от того или иного, единичного или множественного, **проявления** «постыдности»!

В конце **упражнения** **подведи** его **искренний итог**: - «**Я** **огорчён**, поскольку **вижу**, что мои **отношения** с **окружающим** меня «миром» **не основываются** на **главенстве** моей «совести». Этот **вывод** **должен быть** **реальным итогом** **выполнения упражнения**. Нельзя **искусственно** «подстраивать» **приход** своего **размышления** к **нему**. Если **тебе** **не удаётся** найти **повода** для **нравственного укора** себе более чем в 50% случаев **наблюдения тобою** **окружающих тебя** «вещей», то это **повод** **заподозрить себя** в **духовной невнимательности** и **обратиться** за **духовным советом**.

<sup>14</sup> В этом **смысл** «аскетической мысли»: - «Для того чтобы **научиться прощать** **другого**, надо, с начала, **научиться прощать себя**. Увидеть, как **несмышлён**, и **забавен ты сам**, и всё **твоё** «мировоззрение», в **любящих** «глазах» твоего Небесного Отца. Как **малозначительны** для Него, но не для тебя, твои «грехи». Как **несостоятельно** в Его «глаза» твоё «эго»! **Ощутить**, как Он **прощает** и «любит» **тебя** и всех **других**, которые «вокруг» **тебя**. И тогда, **ты** **действительно простишь**, сначала **себя**, а потом и **их**. Это же относится и к слову аскетов о «любви»: - «Для того чтобы **научиться любить** **другого**, надо, с начала, **научиться любить себя**».

<sup>15</sup> «Первородный грех».

Трёх-четырёх выполнений упражнения будет достаточно на сегодня. Каждая попытка не должна превышать одной минуты. Ощувив «эмоциональное напряжение», даже незначительное, попробуй успокоиться, приостановив занятие. Если не удаётся – прекрати его.

Комментарий 1. Важность «идеи» этого урока состоит в том, что именно она содержит «принцип» исправления искаженного восприятия мира твоим «разумом». Ты полагаешь, что окружён «миром» печали, преступности, безумия, угроз. Все эти «нравственные качества» окружающего тебя «мира» – «объективная реальность»! Но это, - твоя «реальность», наречённая «миру» тобой. Это – слепок с твоей «совести», конечно же, совмещённой с «совестью» других людей. Но, то, что нравственно испытываешь от этого «мира» ты, зависишь от состояния только твоей «совести». Сама по себе, «нравственность мира», каким сотворил его Бог, ничего не значит для тебя, ибо ты её не видишь и не знаешь. Ты можешь только неосознанно ощущать «нравственную красоту» мира, под образом видимой глазами Красоты. А, между тем, виденье внешних красот не даёт твоему «разуму» тех возможностей «мышления», которые даёт ему возможность виденья «нравственной красоты» мира. Это различие в возможностях «мышления», и составляет различие между твоим «эго» и твоим «истинным «Я».

Комментарий 2. Упражнение данного урока выполняются с открытыми глазами. На этот раз медленно оглядись вокруг. Старайся переводить взгляд с одной «вещи» на другую через равные промежутки времени. Не позволяй им стать заметно короче или длиннее и постарайся придерживаться размеренного темпа в течение всего упражнения. Что именно ты видишь, несущественно. Уделив всему, на что упал твой взгляд, равное внимание и равное время, ты и учишься воспринимать целостный «образ» окружающего тебя мира. Таков начальный шаг в обучении себя «целостному» и «объёмному» восприятию всего видимого. «Подобного» тому, как воспринимает сам Бог своё творение, - «целокупно» и «целомудренно». В той «целостности», в которой «совесть» играет главную роль. В отличие от того, разделённого и атомизированного мира, каким он воспринимается «разумом» разделённым, «разумом» бессовестным.

Комментарий 3. То, что лишено нравственного значения - не может быть «хорошим» или «плохим». Так почему же ты сетуешь на бессмысленный и двойственный (дуальный) «мир»? В котором «добро» и «зло» одинаково необходимы для существования этого «мира». Если бы ты понял всю бессмысленность его существования то, позволил бы Истине войти в твоё восприятие «мира». И стал бы гораздо «счастливей». Но, именно потому, что «мир» полностью бессмысленен, а ты, часть этого «мира», ты полагаешь, что сам в себе можешь его осмыслить. И, правда! В тебе есть и «эго», и Царство Христово. «Кого» ты видишь в себе, «того» ты видишь и в «мире». Но «эго» это лишь «иллюзия» смысла. И многие уже наполнили «мир» своим «эго»! Ты, теперь, видишь бессмысленность «результата»?! Пред тобою предстоит Слово Божье. Пока ещё Его Истина пугает тебя, но когда Дух, всё же, развеет лживый морок «эго», ты ясно увидишь, что Он, – Слово Любви. Это и есть конечная цель всего этого Курса...

## Урок 13

### «Бессовестный» мир порождает «страх» в «разуме».

Упр. 1. Сегодняшнее упражнение можно повторять три или четыре раза. Продолжительность каждого его исполнения не должна превышать трёх-пяти минут. Перед занятием, вспомни «идею» урока и ознакомься с Комментариями к нему. Выполняется оно следующим образом: Закрой глаза и успокойся, приведи в равновесие свои «чувства», и повтори «идею» урока про себя. Затем открой глаза и, медленно оглядевшись, выдели взглядом какую-либо «вещь». Задай себе вопрос:

- Как я отношусь к этой «вещи» и всему миру вокруг меня?

Закрыв глаза или безучастно и ровно скользя взглядом вокруг, ответь себе на этот вопрос. Имея в виду «тему»: - Использовал ли ты эту «вещь» или относился ли ты к ней как к принадлежащей только Богу, а не тебе? Затем, если ты пришёл к отрицательному ответу,<sup>16</sup> закрой глаза и закончи:

<sup>16</sup> Если ты имеешь положительный ответ, обратись за духовным советом. Возможно, что этот «Курс...» не нужен тебе, так как ты его уже «превзошёл».

- Ни эта «вещь», ни *мир*, который вокруг, не есть моя «собственность»! Я пользуюсь ими «бессовестно» и «неблагодарно». Оказывается, я «соревнуюсь» с Богом за «власть» над этой «вещью». Мой «эгоизм» порождает во мне «страх» того, что всё это будет отнято у меня!»  
Вполне возможно, что это заключение вызовет у тебя сопротивление в той или иной мере и форме. Как бы оно не выразилось, замечай себе то, что ты действительно боишься подобного из-за того, что «эго» рисует тебе Бога «мстительным», и представляет Его тебе как «врага» всего того, что тебе сейчас дорого. В данный момент тебе трудно «поверить» в это утверждение, и, вероятно, оно тебе покажется абсурдным. Однако постарайся заметить любой «признак» явного или тайного «страха», который в тебе может вызвать сама «мысль» о расставании навсегда с тем или кем, что или кого, ты очень любишь.

Это наша первая попытка выявить чёткие причинно-следственные связи между «эго» и «страхом», распознать которые тебе ещё не под силу из-за малого опыта. Не задерживайся на размышлениях о заключительном утверждении и постарайся даже не вспоминать о нём по окончании выполнения упражнения. Пока этого достаточно.

Комментарий 1. «Идея» этого урока, в сущности, повторяет «идею» предыдущего урока. Только она более обращена не к «уму», а к «чувству». К конкретике «эмоциональной жизни». Пусть, в действительности, мир «ветхих чувств» в тебе «иллюзорен», ибо существенен лишь для тебя. Но ты-то существуешь! И тобою существуют твои ощущения, переживания и эмоции. То, что они, чаще всего, «эгоистичны», лишает их нравственной ценности, а, следовательно, и какого-либо положительного значения для других людей. Однако ты этого не понимаешь и не принимаешь. Напротив, ты думаешь, что «безумен» весь «мир», окружающий тебя.<sup>17</sup> А в этом и заклочён источник «страха». - «Вдруг, да откроется, что «мир», всё же, нормален. А это ты воспринимаешь его «безумно»!

Комментарий 2. Признание «иллюзорности» этого «ветхого» мира вызывает неосознанную тревогу и протест у всех «разделенных». Тех, кто «мыслит» в согласии с «эго». Религиозному эгоисту, который считает себя «верующим» человеком, мир представляется как бы ареной «состязания» Бога и «эго». В том, чей «мир» должен быть реализован в пространстве человеческой «души»,<sup>18</sup> и наполнить смыслом окружающий человека мир. «Эго» неистово стремится утвердить всех «эгоистов» в том, что оно равноценно и равновелико с Богом. В противном случае, его внутренняя «пустота» будет демонстрировать всем его «иллюзорность» и «нереальность». И в этом будет заключаться Истина, которая в том, что Иисус Христос не «эгоист» как все мы. Поэтому, и нет никакого «состязания»! Лишь «эго» пытается «враждовать» на Бога. Вместе с теми, которые думают, что они и есть «эго». А Бог ни с кем не «состязается». Тем более, - ни на кого не «враждует». Даже на сатану и его бесов.

Комментарий 3. Поэтому тебе необходимо научиться, не предавать излишнего значения «эго», его «страстям» и «страхам». Объятый «страхами» ты наделяешь мир чертами, ему несвойственными. Ты делаешь или превращаешь его из мира в «мир»!<sup>19</sup> И населяешь его теми «образами», которые существуют твоей «верой» в них. Это характерно для всего твоего «познания». Даже «научного»! Ведь в «эго» всё «иллюзорно». Это – суть самого его существования. И «это», является для тебя, твоим «объектом» исследования?! Коль скоро ты отождествляешь себя с «эго». Не только в «познании», но и в «самопознании»!! Какова издевательская насмешка дьявола над тобою!

## Урок 14

Господь – «благо» и не творил ничего «неблагого».

