

**Виктор Кротов**

**Дружба с жизнью:  
пространства внимания**



***Письма из внутренних путешествий  
Книга вторая***

Виктор Кротов

**Дружба с жизнью: пространства  
внимания. Письма из внутренних  
путешествий. Книга вторая**

«Издательские решения»

## **Кротов В. Г.**

Дружба с жизнью: пространства внимания. Письма из внутренних путешествий. Книга вторая / В. Г. Кротов — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-832801-5

Развивая понятие о приметчивости к внешним и внутренним обстоятельствам, автор рассматривает вопросы ориентирования, обращения к философским и религиозным учениям, взаимодействия человека с организациями-псевдосуществами. Говорится о собирании личности из индивидуальных свойств, о творческих путях, о восхождении человека по возрастным этапам жизни. Затронуты темы связей человека с человечеством, восприятия призывов и намёков судьбы, умения ставить вопросы и искать пути к ответам на них.

ISBN 978-5-44-832801-5

© Кротов В. Г.  
© Издательские решения

## Содержание

Путешествие шестое. Приметчивость	6
Письмо о некоторых видах приметчивости	6
Два компаса	8
Конец ознакомительного фрагмента.	13

# **Дружба с жизнью: пространства внимания Письма из внутренних путешествий. Книга вторая**

**Виктор Гаврилович Кротов**

© Виктор Гаврилович Кротов, 2017

ISBN 978-5-4483-2801-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

*На обложке картина Валерия Каптерева:*

*«Ветка мандарина, увядший цветок и ящерица».*

*Автор выражает благодарность всем, кто принял и примет участие в обсуждении материалов этой книги.*

## **Путешествие шестое. Приметчивость и способы ориентирования**

### **Письмо о некоторых видах приметчивости**

Начиная этим письмом книгу вторую, друг мой, должен предупредить, что тут нас ждут новые путешествия-испытания, а вовсе не прогулки по дорожкам, утопанным в первой книге. Для меня это писательские испытания, потому что немало того, с чем встретился, предстоит изложить в письмах к тебе. Для тебя – читательские, потому что ты окажешься со мной в тех краях, встречи с которыми здесь описаны, а значит – тебе, как и мне, тоже будет непросто.

Не знаю, насколько возможно чтение этих писем сразу со второй книги, потому что я стараюсь избегать лишних повторений, а кое-что об основных направлениях наших путешествий стоит знать. Так что лучше начать с первой книги, не такая уж она большая, чем браться сразу за вторую, осложняя себе её понимание. Впрочем, всё зависит от твоей решимости.

Здесь, во второй книге, мы встретимся со многими темами, эскизно обозначенными в «Основных направлениях» (это предыдущая книга) с расчётом на самостоятельное их изложение в дальнейшем. Теперь нам предстоит углубиться в каждую из них. Пусть тебя не удивляет, что при этом будут вскользь обозначены новые темы, которые придётся оставить для следующих книг. Внутренние путешествия – они такие. Их столько, сколько хватит энтузиазма у путешественника.

Наше шестое путешествие – в приметчивость, с которой мы встретились в путешествии третьем. Навык приметчивости служит ориентированию, одной из базовых потребностей человека. Внимание к жизни, диалог с ней подразумевают поиск и освоение ориентиров для понимания смысла диалога, для наполнения смыслом своего поведения. Ориентиры нужны на разных уровнях, но все они помогают человеку определять свой жизненный путь.

Проблема ориентирования носит двойственный характер. Ведь человеку необходимо ориентироваться и во внешнем мире, и во внутреннем. В то же время одно тесно связано с другим. Обычно у людей существует перевес в пользу внешнего ориентирования, но главным для человека является как раз ориентирование внутреннее, ведущее к самопознанию и саморазвитию. Кроме того, все наши восприятия внешнего мира проходят через внутренний мир, так что ориентиры этих двух миров взаимосвязаны. Такое «ориентирование внутри и вне» заслуживает нашего особого внимания.

Человеку наивно было бы думать, что он первый, кто нуждается в поиске ориентиров. Существует много мировоззренческих, философских и религиозных учений, которые представляют собой подробно разработанные системы ориентирования. Они дают материал для саморазвития, но среди них тоже важно ориентироваться, чтобы выбирать для освоения то, что тебе подходит. Их нужно соразмерять с уже выбранными тобой ориентирами. Вот мы и попробуем вступить в эти замысловатые заросли ориентирующих учений.