Упр. 1. Упражнение сегодняшнего урока необходимо выполнять с закрытыми глазами. Перед его выполнением осмотрись или вспомни события сегодняшнего дня. Остановись на чём-либо, вызывающем у тебя умозрительные или чувственные «страхования». Хотя бы даже подозрения

<sup>17</sup> Вспомни классика: - «Этот безумный, безумный, безумный мир!»

<sup>18</sup> Иисус Христос: - «Мой мир даю вам! Не так как мир даёт, Я даю вам Мой мир. Да каждый из вас, который хочет быть первым в Моём мире, будет всем слуга и раб. Ибо и Сын Человеческий пришёл в этот мир не для того, чтобы ему послужили, но для того, чтобы самому послужить».

<sup>19</sup> Подменяешь мир своим страстным, безнравственным и потребительским отношением к нему!

на *них*. Осмысли *свои* «мысли» и «чувства». *Периоды осмысления* должны быть *краткими*, не более *минуты* каждый. Если *почувствуешь*, пусть даже незначительное *беспокойство*, не *исполняй упражнения* более *трёх* раз в день. Вероятно, *твоя* *понимание* Евангелия *входит* в *противоречие* с тем *духовным основанием*, на *котором построен* этот «Курс...». Если же *затруднений* не возникнет, значит, *твоя* «духовность» *находится* в *согласии* с *церковным толкованием* Предания и Писания.

С *закрытыми глазами* *следи* за *приходящими тебе* на «ум» и *пугающими тебя* «мыслями» о тех или иных *событиях*. Назови каждую из *них* и *охарактеризуй её* в *контексте* Предания. Бог не *творил* «неблагого», поэтому Он либо не имеет *отношения* к этому *событию*, либо в *нём* скрывается «благо», которое *я* *воспринимаю* как «зло» и «боюсь» *его*. Скажи, к примеру:

- *Идёт война там-то или там-то*. Задай себе вопрос: - «*Может ли в ней содержаться* какое-либо «благо» и может ли Бог быть её *виновником?*»

*Ответь себе* на него. *Результат* сравни с *тем*, что *говорит* Церковь и Предание. *Если* твой *ответ* им *противоречит*, *попытайся понять*, в *чём* ты *ошибаешься*. Или *обратись* за *духовным советом*. *Задай* себе тот же *вопрос* о *катастрофах, стихийных бедствиях, терактах* и т.д. и т.п. (*называй конкретно*), о которых ты *узнал* *сегодня*.

Этот *вопрос*, разумеется, можно *задать себе* и в связи со всеми *недоумениями, опасениями*, «страхами» и *угрозами*, которые *тебя беспокоят* в течение дня. Только *будь* очень *точен* в *формулировании* мотивации *вопроса*. Например:

- Господь *творил человека* для «блага» и *всё*, что *изобретает человек*, *предназначено* для «благой» *цели*. И если какие-то *предметы* (*называй конкретно тот предмет*, который *вызывает* у тебя *недоумение* и *опасение*) *используются* для *преступления*, то *виноват ли* в этом Бог? И как *человек мог впасть* в такой «грех»?

Подобным образом *можно* *вопросить себя* и о *животном*, которое ты *видел* или о *проишествии* с которым ты *слышал*. И о *человеке*, которого ты *видел*, с которым *встречался* или *разговаривал* *сегодня*.

Комментарий 1. В «идее» этого *урока* кроется *причина* *невозможности* существования «неблагого» *мира, лишенного* «совести». То есть, какого бы то ни было *положительного* «нравственного значения». Самое *глубокое противоречие*, которое *есть* в *тебе*, это то, что ты не *видишь* того «блага», которым *окружил и наполнил тебя* Бог. *Оно есть*, но для *тебя не существует!* Ты не *видишь его*.<sup>20</sup> И *считаешь* «благом» для себя *не то* «благо», которое «дал» тебе Бог.<sup>21</sup> – «*Что Бог не творил - того не существует!*» - Это *известная истина*. А *всё*, что *существует, существует* *таким, каким* оно *сотворено* Всевышним. То есть – «*благим!*» И *мир, видимый тобой* «неблагим», не имеет *ничего общего* с «реальностью». Он - *твоя* собственное *создание*, вернее, *твоего* «эго». Но ведь «эго» это ты! Или не ты?! Поэтому, «неблагой» *мир* – «иллюзия», и *его нет*. Он *существует* только для «ветхого» *тебя* и *таких* как ты. И *потому*, что Бог «любя» *тебя*, *позволяет* ему «временно жить».<sup>22</sup> Жить в этой «ветхости!» В *ожидании* *твоего* пробуждения от «иллюзии».

Комментарий 2. «Идея» этого *урока* - следующий *шаг* в *твоём* *обучении себя* тому, как *изменить* те «мысли», которыми ты, как *умозрительными красками*, *окрасил* *свое* *восприятие мира*. И *увидеть* того, *кого* Бог *изобразил* на самом деле - Слово Божье, *твоя* Первообраз! Ведь *тебя* недаром многие *называли* «микрокосмом», а *сотворённый* Богом *мир* – *миром Адама - Адама (адамовым миром)* или *сокращённо* – *Адамом*. *Первые шаги*, в любом деле, *бывают* довольно *трудными* и даже *болезненными*. А, тем более в *том* «деле», которое *поистине* *можно* *назвать* Спасением. Ибо *шаги* здесь *проведут тебя* через «страх». Но ты там *не останешься* в *одиночестве*, ибо Дух и Христос, вся Церковь, *будет идти с тобой!* Ты *уйдёшь далеко*, за *пределы* не только «страха», но и *самой* «материи». Наш *путь* *ведёт* туда, где *живёт только* Дух и где *совершенный покой* *бесстрастия*. И ты, *оставаясь* «материальным», *будешь жить* с Духом и *сам* *уподобишься* Духу. *Станешь* по настоящему «духовным», в *большей степени*, чем

<sup>20</sup> Это *противоречие* в тебе, *называют* *первородным повреждением* *твоей природы* или «первородным грехом».

<sup>21</sup> Поэтому, ты *стал* *страстным!* А из-за этого *тление* *настигло твою плоть*, и *твоя* *тело* *посетила* *смерть*.

<sup>22</sup> «Временно жить» *твоей* «иллюзии!» Какая *отличная характеристика* твоего *восприятия времени*. Своим *страстным отношением* к *нему*, ты даже *время* *умудрился* *сделать* «ветхим».

ангелы. Ибо станешь<sup>23</sup> «любить» Бога «любящего» тебя. В то время как *они*, являясь *чистыми* и *светлыми* «умами» и «силами», выражают свою «любовь» лишь *верной службой* Ему. *Ты можешь больше*: - «любить» Бога как *ребёнок* своего *отца*, а не как *верный слуга* своего *господина*!

**Комментарий 3.** Для *упражнения* с «идеей» этого *урока* тебе будет *необходимо* привести себе на *память* все те «страхи», которые *связаны* с «вещами», тебя *окружающими*. *Предметами* и *животными, событиями* или *людьми*, которые, как *ты думаешь*, могут *угрожать тебе*, или тем, кто тебе дорог. В каждом случае *называй конкретный* «страх». *Избегай общих выражений*. Например, *не говори*: - «Бог не творил болезней!», но *скажи*, - «Бог не творил рака!» или «инфаркта», или чего-то другого, *вызывающего в тебе* «страх». Всё это – «список» *твоих* собственных *кошмаров*. Они - *часть* *видимого тобою* «мира». *Какие-то* из этих «страхов» *обицы* для *тебя* и *других* людей, *другие* - часть *твоего* собственного «ада». *Это* *не имеет значения* для данного *упражнения*. Всё *оно существует* лишь в *твоём* «разделённом разуме», *отвернувшемся* от Ума Христова. Следовательно, *оно* «иллюзорно», потому что *не имеет осознаваемой тобою связи с твоею* «совестью». *Признанием* этого *факта*, *ты* и *должен закончить практическое исполнение упражнения*. *Закончив, повтори* «идею» *урока*: - «Господь не творил ничего «неблагого», ничего «бессовестного»!

## Урок 15

**Мои «мысли» без моего осознания их нравственного качества, есть «иллюзорные образы».**

**Упр. 1.** *Приступая к практическому выполнению* «идеи» этого *урока*, сначала ознакомься с Комментариями. *Повтори* «идею» *урока* про себя. Затем *приложи её* ко *всем* «вещам», *находящимся вокруг тебя*, *называя каждую* «вещь» по *имени* и *рассматривая её*, в *течение* того *времени*, пока *ты* медленно, *осмысленно* и со *вниманием*, *произносишь фразы*:

- Эту «вещь», сотворённую Богом, *скрывает от меня* тот «образ», *который создал мой* «разум»;

- *Я не знаю, какова* эта «вещь» на самом деле;

И *обратись* к Богу с *просьбой*:

- Господи, *покажи мне* эту «вещь» *такой*, какой Ты *её* сотворил!

В это *упражнение* совсем не обязательно *включать большое число* «вещей». *Необходимо*, однако, *неотрывно* и *внимательно* *смотреть на* «созерцаемую» *тобою* «вещь». *Повторяя вслух* или *про себя* «идею» *урока*. Каждый раз «идея» *урока* *повторяется очень медленно*! *Старайся*, чтобы твой *выбор объектов* «созерцания» *был*, по возможности, *случаен*. Почувствовав *неловкость* при *выполнении упражнения*, *уменьши время* его *выполнения* до *минуты* или же *менее* того. *Упражнение* данного *урока* можно выполнять *три - четыре* раза в *течение* всего *дня*. При *наступлении* каких-либо *осложнений*, достаточно *одного – двух* раз. С такой же *интенсивностью* это *упражнение* может *выполняться параллельно с последующими упражнениями* «Курса...». *Если*, конечно же, у *тебя* *будет* возникать такое *желание*.

**Комментарий 1.** *Твои* «мысли» это, в первую очередь, *чистое* «умозрение». Сами по себе, *они* «безвидны». *Образами: формами, красками, светом и тенью, наполняешь их ты*. *Исходя из опыта* «созерцания» *твоего* «разума». А *основанием* этого *опыта* является «совесть» или «нравственность», которые *ты принимаешь* за «не ценность». Поэтому, когда *ты* «мыслишь», *ты одеваешь свои* «мысли» в такие «образы», которые у тебя *осознанно не связываются с понятием* о *нравственности*. *Ты*, на *постоянной основе*, *не автоматически*, а *осознанно критически*, *не проверяешь их* на *предмет бессовестности* или *бесстыдства*. *Думаешь, что* когда ты «мыслишь», в этом нет никакой *необходимости*. *Это*, мол, *можно будет сделать и после*! Но *здесь*, как раз и *кроется ошибка*!! Ибо, *какова нравственность* самого *твоего* «мышления», *таким* и *ты видишь мир*. Так *видит твой* «разум». *Что* он «видит», *то видят и телесные глаза*. Даже то, *что твои телесные глаза видят впервые*, *твой* «разум» *истолковывает в знакомых* ему, часто *безнравственных, «образах»!* *Это - не «видение»!!* Так как *ты видишь только то, что позволяет видеть твоё* «эго» *твоему* «разуму». Потому-то, *ты не зришь, ни Христа, ни Духа!!!*

<sup>23</sup> Точнее, можешь стать, если постараться.

**Твой** «разум» занят созданием «иллюзорных образов». **Твоё** «эго» подменяет **реальное зрение**, **замещая реальность выгодными** ему «иллюзиями».

Комментарий 2. «Идея» этого **урока**, **знакомит нас с процессом** облечения «мыслей» в «образы». **Он происходит в твоём** «разуме». Это **процесс**, который называется «созерцанием». Он **не имеет, пока**, «смысла» для **тебя**. Ведь это не «зрение» **глазами тела**, к которому **ты привык**. **Ты начнёшь понимать**, что такое «созерцание», когда **станешь различать глазами души небольшие кромки света** вокруг знакомых **предметов**. Это – **умный свет**, который **покажет тебе**, что Бог есть – «Всяческая во всём»! Что **всё сотворено божественными энергиями**. То есть, - **божественным светом**. Это - **начало подлинного видения**. **Ты**, пока ещё, **не видишь** даже **умного света**! И этот **божественный нетварный свет** **покажется** тебе **не сразу**. Но **не сомневайся** в том, что **ты можешь его увидеть**! Ведь **его видели** многие и многие **святые**. Если **ты будешь упорен и настойчив**, то **его виденье придёт к тебе** достаточно **скоро**. Может быть **сразу** и **навсегда**. А может, **для начала, на какое-то время**. Всё **зависит** от Промышления Бога о **тебе**.

Комментарий 3. По мере **нравственного воспитания своих** «мыслей», **ты заметишь**, что **мгновения** «виденья света» **будут учащаться**. Порою, **они могут принимать разнообразные, довольно неожиданные** «формы». **Не обращай на это** особого **внимания**. **Сосредоточивай своё внимание** только на **нравственности** «мыслей». **Эпизоды** «виденья света» **не длятся долго**, и, будучи **свидетельством истинного восприятия**, **они не имеют отношения** к «уму» и «познанию». **Упражнение** этого **урока не предназначено** для **умного знания**. Оно **очищает** твой «разум», и **строит** для **твоего** «мышления» **путь общения** с Богом. К **совершенству** «созерцания», а, следовательно, и «познания».

## Урок 16

**У меня нет «мыслей», не имеющих отношения к «добру и злу».**

**Упр. 1.** В **упражнении** с «идеей» сегодняшнего **урока** внимательно **наблюдай**, с **закрытыми глазами** за своими «мыслями» в течении от **одной** до **трёх** минут, стараясь **не упустить** ни **одной** «мысли», без **анализа** своих **воспоминаний** о том, какими **последствиями** **оборачивалось** для **тебя** принятие той или иной «мысли», **пришедшей к тебе**. Это **будет нелегко**, пока не **войдёт** в **привычку**. Ты **обнаружишь**, что **тебе** будет **трудно установить причинно-следственные связи** между своими «мыслями» и **обстоятельствами** своей **жизни**. Ещё **труднее** будет **увидеть связь** между этими **обстоятельствами** и **нравственным качеством** твоих «мыслей». Каждая «мысль», **пришедшая тебе** на «ум», должна быть **проанализирована тобой!** Поэтому, **начинай, в исполнении упражнения**, с нескольких **секунд**.

**Приступая к упражнению**, **повтори «идею» урока** про себя. Затем, **удерживая** в «сознании» **исследуемую тобой** «мысль», **скажи**:

- Эта «мысль» о **ком-то** или **чем-то** не «нейтральна», ибо после того как **я размышлял о ней**, со **мною** **происходило то-то и то-то**.

**Используй «идею» урока** всякий раз, когда **какая-либо «мысль» вызывает у тебя негативное чувство**. Например, **раздражения** или **тревоги**:

- Эта «мысль» о **ком-то** или **чём-то** **ранит мою «совесть»** **потому-то и потому-то**. Это и **показывает мне**, что у **меня нет** «мыслей», **не имеющих отношения** к «добру и злу».

**Упражнение** рекомендуется **выполнять четыре - пять** раз в **течение дня**, если его **выполнение даётся** без особых **усилий**. При **возникновении** «напряжения», **трёх** раз **будет достаточно**. В этом случае **продолжительность выполнения упражнения** также **необходимо сократить**.

Комментарий 1. «Идея» этого **урока** - **первая попытка** **освободиться** от «иллюзии» **бесплотности твоих** «мыслей». Всё, что **ты имеешь** в своей «душе», есть **результат** их «действия». Вся **твоя** «плоть», в конечном итоге, **состоит из них**. **И здесь нет исключений!** «Мысли» **не бывают** «нейтральными» и в **их отношении** к «добру или злу». **Они либо «нравственны», либо «безнравственны»!** **Твои «мысли» творят в тебе** «подобное» себе. Ибо: - **«Подобное притягивает к себе подобное себе!»**, - говорят святые!

Комментарий 2. Нет **большей** «лжи», чем «ложь» о «пустых мыслях». **Таких «мыслях», которые как бы существуют помимо** «добра и зла». То, что **даёт начало** «восприятию» **целого мира**, вряд ли можно **назвать** «бесплотным». И, тем более, **этически** «нейтральным». **Поскольку в мире нет ничего, не имеющего отношения к твоей «совести»!** Каждая **твоя «мысль» есть** «обращение».



Либо к **Истине**, либо к «иллюзии». И она, либо продолжает Истину, либо умножает «иллюзии». **Ты**, безусловно, можешь умножать «пустоту». Но этим, только «пустоту» и приобретаешь. **Комментарий 3.** Следствием признания того, что «мысли» действуют и на «тело» и на «душу», является необходимость признать очевидное. Всякая «мысль» приносит тебе мир или войну, «любовь» или «страх». **Бездейственность** «мысли» немыслима! Поэтому нейтральных «мыслей» не существует. «Эго» даёт тебе «соблазнительный» **совет**: - «**Пренебрегать пугающими тебя «мыслями» как недостойными внимания**». Что: - «**Вообще**, все «мысли» в равной мере **нереальны**». В ходе выполнения уроков этого «Курса...», мы многократно будем бороться с этим утверждением «эго», выраженным в различных формах, прежде чем ты её по-настоящему отвергнешь.

## Урок 17

### Я не отношусь «нейтрально» ни к одной «вещи».

**Упр. 1.** Начиная упражнение, ознакомься с Комментариями. Мысленно или вслух скажи себе, не закрывая глаз:

- Я не воспринимаю «нейтрально» ничего вокруг себя, поскольку у меня нет «мыслей», не имеющих «нравственного» качества.

Потом, осмотревшись вокруг, задержи взгляд на каждой «вещи», из своего окружения. Время «созерцания» должно быть достаточным для того, чтобы понять:

- Я не вижу это или это «нейтральным», поскольку мои «мысли» о том или том не лишены «нравственности».

*Например:*

- Я не воспринимаю эту стену «нейтрально», поскольку мои «мысли» о стенах не лишены «нравственного» отношения к ним;

- Я не воспринимаю своё тело «нейтрально», поскольку мои «мысли» о самом себе далеки от «нейтральности».

**Упражнение** сегодняшнего **урока** нужно повторять три - четыре раза, в течение дня, даже если возникнет какое либо сопротивление. В этом случае, длительность выполнения упражнения можно сократить с трёх - пяти минут до минуты и менее. **Количество «вещей», включаемых тобой в одно выполнение упражнения**, совершенно не важно. Намного важнее, правильное приближение к постижению Духа Евангелия.

**Комментарий 1.** «Идея» этого **урока** - следующий шаг на пути выявления причинно-следственных связей, действующих в твоём «ветхом разуме», и в этом мире вообще. Ты не воспринимаешь нейтрально «вещей» вокруг тебя, ибо у тебя нет «мыслей», стоящих над «доброе и злом». **Твоя «мысль» всегда «первична» по отношению к «чувству» и «поступку»**. Несмотря на то, что часто всё выглядит как раз обратно. «Ветхий» **человек** не замечает этого. Но **ты** должен постигнуть, что «разум» **твой** «мыслит» именно так. В противном случае, твоё «восприятие» всегда было бы началом твоих «мыслей» и Бог не был бы причиной твоего «мышления». Принимая во внимание чрезвычайно изменчивую «природу» этого, окружающего тебя мира, твоё «мышление» было бы вообще маловероятным.

**Комментарий 2.** К каждой «вещи» я отношусь как минимум положительно или отрицательно. Поскольку она как-то «относится» ко мне. Влияет и воздействует на меня. И я, в свою очередь, как-то «отношусь» к ней. «Мысль» не может быть «нейтральной» и «чистой». Поскольку она всегда погружена в «чувство» и направлена, в конечном итоге, на «действие», оказывающее влияние на меня или кого-то другого. И в этом кроется тайна «добра и зла»! Что я выберу: - «Добро» для себя и «зло» другому! Или наоборот». Это - крайние варианты, но они – определяющие!

**Комментарий 3.** Как всегда, очень важно не делать различий между «вещами»: одушевленными и неодушевленными, приятными тебе или неприятными. О чём бы ты ни размышлял, ты не видишь «истинной нравственности» никакого из твоих «предметов мышления», ничего живого или радостного. Так происходит потому, что твой «ум» ещё не Ум Христов, который видит «ангелов» такими, какие они есть на самом деле и истинно беседует с ними. А стало быть, пребывает в радости.

**Моё «созерцание» влияет на «мировосприятие» других людей.**

**Упр. 1.** Перед началом упражнения, ознакомься с Комментариями и повтори «идею» урока. Это упражнение выполняется три - четыре в течение дня. Его необходимо проводить следующим образом:

Оглянись вокруг, стараясь выбирать «предметы» для работы с «идеей» этого урока как можно более случайно. Задержись взглядом на каждом из них достаточно долго, чтобы ответить себе на вопрос:

- Не только я вижу этот «предмет»! Как мне надо «отнестись» к нему, чтобы в результате этого увидевший его, воспринял его «красоту» и ощутил «радость»?

Для размышления о каждом «предмете» и ответа на вопрос, тебе понадобится, для начала, не менее одной минуты. В количестве «предметов», включаемых тобою в одно выполнение этого упражнения, исходи из того, что его продолжительность не должна превышать пяти минут. Закончи упражнение повторением более общего утверждения:

- Всё, что я вижу, я могу сделать «прекрасным» для «видения» других людей.

Если ты легко освоился с упражнением, и на каждый «предмет» у тебя уходит существенно менее одной минуты, ты можешь увеличить их количество, и выполнять упражнение в течение дня столько раз, сколько посчитаешь нужным. Поскольку оно обращено к положительной стороне твоей «психо-эмоциональной сферы».

Комментарий 1. «Идея» этого урока - ещё один шаг в постижении того, что твои «мысли» не бывают «нейтральными». Она также предвосхищает «идею» о «единстве разумов», которой позже будет уделено большое внимание.

Комментарий 2. «Идея» данного урока относится не столько к тому, «что» ты видишь, сколько к тому, «кого» ты видишь. Это упражнение обращено именно на тот аспект твоего «восприятия» или «созерцания», который называется «общение».

**Мои «мысли» связывают меня с другими людьми.**

**Упр. 1.** Перед выполнением упражнения ознакомься с Комментариями. Затем, в течении минуты (или около того), с закрытыми глазами мысленно повтори «идею» урока, и тщательно постарайся проследить за «мыслями», осознаваемыми тобою в данный момент. Каждую «мысль» назови по центральному образу, имени или основной теме, и, удерживая её в «сознании», скажи:

- Не только я думаю сейчас о том-то или том-то, и это моё «размышление» объединяет меня со многими людьми.

Необходимость отсутствия всякой избирательности в выборе «объектов размышления» для выполнения упражнения, уже должно быть хорошо знакомо тебе, и впредь мы не будем это каждый раз повторять, хотя, время от времени, и будем об этом напоминать. Не забывай, что случайный выбор «объектов размышления» остаётся важным условием в выполнении упражнений. Отсутствие определённого порядка в этой связи приведёт, в конечном счете, к укоренению «идеи» в «подсознании».

Помимо повторения «идеи» урока в течение дня, необходимо, по меньшей мере, тремя разами его исполнение, продолжительность которого можно сокращать в случае необходимости. Не нужно пытаться делать упражнение более четырёх раз.

Комментарий 1. «Идея» сегодняшнего урока делает очевидной для тебя причину, по которой твоё «мышление» или «виденье», влияет не только на тебя, но и на других людей. Ты заметишь, что временами «мышление» предшествует «восприятию», а иногда наблюдается обратный порядок. Объясняется это тем, что твоё «мышление» не твоя собственность, а «дар», полученный тобой от Бога в свободное пользование. И ты «мыслишь» двойко: От «плоти», которая есть ты сам; И от «образа», который есть в тебе. «Мышление» - результат присутствия в тебе «образа». Поэтому «образ» и «мышление», как «причина и следствие» - неразделимы.

Комментарий 2. Сегодня **мы** обращаем внимание на тот **факт**, что **единство** «разумов» заключается, в первую очередь, **именно** в «мышлении». Эта «идея» с большим **трудом** принимается «ветхим» человеком. Поскольку **она** приводит его к «осознанию» **огромного** «чувства ответственности» за своё «мышление». И может даже восприниматься им «эгоистично». - Как «насилие» и «вторжение» в его «личную жизнь». Однако остаётся истиной тот **факт**, что у «образа» **его** «личные мысли» **всегда открыты другим** «образам». И, несмотря на **твоё** «ветхое» **сопротивление** этой **истине**, **ты** всё же понимаешь, что **она** и должна быть Истиной, если **Спасение** вообще существует. **Спасение** же - **Истина**, ибо **Оно** и есть **Бог!**

## Урок 20

### Я твёрдо намерен «видеть» Духа.

**Упр. 1. Упражнение** этого **урока** состоит в напоминании тобою самому **себе** в течение дня о твоём **намерении** «видеть» Духа. «Идея» **урока** предполагает признание тобою того **факта**, что пока ещё **ты** Его «не видишь». То есть, не «мыслишь» **духовно**. Повторяя «идею» **урока**, ты утверждаешь свою «решимость» **изменить** нынешнее **состояние** своего «разума». Устанавливая этой «решимостью» **связь** между **твоими** «подсознанием» и «сознанием». Переводя на **уровень** «подсознания» всё **то**, что **ты** «сознательно» усвоил. - О **жизни** по «заповедям» из Евангелия и Предания святых отцов.

Повторяй «идею» **урока** «медленно» и «решительно». По меньшей мере, **дважды** в течение **часа**, пытаясь делать это каждые **полчаса**. Не огорчайся чрезмерно, позабыв об этом, но приложи усилия, чтобы не забыть. Дополнительно повторяй «идею» **урока** при возникновении любой **ситуации**, в которой **ты** сталкиваешься с каким-либо «искушением», как-то возбуждающим твою «чувственную сферу». Помни, что **ты** можешь увидеть её по-иному, «глазами» Ума Христова. И ты **непрерывно** «увидишь»! Стоит только **действительно захотеть**. То, что **ты** сам и **добровольно приносишь** в «жертву» за **ближнего** свою «плоть», делает тебя **способным** «увидеть». У «бытия» Духа такой **закон**. Он действует и в **этом** «ветхом» мире.

Комментарий 1. До сих пор **упражнения** выполнялись в весьма **свободной форме**. От **тебя** не требовалось серьезных усилий для их осуществления. Не было **нужды** и в какой-то особой **активности** и **заинтересованности** в них с **твоей** стороны. **Это было необходимо**. Цель «Курса...» - изменение твоего «мышления». Однако «умное видение» Духа не придёт к тебе, если **ты** не будешь чувствовать себя «свободным». Ты должен **свободно**, на **подсознательном уровне**, принудить к соединению свои «волю», «ум» и «сердце». К соединению со своей «совестью». **Именно в таком порядке!** Сначала «волю», потом «ум», а следом и «сердце». Этим **соединением** они придут и к **гармонии** между собой. Если **ты** поддашься «негодованию» или любому **другому** возникающему противодействию, возникновение этого **соединения** будет затруднительно.

Комментарий 2. Сегодня **мы** впервые пытаясь затронуть твою «эмоционально-чувственную сферу». Не воспринимай это **ошибочно**, как то, что **ты** уже достиг чего-то «духовного». **Это** всего лишь **первая попытка проверки** тобою **твоих сил** и **первый опыт** «трезвения», к которому **тебя призывает** Иисус Христос. **Ты ищешь** **Спасения**. **Ты желаешь** «счастья» и «покоя». Сейчас ты их лишиён! Поскольку **твой** «разум» пока не укоренён в «совести». И **ты** не в силах отличать «добро от зла», «любовь от эгоизма» и «смирения от страха». **Ты** только учишься их «различать». И как же **велика будет** твоя **награда!** – «Общение» с Духом.

Комментарий 3. **Твоя решимость** «дать кровь» - вот всё, что **нужно** для принятия Духа - «духовного видения». Всё, что **ты** не пожалеешь для **другого** человека - **твоё** в Духе Христовом. **Не ошибись**, посчитав ту **невеликую** «жертву», которую ожидает от тебя Бог, слишком **чрезмерной** для **тебя**. Разве **Спасение** Богом **сотворённого** Им **мира** можно назвать «банальной целью»? И разве можно **спасти мир**, если **ты** не будешь Спасён? У Бога есть **два** Сына - Христос и ты. Христос показал тебе Путь. Тебе, твоим **братьям** и **сёстрам**. Воля Его в том, чтобы **ты Крестом принял** Дух. Он хочет видеть тебя не только на «земле», но и на «небе». В **твоей** «решимости» **Крестом** взойти на «небо», **тебе** и даруется «виденье» Духа.

Урок 21  
Я твердо намерен видеть всё в Духе.

**Упр.1.** Ознакомившись с Комментариями, приступи к поискам «мыслей», слагающих твой опыт «осуждения». По мере поиска всех **форм**, в которых проявляются твои «осуждающие мысли», задержишься на каждой из них, в течение того **времени**, которое **необходимо** тебе, чтобы **сказать**:

- Я **твёрдо намерен иначе** «воспринимать» (*пожалеть, простить, оправдать*) \_\_\_\_\_ (имя человека).

- Я **твёрдо намерен иначе** оценивать (по *евангельски*) \_\_\_\_\_ (уточни *ситуацию*).

Будь, пренебреженно, **честен** и **точен** в своих **оценках**. Особенно в **оценках** самого **себя**. Ты можешь, например, попробовать оправдать свой «гнев» какой-то **характерной** для этого человека **чертой**, в полной **уверенности**, что **твой** «гнев» **объясняется только этим**. Если тебе присуща какая-то **форма** «оправдания», допустим эта, скажи себе:

- Я твердо уверен, что это \_\_\_\_\_ (назови черту) в этом человеке \_\_\_\_\_ (назови имя), **не связано с моим** «гневом» на него.

**Комментарий 1.** «Идея» этого **урока**, очевидно, есть **продолжение** и **развитие предыдущей**. На этот раз, в дополнение к **утверждению самой** «идеи» в **твоём** «разуме», **мы предпримем** конкретные **попытки** её **мысленного утверждения**. Рекомендуются **пять** таких попыток в течение **дня**, на **каждую** из которых необходимо отвести от **одной** до **трёх** минут.

**Комментарий 2.** Сначала **мысленно повтори** «идею» **урока**. Затем **закрой глаза** и **тщательно отыщи** в **твоём** «прошлом опыте» **людей** или **ситуации**, **вызывающие у тебя** «негодование».

**Сила переживаемой эмоции значения не имеет**. Наша **задача перевести** «негодование» в «стыд». За **себя** или **другого**, **жалением другого** как **себя** и **себя** как **другого**.

**Комментарий 3.** Поэтому **старайся**, чтобы даже **самая незначительная** «гневная мысль» **не ускользнула** от твоего **внимания**. **Осознай** и **проверь**, что **именно** «эго» **пробудило в тебе** реакцию «осуждения». И любые **другие предположения** на этот счёт, - **ошибочны**. У **тебя** непременно **появится** «соблазн» каким-либо образом **оправдаться**. **Уделить** каким-то **людям** или **ситуациям** больше внимания, чем **другим**. На том **основании**, что **они** более «очевидны». Это не так. На самом деле, **ты** «подсознательно» **выбираешь те ситуации**, где **ты** с большей **очевидностью** «прав». Это лишь одна из **уловок** «эго», - **утвердить тебя** в «вере», будто **одно** «осуждение» **более оправдано**, чем **другое**.

Урок 22  
Моё «виденье» мира, определяется «страхом» и «осуждением».

**Упр. 1.** Ознакомившись с Комментариями, «взгляни» на **мир** вокруг **себя** с **желанием найти в нём** то, чего **ты** не «осуждаешь» или «осуждаешь» **неправо**. **Делай это**, по меньшей мере, **пять** раз в течение **дня**, каждый раз **продолжая попытки** от **минуты** до **трёх**. **Медленно переводя взгляд с одной** «вещи» на **другую**, **скажи себе**:

- Я **вижу** только «тленное» и **преходящее**;

- Всё, что **видится мне**, я **вижу** «плотски»;

- То, как я **вижу**, есть «страх» и «осуждение».

**Найди факты** этого и **докажи себе** это, относительно **каждой** «созерцаемой» **тобою** «вещи».

**Заканчивая каждое выполнение упражнение**, **спроси себя**:

- «Такой ли **мир** я **желаю видеть** на самом деле?»

**Комментарий 1.** «Идея» этого **урока** очень точно **описывает**, какую **картину мира** **видит в своём** «разуме» **тот**, чьи «помыслы» **всегда готовы к осуждению**. **Привыкший осуждать** практически **весь мир**, он, **подсознательно**, **не ждёт** ничего **хорошего** от **мира**, а значит, и Бога. Он «воспринимает» **своё** «осуждение» **всего** и **вся**, как **самозащиту**. Этот «порочный круг» **будет становиться** всё более и более **узким**, пока тот, **кто** «мыслит», **не пожелает изменить своих** «воззрений» на окружающий **мир**. Иначе «осуждение» всецело **завладеет им**, **заполнив** весь его **внутренний мир**. О каком «покое» **тогда можно будет вести речь**?

**Комментарий 2.** Именно из этой **жестоккой** «иллюзии» **ты** **желаешь вырваться**. Разве не обрадует **тебя** «весть» о том, что **это** «иллюзия», а не «реальность»? Разве **не радуется тебя** Откровение о том, что **Избавление** возможно? **Всё**, что **ты** так **стремишься уничтожить**, **всё**, что **ты**

ненавидишь, от чего хочешь избавиться, всё это ты создал себе сам. Всё то, что так тебя «страшит», - не существует!

## Урок 23

**Я буду иначе «воспринимать» видимый мир, отказавшись от «осуждения».**

**Упр. 1.** Сегодняшнее упражнение, кроме повторения его «идеи» в течение дня, потребуется пятикратного исполнения. Ознакомься с Комментариями. Глядя вокруг, медленно повторяй про себя «идею» урока. Затем, закрой глаза и посвяти от одной до трёх минут поиску в себе «осуждающих мыслей». По мере появления каждой из них, говори:

- Я могу изменить картину мира, видимую мною, отказавшись от «осуждения» кого-то или чего-то.

Удерживай в «сознании» эту «осуждающую мысль», пока произносишь эти слова, затем переходи к следующей «мысли».

Не забудь вместе с «мыслями осуждения», кого и чего бы то ни было, включить в упражнение «мысли» о своих «обидях». И о тех, кто тебя «обидел» или о том, что тебя «обидело». Их результат сходен с «мыслями осуждения», ибо те и другие, по сути своей, одно и то же. Это ещё не вполне понятно тебе, поэтому, не погружаясь в выяснения этого, считай их одним и тем же, при выполнении упражнения. Сейчас мы находимся в стадии выявления «причины», породившей твоё нынешнее «восприятие» видимого мира. «Мысли», в которых «осуждаешь» ты и которыми «осуждают» тебя, имеют один источник. Скоро ты уверишься (убедишься) в этом. И будешь способен отказаться считать «осуждение» тебя, тем поводом, который даёт тебе право «осуждать».

Комментарий 1. Таков единственный путь избавления от «страха». Все остальные способы безуспешны и бессмысленны. Лишь эта «идея» гарантирует успех. Каждая твоя «мысль» есть не только взаимодействие твоего «разума» с какой-то частью видимого мира. А и следствие присутствия в тебе «совести» - голоса Бога. Следовательно, нравственно и духовно влияя на свои «мысли», тебе предстоит поработать для изменения своего «мировоззрения». То есть, - «мышления».

Комментарий 2. Если причина сложившегося у тебя «восприятия» видимого мира - в твоих «осуждающих мыслях», тебе нужно их «переделать». Нет смысла оплакивать своё несовершенное «восприятие». Бессмысленны и попытки изменить сам мир. Мир не изменится, ибо он - только «объект» твоего «восприятия». (Жизнь человека лишь на 10% зависит от внешних обстоятельств и на 90% от того, как он к этому относится, - утверждает Марк Подвижник!) Есть смысл, однако, изменить своё «мировоззрение», из которого и вытекает твоё «восприятие». Этим ты повлияешь на причину своего «восприятия». Оно изменится, и, как следствие, изменится и мир вокруг тебя.

Комментарий 3. Мстителен и жесток к тебе мир, представший твоему зору. (Проклята «земля» за тебя...) Это мир нечистой «совести». Всё в нём напоминает тебе о Возмездии. Любое «восприятие» тобою «внешней реальности» есть образное представление тобою самому себе собственных «осуждающих мыслей». Вопрос напрашивается сам собою: - «Может ли нечто подобное быть «реальностью»? Разве «иллюзия» - не лучшее определение для этого?! Разве «ложь» - не более подходящий термин для итога такого «восприятия»?»

Комментарий 4. Ты «видишь» мир «созданный» тобою. Однако не признаёшь себя «создателем» этого «образа» мира. Предпочитаешь «верить» сатане, что таким сотворил его Бог. Тебя нельзя отделить от мира, но ты способен избавиться от «причины», породившей у тебя такое «виденье» мира. В этом смысл Спасения! Ибо, где теперь «образ» видимого тобою мира? Теперь, когда Сын показал тебе пример «восприятия» мира без «осуждения»! Когда исчезла и сама «причина» твоего «ветхого» мировосприятия!! Евангелие содержит истинное «виденье» мира. Красота «совести» освятит созданные твоим виденьем «образы». Преобразив их так, что ты «полюбишь» их! Хотя они и всё ещё не свободны от «ненависти», предлагаемой тебе твоим «эго». Ибо ты стараясь более не «создавать» их, разрушая всё «созданное» тобой с его помощью.

Комментарий 5. «Идея» сегодняшнего урока знакомит тебя с «мыслью» о том, что ты не раб своего «восприятия» мира, ибо на мир можно смотреть и по-другому. Это изменение потребуется: сначала определения «причины» такого «виденья»; а затем, расставания с ней. И замены её другим, «духовным видением», с помощью Евангелия. Первые этапы этого процесса потребуется

твоего участия в Евангелии. Затем, будет необходимо вооружиться терпением и настойчивостью, чтобы все твои прежние «образы» мировосприятия были замещены новыми. Если ты будешь упорен в жизни по Евангелию, то ты непременно убедишься в этом.

## Урок 24

### Я не воспринимаю Истину в себе.

**Упр. 1.** Перед выполнением упражнения ознакомься с Комментариями и повтори «идею» урока. Затем, следуя Комментариям, проведи с закрытыми глазами «мысленный поиск» тех ситуаций, которые беспокоят тебя. В твоём настоящем, а возможно, прошлом или будущем. Нужно сосредоточить своё внимание на раскрытии «нравственного аспекта» ситуации. Очень скоро, ты осознаешь, что у тебя есть как минимум два уровня «восприятия» желаемого разрешения любой ситуации. И поймешь, что эти уровни принадлежат разным «Я», присутствующим в тебе. Причём одно из «восприятий» резко противоречит всем остальным с «нравственной» точки зрения. Другие тоже могут противоречить друг другу. Но эти противоречия будут иметь логический или морально-этический характер, затрагивающий проблемы справедливости и целесообразности. А не Евангельские духовно-нравственные аспекты.

При выполнении сегодняшнего урока, назови исследуемую ситуацию, а затем, тщательно и честно, перечисли все те цели, которые пришли тебе на «ум» при осмысливании её разрешения. **Форма** осмысления «идеи» в любой ситуации должна быть приблизительно такой:

- В этой ситуации, \_\_\_\_\_ мне хочется, чтобы произошло то-то и то-то;

и так далее.

**Честно** старайся исследовать все цели, которые присутствуют в твоём «мышлении», в связи с данной ситуацией, пусть и самым минимальным образом. Даже если тебе покажется, что какие-то из этих целей не имеют прямого отношения к этой ситуации или вообще с ней не связаны. Вряд ли их присутствие в твоём «разуме», в связи с исследованием этой ситуации, «случайно». **Подводя итог** исследованию каждой ситуации, пришедшей тебе на «ум», скажи:

- **Я** «не воспринимаю» **Истины** в данной ситуации;

и переходи к следующей.

**Комментарий 1.** Ни в одной из своих жизненных ситуаций, ты не способен выбрать «путь», который привёл бы тебя к «счастью». Следовательно, у тебя нет «примера», наставника и учителя, того «идеала», которому бы ты мог счастливым образом следовать в своих действиях. И нет возможности судить об истинности того, что ты собираешься предпринять. Любые твои поступки определяются твоим «эгоистичным восприятием» данной ситуации. А «восприятие» твоего «эго» - ошибочно. Стало быть, ты «не воспринимаешь» себя как истину и «не видишь» **Истину** в себе. Но ведь Она в тебе есть, - твоя единственная цель «увидеть» **Её** в себе при любой ситуации. Иначе ты не сделаешь правильного выбора, выбирая, - как тебе поступить.

**Комментарий 2.** Если бы ты признал, что «не имеешь» **Истины**, то у тебя появилась бы возможность **Её** «увидеть». Но, поскольку, ты твёрдо убеждён в том, что «суть» **Истины** «чтойна», то есть, тебе доступно **Её** самостоятельное постижение, то об «общении» с тем, кто есть **Истина** и в ком есть **Истина**, не может быть и речи. Просто, тобою «не видится» сама необходимость этого. «Идея» этого урока - шаг к избавлению от «чтойна» предвзятости в твоём «мышлении», дабы твоё обучение «общению» могло бы начаться.

**Комментарий 3.** Сегодняшнее упражнение потребуется от тебя большей искренности, чем та, которой ты привык позволять себе пользоваться. Одной или двух честно и тщательно исследованных тобою «вещей», в каждой из пяти твоих попыток выполнить сегодняшнее упражнение, будет вполне достаточно, для твоего искренного «созерцания» своего «восприятия» самого себя. Рекомендуется две минуты для исследования одной или двух «вещей» в течение каждой попытки исполнения упражнения.

**Комментарий 4.** **Честно** выполняя упражнение, ты очень быстро «осознаешь», что многие твои «желания» в разрешении твоих жизненных ситуаций, вполне «безнравственны». Ты, также, поймешь, что многие из твоих целей противоречат друг другу. Что у тебя нет представления об истинной, главной и единственной цели, и что ты, с неизбежностью, испытываешь разочарование в отношении практически всех своих целей, безотносительно того, как разрешается большинство ситуаций в твоей жизни.

**Я не знаю, в чём смысл и цель «бытия».**

**Упр. 1.** Перед *началом занятий* ознакомься с Комментариями. *Упражнение* выполняется шесть раз в течение *дня*. Рекомендуется по *две* минуты на каждую попытку. Начни с *медленного повторения* «идеи» *урока*, затем, осмотревшись вокруг, задержишь *взглядом* на той «вещи», которая *случайно* попала в *поле* твоего *зрения*. Неважно - *далеко* она или *близко*, *одушевлена* она или *нет*. Не отрывая *взгляда* от *выбранной* «вещи», скажи себе, к примеру:

- **Я** никогда не задумывался, в чём «благобытие» *этой* «вещи»;
- **Я** не знаю, какое «благо» составляет цель её существования;
- **Я** молитвенно прошу Бога ответить *мне*, для чего *она* существует.

Каждую *фразу* произноси медленно, не отрывая *взгляд* от «созерцаемой» *тобою* «вещи». *Затем* переходи к *следующей* «вещи», применяя к ней «идею» *урока*, так же, как и к предыдущей.

**Комментарий 1.** В чём *цель* и *смысл* «бытия»? «Идея» этого *урока* объяснит *тебе*, почему *всё*, что *ты* пытаешься «созерцать», не открывается *тебе*. Пытается скрыть от *тебя* свою *суть* - *цель* и *смысл* своего существования. Тебе *неведомо*, в чём эта *суть*. Следовательно, всё *бессмысленно* для тебя. *Всё* что ни есть, существует для *твоего* «блага», ибо то, что сотворил Бог, является «благобытием». Только для того, чтобы приносить «благо» и служить *тебе*, оно и существует. Лишь в этом *цель* и *смысл* всего! С признанием *этого*, тебе открывается *возможность* приближения к *Истине*, и познания *цели* и *смысла* «бытия». С признанием того, что *мир* *благ*, и имеет «благо» *целью* своего существования, и обретает *смысл* всё, что *ты* видишь.

**Комментарий 2.** *Всё*, что в *мире*, «воспринимаются» *тобой* с точки зрения *цели* и *смысла* существования *твоего* «эго». Существование же «эго» не имеет ничего общего с *твоим* «благом», тем более с «благом как таковым». Ибо *само* «эго» появилось, как *отвержение* «благобытия». *Ложное* понимание «добра и зла» лишает тебя *способности* понять, «что для чего»: *мир для человека или человек для мира*. А незнание *тобой* «любви» в *себе*, делает тебя *неспособным* «видеть», что *неправомочна сама постановка* этого *вопроса*. И как *неизбежный результат* - *неверное использование* *всего*, что окружает *тебя* в мире. Поверив в *благий мир* и приняв «бытие как благо», *ты* сможешь «увидеть и изъять» из *своего* «восприятия» *мира* приписанные ему *твоим* «эгоизмом» *цели*, и не упорствовать в *ложном* «мировосприятии».

**Комментарий 3.** Характеризуя *твоё* нынешнее «мировосприятие», можно сказать, что *оно* диктуется *тебе* «извне» тебя, не твоими *интересами*, а *твоим* «эго», в котором *ты* выступаешь как *враг себе самому*. Получается, что у *тебя* нет собственных *целей*, и *ты* озабочен просто-напросто *чужжими проблемами*, навязанными тебе *отцом* *лжи*. Занятый *чуждыми* тебе *интересами*, ты, стало быть, вовсе не имеешь (не понимаешь) своих *истинных* *целей*, по-настоящему *полезных* для тебя. Поэтому-то, ты и не можешь *понять*, «что для чего». Тем более, *тебе* не может прийти в *голову* сама *возможность* постановки *вопроса* «кто для кого»: *Бог для человека или человек для Бога*. Наконец, невозможно само рождение у тебя *идеи* о том, что: всё сущее «благо»!

**Комментарий 4.** Поясняя *тебе* смысл *упражнения*, необходимо сказать: - На уровне «рассудка» *ты* ставишь перед собой *внешние* *цели*. Но подобные *цели* всегда являются «следствиями» каких-то «причин». К примеру, *ты* хочешь поговорить с *кем-то*, для того, чтобы решить какие-либо *вопросы*. Но ты в *полноте* не осознаёшь, что связывает *тебя* именно с *этим* человеком. И как тебе наиболее успешно разговаривать с *ним*. А именно *это* делает ваше «общение» *осознанным*. **Комментарий 5.** Для обучения «духовному общению» *необычайно* *важно* «смирение». То есть, готовность отказаться от тех *целей*, которые подсказывает *тебе* «рассудок» - *здоровый* *смысл* – твой «эгоизм» и *плотский прагматизм*. Приобретение «опытного познания» того, что они *ложны*, и не стоят над «добром и злом», как тебе зачастую кажется - *единственный* *путь* к Духу. «Идея» этого *урока* - ещё один *шаг* к *этому*.

**«Осуждение» - «повреждение» наносимое моему «разуму» мною самим, и делающее меня слабее.**

**Упр. 1.** *Прежде* всего, ознакомься с Комментариями. Выполнение этого *урока* предполагает *шесть* *упражнений* в течение *дня*. На *каждое* из них отводится *две* - *три* минуты, но это *время*

можно сократить до *одной* минуты, если почувствуется *психологическое напряжение* или *неудобство* при выполнении упражнения, и *оно* будет возрастать. Продолжительность выполнения упражнения менее *одной* минуты не рекомендуется.

Упражнение начинается с повторения «идеи» урока, затем, с закрытыми глазами, вспомни человека, *одного* или *двух*, максимум *трёх*, к которым *ты* испытываешь «неприятность», и отношения с которыми беспокоят тебя. Это беспокойство может проявляться в различных формах: *депрессии, волнении, негодовании*. «Ощущении» *подневольности, страха*. Дурных *предчувствий* и *мыслей, озабоченности*. Проблема в отношениях с любым человеком, регулярно появляющаяся в твоих мыслях, особенно если это происходит не раз в течение *одного* дня, подходит для использования в данном упражнении. Нет необходимости пытаться охватить как можно больше число людей при выполнении упражнения. Ибо более полезно большее время провести в размышлении о некоторых из них, чем обо всех сразу. Работу с «идеями» этого урока должно строить следующим образом:

Прежде всего, обозначь конкретную ситуацию в твоих отношениях с человеком, о которой ты хочешь поработать:

- Я озабочен таким-то происшествием, случившимся у меня с таким-то человеком.

Затем рассмотри возможный исход развития твоего «осуждения» этого человека, вызывающий в тебе беспокойство. Представляя его себе «умозрительно». Но без «чувственных» подробностей и «эмоций». Скажи:

- Я не хочу, чтобы так произошло.

Если *ты* будешь делать это искренне, жалая не себя только, но и этого человека, то на твою «память» станут приходить и другие случаи твоих «прегрешений» в отношении этого человека, а твои «обиды» на него будут блекнуть. Полезней тщательнее, не щадя себя, рассмотреть свои отношения с одним человеком, нежели поверхностно коснуться большего их числа.

По мере того, как будет расти список твоих «прегрешений» против каждого конкретного человека, выявленных тобою, *ты* будешь с удивлением «осознавать», что многое в твоем отношении к нему, начинает меняться. Особенно твои текущие отношения с ним, которые «вдруг», а на самом деле постепенно и незаметно, стали для тебя более легки и приемлемы, чем ранее. Старайся, однако, по мере сил, относиться к тому человеку ровно. Не поддаваясь радостно-эмоциональной эйфории. Даже скрывай изменение своих «чувств» к нему. Не искушай его!

Назвав каждый случай «осуждения», который *ты* вспомнил и проанализировал, искренне скажи себе:

- Эта «осуждающая» данного человека «мысль» приносит вред, в первую очередь, мне самому.

Заканчивай каждое упражнение, повторив про себя «идею» урока ещё раз.

Комментарий 1. Само собою, разумеется: если твоя «совесть» не спокойна, и *ты* не уверен в себе, то «образ» Бога в тебе скрывается от тебя. И твой «разум» - нравственно слабеет. Он перестает правильно различать «добро и зло» и тебе видится Истина там, где Её нет. Видимые тобою проблемы и угрозы или не находят своего разрешения, или вообще, надуманы тобою, а «реальность», воспринимается как «иллюзия». И только потому, что *ты* без особых сомнений воспринимаешь «зло за добро» и наоборот. А это приводит к «злым» последствиям твоих поступков, что непрерывно имеет влияние и на тебя. Но этот закон - возмездия, в конечном счете, может быть использован тобою для своего спасения. Сейчас, *ты* не пользуешься им, а он властвует над тобой. Следовательно, *ты* должен, научиться использовать его себе во «благо», а не во «вред».

Комментарий 2. Поскольку *ты* непрестанно «осуждаешь», то неминуемо, будешь «осуждаем» в ответ. И если *ты* опасаешься этого, то значит, не веришь в чистоту собственной «совести». Стало быть, боязнь тобою своей собственной «совести», делает уязвимым твой же «разум», ибо «совесть» - существенная его часть. «Осуждать» и быть «духовным» невозможно одновременно. Ибо Дух и «эго» - противоположны друг другу.

Комментарий 3. «Идея» этого урока знакомит тебя с «мыслью» о том, что «осуждая», *ты* вредишь самому себе. Если «мысль осуждения» имеет такие последствия, как сомнения в собственном совершенстве, то она умалывает тебя в твоих же глазах. И таким образом, наносится ущерб твоему собственному «восприятию» себя. А поскольку такие «мысли» постоянно



присутствуют в тебе, то ты, «подсознательно», не веришь в своё собственное совершенство. И «ложный образ» самого себя замещает для тебя твою «реальную сущность». Ты не веришь, что можешь творить «чудеса любви»!

Комментарий 4. Упражнения этого урока помогут тебе понять то, что твоя «ветхость», как и твоя «духовность», - итог твоих собственных «мыслей». Ничто, кроме твоих же собственных «мыслей», не влияет на состояние твоего «разума». Ничто и никто, кроме твоих собственных «мыслей», не сокрушит и не обессилит твой «разум». Ничто и никто, кроме твоих собственных «мыслей», не покажет тебе и другим людям, что ты «духовен».

## Урок 27

Больше всего я желаю видеть свой «грех».

Упр. 1. Перед выполнением упражнения ознакомься с Комментариями. Упражнение заключается в том, чтобы ты неоднократно вспоминал «идею» этого урока в течение всего дня. По меньшей мере, каждые полчаса, а то и чаще, - с интервалом в десять - двадцать минут. Рекомендуется с самого утра установить определенный интервал времени, и в течение всего дня его придерживаться. Это не будет мешать твоим дневным занятиям. Повторять про себя эту короткую фразу, не прекращая их, не представляет особого труда.

Вопрос только в том, как часто ты будешь о ней вспоминать. Насколько велико твоё «желание», чтобы эта «идея» стала для тебя истинной?! Одно влечёт за собой другое. Вероятнее всего, ты будешь многократно пропускать это упражнение. Не огорчайся слишком этим! Но очень старайся придерживаться расписания в последующие дни Курса. Если даже один раз в течение дня ты почувствуешь, что был абсолютно искренен, повторяя эту «идею», то можешь быть уверен, что сэкономил себе многие годы «усилий».

Комментарий 1. «Идея» этого урока выражает нечто большее, нежели просто «психологическую решимость». Превыше всех твоих «желаний» стоит твоя «вера». - Как результат устремления и соединения твоих «мыслей» и «чувств». Эта «идея», без сомнения, поначалу вызовет в тебе неприятие и нерешительность, ибо ты совсем не уверен, - есть ли в тебе действительно такое «желание». Конечно же - нет! Но это не имеет никакого значения. У этого упражнения есть - Цель. - Сделать следующий шаг - приблизить «время веры», когда эта духовная «идея» овладеет твоей «психикой». И станет для тебя твоей «мыслью» и твоим «желанием».

Комментарий 2. Самый большой соблазн на этом этапе, - это «поверить» в то, что, осознание своей «греховности» придёт к тебе сама собой, без Поступка! Без «самопожертвования» с твоей стороны. Если ты замечаешь в себе подобное настроение, повторяй сам себе слова прп. Петра Дамаскина:

- «Виденье своей «греховности», - начало исцеления «разума».

Если «страх» перед «смирением» не оставляет тебя, скажи:

- «Смирение» - утешает и привлекает Дух».

## Урок 28

Мне необходимо стремиться к «самопожертвованию».

Упр. 1. Перед началом выполнения этого упражнения самым внимательным образом ознакомься с Комментариями. Упражнения этого урока выполняются шесть раз в течение дня. Их продолжительность меняется в пределах от трёх до пяти минут. В ходе упражнения сначала называется «идея» урока, а затем она соотносится со всем тем, о ком или о чём ты вспомнишь, или видишь вокруг себя. Помни о том, чтобы выбор «предметов мышления» был непременно «случаен», вытекал из глубины «подсознания». И что к каждому из «предметов» необходимо приложить равные внимание и искренность, в осмыслении «идеи» урока, в попытке оценки их «нравственного» значения в твоей жизни. Это нужно постольку, поскольку «эго» в тебе себя обезопасило. Оно отгородилось барьером «подсознания» от твоего «Я», в твоём «сознании». И маскируется от твоего «сознательного» поиска. Просто так, ты, не увидишь присутствия в себе некоей посторонней, не совсем твоей, «воли»!

Как обычно, работа с «идеями» урока должна включать в себя обозначение той или иной «безнравственной» ситуации, связанной у тебя с тем или иным «предметом мышления», на

который ты обратил своё внимание. Твой «взгляд», физический или мысленный, должен быть обращён на этот «предмет», пока ты говоришь:

- Более всего, я жалею о том-то или том-то.

В каждом конкретном случае «идею» урока нужно прикладывать к избранному «предмету мышления» медленно и вдумчиво. Горопиться нельзя. И, главное, - быть искренним и не лукавить!

Комментарий 1. Сегодня наша задача - конкретное использование несколько изменённой «идеи» прошлого урока. Ты выражаешь согласие, при выполнении этого упражнения, с «мыслью» о своей виновности перед другими людьми. Пока для тебя не имеет значения то, насколько ты искренен в этом. Если ты просто готов принять или хотя бы допустить в себя эту «мысль», то ты уже встал на путь «смирения». И теперь мы можем «идти» дальше.

Комментарий 2. Поначалу, у тебя обязательно возникнет вопрос, сопровождаящийся изрядной долей негодования: - «Почему так важно сказать: - Больше всего, я желаю видеть себя грешнее других людей?» Само по себе повторение этих слов уже будоражит нашу «психику» и тревожит «эго». Отсюда и негодование! И что должно последовать далее? Если всё ограничится словами, то ты не будешь иметь ничего, кроме негодования, да и то ненадолго. Как только «эго» поймёт, что дальше слов ты идти не собираешься, оно вовсе перестанет реагировать на слова. Либо ты совершаешь «поступок», который подтверждает твои слова, либо совершаешь «поступки», которые им противоречат. «Увидев» эти противоречия, что скажут о тебе люди и ангелы? - «Если свет, который в тебе подобен тьме, то какова же сама тьма!?» - И что ты скажешь себе, и каким ты «увидишь» всё вокруг, ослеплённый своим «лживым светом».

Комментарий 3. Когда ты говоришь: - «Более всего, я хочу стремиться к самопожертвованию», - ты принимаешь на себя груз вины и ответственности за то «зло», которое присутствует в мире. Не как Христос, а пониманием того, что: - «Кто-то же должен бороться со своим собственным «грехом», помогая Всечеловеку и Богочеловеку, по мере своих сил, нести «грех» мира, взятый Им на себя!» Ты не даёшь «свободы действия» своему «греху» в себе, просто не давая себе возможности беспрпятственно «осуждения» других людей. Ты, скорее спрашиваешь у Христа Иисуса, - «Что же мне думать о том или ином человеке?!», - нежели «судишь» его сам. Так же ты поступаешь и в «оценке» своих собственных поступков. Ты не судишь и даже не оцениваешь, а советуешься с Богом Сыном. Пытаешься не «ограничивать» ни одно из божиих творений «индивидуальным суждением» своего «разделённого разума». - Нарицаешь «имена» всему сущему, советуясь с Богом.

Комментарий 4. Ты уже никогда не усомнишься в том, кому и чему уже «дал» определение совместно с Богом. Цель упражнения данного урока - научиться «задавать» вопросы Богу и «слышать» Его ответы на них. Говоря: - «Более всего на свете я хочу самопожертвования», - ты вверяешь себя Уму Христову. Это не нарушение твоей «свободы». Такое твое «желание» зависит только от тебя самого! Присутствие даже «тени» неискренности в тебе, приведёт к тому, что ты не сможешь «услышать» Бога. А будешь «подсознательно» сам себе придумывать «ответы» на свои вопросы. Но и здесь ты можешь «опираться» на Евангелие Иисуса Христа.

Комментарий 5. По-сути, речь идёт о том, чтобы «смотреть» на мир «глазами» Бога. И это, благодаря лишь одному тому, что ты отказался от права «осуждать» других людей. И отдал все «суды» Христу. А у Него есть, что тебе показать! Нечто прекрасное и чистое, исполненное непреходящей ценности. - Счастья веры в человека, надежды на человека и любви к нему! Погребенное под всем твоим «эгоистическим мышлением» о других людях, кроется понимание подлинного назначения человека и цели его существования, в котором ты согласен с Богом. Не смотря ни на что!

Комментарий 6. Следовательно, отталкиваясь от запрета на «осуждение» тобою других людей, как сути приложения «идеи» этого упражнения, на самом деле, ты просишь у Бога того, что и называется богосыновством. Тебе будет интересно наблюдать, как это повлияет на твое отношение к каждому человеку и даже к каждому предмету, в твоём окружении. К самому окружающему тебя миру. И ты обязательно удивишься, если позволишь этому миру явить тебе истинную цель существования. Своего и твоего! Вместо того чтобы всему миру навязывать своё собственное суждение о нём.

Урок 29  
Бог - во всём, что я «вижу».

**Упр. 1.** Этот урок предполагает шесть упражнений в течение дня. Продолжительностью от двух до трёх минут. Упражнения выполняются уже знакомым нам порядком. Мы начинаем с ознакомления с Комментариями и повторения «идеи» урока про себя. Затем, необходимо соотнеси эту «идею» со случайно выбранными твоим взором «вещами», чётко называя каждую из них в «уме». Старайся избегать даже намёка на какую-либо избирательность. Потому что для тебя есть опасность отвлечь какой-либо логической системой своё «внимание» от «нравственного» величия «идеи» сегодняшнего урока, из-за её крайней чуждости для нашего «эго». И помни, что «эго» будет постоянно пытаться развести как можно дальше твои «ум» и «совесть».

**Перечень** «предметов созерцания», следовательно, может быть самым причудливым. К примеру, он может выглядеть так:

- Вешалка, журнал, палец, лампа, твоё тело, дверь, корзина.

Но вряд ли будет удобным и правильным делать его длинным.

В дополнение к выполнению упражнений, повторяй «идею» урока, по меньшей мере, один раз в течение часа, медленно обводя взглядом всё вокруг, и не спеша произноси про себя нужные слова. Попробуй уловить в себе признаки необычного для себя спокойствия. Но не старайся искусственно вызывать в себе каких-то необычных «ощущений»! Если ты всё делаешь искренне, то «ощущение» спокойствия придёт само.

Комментарий 1. Эта основополагающая «идея» Евангелия Иисуса Христа. Она объясняет, почему ты можешь увидеть Истину во всём, на что бы ни был направлен твой «взгляд». Исходя из неё, становится понятно, почему ничто не существует по отдельности, «само по себе», «само как таковое» или «само в себе». И она же объясняет, почему всё «видимое» тобою ничего для тебя не означает, если ты «смотришь» на это «безбожно». Фактически, эта «идея» содержит в себе любую из тех «идей», которыми мы уже пользовались до сих пор, а так же и все последующие «идеи», которыми мы ещё будем пользоваться. Вообще, та «идея», которую мы предлагаем тебе сегодня, является обоснованием полноты «видения». Или «созерцания».

Комментарий 2. Исходя только из чистой рациональности «мышления», эта «идея» трудна для понимания. Более того, с точки зрения «обыденной религиозности», она предстаёт как неразумная и неуместная, бессмысленная и смехотворная, и даже как неприемлемая. Конечно же, Бога нет в тех «вещах», которые ты «видишь» физически и рационально. Однако мы, надеюсь, убедились на прошлых уроках, что человек соединён с Богом, «нравственностью» своего существования. И любая из «вещей» связана с Ним «нравственностью» того, как человек её использует. То есть, она связана с Богом чрез тебя! И всё включённое в жизнь человека, связанно с его Творцом. Точнее, - всё, что окружает человека, самой своё «тело», человек получает от своего Творца!

Комментарий 3. Сегодня попытайся начать смотреть на всё вокруг иррационально. Не с практической точки зрения, а с «благодарностью» за всё, как за бесценный и бескорыстный «дар». И непредвзято! - Не как на орудие достижения своей выгоды и успеха или результат своей удачливости и оборотистости. Это отличает «идею» этого урока от той, которую мы уже использовали ранее в одном из предыдущих уроков. Сейчас ты не обращаешь особого внимания на те «довольство» и «алчность», которые всегда присутствуют в твоём отношении к окружающим тебя «вещам». Задумывался ли ты о том, что рождается в твоём «подсознание», когда ты взираешь на «вещи» вокруг себя? Этого ты не знаешь, ибо никогда не анализировал сам себя на этот предмет! Между тем, чаще всего, ты доволен и горд тем, что ты их «приобрёл» (купил, прихватил, достал и т.д.). Или тем как ты это (ловко, дёшево, быстро и пр.) сделал. Ещё ты желал бы «приобрести» что-то, из того, что видишь. И испытываешь некоторые «переживания» (вожделение, досаду, зависть и т.п.) от того, что у тебя этого ещё нет, а у другого есть. Поэтому «восприятие» этих «вещей» как «дара», недостигаемо. Всё ещё невозможно для твоего «разделяемого» страстями «разума». Когда же духовное «виденье» покажет тебе всю «некрасоту» страсти, всё ещё таящуюся в тебе, ты сможешь полностью принять эту «идею». И удивишься тому, как изменится мир вокруг тебя.

## Бог всегда рядом со мной, ибо во мне - «образ» Бога.

**Упр. 1.** Суть *упражнений* этого *урока* состоит в том, чтобы *ты* приводил себе на *память* его «идею» как можно *чаще* в *течение* всего *дня*. С самого *утра* ознакомься с Комментариями. И затем, при первой же возможности *медленно* повторяй «идею» *урока* про себя, глядя *вокруг*, и стараясь принять то, что *она* применима ко *всему*, что *ты* видишь и вспоминаешь. Ко *всему*, о чём *ты* думаешь, *сейчас*.

Возвращая «нравственность» в *своё* «виденье», *ты* станешь *замечать*, что *расстояния* и *время* постепенно будут играть всё *меньшую роль* при выполнении *упражнения*. Что *ты* начинаешь *думать* о «вещах», находящихся *за пределом* твоего *телесного зрения*. И начинаешь «видеть» *все* «вещи», даже *те*, которые *вокруг* себя не только *телесным* взором.

Чтобы помочь *себе* привыкнуть к *этому*, исполняй *некоторые* *упражнения* с закрытыми *глазами*, используя любые *случайные*, пришедшие *тебе* на «ум» *объекты*, и глядя скорее *внутрь себя*, нежели вовне. Сегодняшняя «идея» наша *первая попытка* «заглянуть» в «вечность».

Комментарий 1. Эта «идея» - «трамплин» для *твоего* «сознания». С той минуты, когда эта «идея» станет *твоей*, весь *мир* откроется *тебе*, поскольку *ты* поймёшь, что *твоими* *глазами* Бог смотрит на *мир*. И *ты* увидишь *мир* по-другому, - *таким*, каким ранее *никогда* не видел *его*. А от того, *ветхого* *мира*, который *ты* видел *прежде*, не останется и *следа*. В этом *суть* «конца света» и «второго пришествия» Христа. Именно *тогда* *Царство* Бога придёт в «силе». Сгорит «ветхая земля» и все *бессовестные* «дела», которые были совершены тобою на *ней*, то есть, «грехи». Но *ты* не соришь, *если*, пока жил на земле, отделял *себя* от «греха»! И встретишь *приход* «новой земли» в *Царстве* Бога.

Комментарий 2. Сегодня *мы* постараемся использовать этот *новый* для нас *тип* «проекции» *своего* *мировоззрения* на окружающий нас *мир*. Просто *мы* не будем разделять всё, *что* видим на «добро» и «зло». И стремиться избавиться от *того*, что «воспринимаем» как «зло», отказывая *ему* в *праве* «быть». Вместо этого, *мы* попытаемся «увидеть» *всё*, что в мире, помня о том, что *нами* – «Бог смотрит на *своё* *творение*». Так *мы* попробуем увидеть *истинное* «добро», и понять, - в чём заключено *истинное* «зло». В *этом* и есть кардинальное *различие* между *тем*, как «видит» Бог, и *тем*, как *ныне* «видишь» *ты*.

Комментарий 3. *Подлинное* «виденье» *всегда* «нравственно» и «духовно»! Поэтому *оно* не ограничено *категориями* «близко и далеко» или «пространство и время». И *совершенно* не нуждается в *телесном* *зрении*. «Разум», понимаемый как *единство* (*воли, ума, совести и сердца*), - *единственный источник* такого «виденья».