Отдельно надо сказать об одной особой стороне социальной жизни. Во многом она подобна жизни биологической. И если мы присмотримся к разнообразным объединениям людей, то обнаружим, что каждое из них является своего рода организмом. Вот почему их можно назвать внешними псевдосуществами, а сокращённо – внепсами. Они могут различными способами воздействовать на человека, даже подчинять его себе. Так что полезно не только наблюдать за ними, но и учиться с ними обращаться. Особенно если самходишь в состав какого-то из внепсов.

Видишь, друг мой, сколько всего интересного предстоит нам в этом путешествии: осваивать двойное ориентирование, преодолевать заросли учений, укрощать необычных псевдосуществ...

Что ж, смелее вперёд!..

## Два компаса

### *Письмо об ориентировании внутри и вне*

Нам непременно нужно побывать, друг мой, в тех краях, где цветёт и плодоносит представление об ориентировании. Ведь можно ощущать себя сколь угодно свободным, но не иметь возможности по-настоящему пользоваться своей свободой, если не умеешь ориентироваться. Ориентироваться в окружающем мире и в людях, в простом и сложном, в собственных мыслях и чувствах, в том, что наделяет нас свободой и что препятствует ей...

Так что с особым удовольствием зову тебя в эти края, где можно приобрести навыки понимания того, что тебе нужно от жизни и ей от тебя, где это искать и как становиться реально свободным.

Мы поговорим здесь о путях ориентирования во внешнем мире и в мире внутреннем. О том, как возникает ориентирование в начальный период жизни и насколько мы можем потом изменить доставшуюся нам исходную фокусировку. О том, как ориентирование связано с увязыванием. О том, чему и как мы можем научиться буквально у любого человека.

#### **Ориентирование помогает искать своё место, исходя из своих ценностей.**

Ориентирование необходимо и для поддержания жизни, и для саморазвития, и для помощи другим людям. Оно даёт нам способность читать окружающий мир, подобно следу. Оно позволяет наметить свой путь к цели на языке направлений и препятствий.

Когда мы начинаем воспринимать обстоятельства жизни как средства для ориентирования в окружающем мире и в собственном сознании, мы вступаем в конструктивное сотрудничество с судьбой. Это помогает нам жить гораздо насыщеннее и полнее. Принципиально иной подход, например, у равнодушия, суть которого в неэффективных попытках самообороны от окружающего. С помощью равнодушия человек обороняется не только против всяких напастей и внутреннего дискомфорта, но в то же время от лучших сил в себе самом.

Для каждого из нас ориентироваться снаружи – житейская необходимость. Необходимость ориентироваться внутри себя осознаётся не всегда, но в этом достоинство человека и залог эффективности внешнего ориентирования. Поэтому ему необходимо не только поведенческое увязывание практических действий, но и увязывание мировоззренческих представлений. Не забудем и о том, что человеку нужна, кроме личной жизни, ещё и надличностная жизнь, в каком бы мире – снаружи или внутри – она ни протекала.

За те доказательства или образы, которые мы выбираем ориентирами, можно держаться с разной степенью настойчивости. Кто-то опирается на них безапелляционно, догматически. Кто-то придерживается своих ориентиров придирчиво, то и дело подвергая их критическому сомнению. Это зависит не столько от самих ориентиров, сколько от душевных свойств человека. А ты, друг мой, как относишься к своим ориентирам?..

#### **Человеческое Я двулико: оно смотрит одновременно внутрь себя и наружу.**

Внутренний мир столь же огромен, как внешний. Гармония или дисгармония внутреннего мира передаётся и вовне. Впрочем, между нашим внутренним и внешним мирами стоит множество фильтров, сформированных как изнутри, так и снаружи. Знать об этих фильтрах и уметь, в некоторых случаях, поддерживать их в оптимальном состоянии, стараться развивать навыки ориентирования внутри и снаружи – важная наша повседневная работа.

Образно говоря, ориентирование – это навигация как по морю житейскому, так и по внутреннему океану восприятий и переживаний. Разница в том, что внешний мир более очеви-

ден. Но и во внутреннем мире можно неплохо разбираться с помощью выстраивающего, а особенно улавливающего мышления. Человечество всегда старалось изобразить внутренний мир с помощью внешнего. Этому служат мифы, сказки, притчи. Этому служат поэзия и другие виды искусства. Этому отчасти служат философия и психология.

Особой пограничной областью между внешним и внутренним мирами является для человека его тело – наверное, главный из фильтров между этими реальностями. Назвать ли тело границей между ними или главным пограничником – и в том, и в другом подходе есть свой резон. Воспринимать ли телесный мир как часть внутреннего мира или как часть внешнего? – и здесь каждый из ракурсов по-своему оправдан. Можно относиться к телу, как к своему рабочему месту: в офисе или на предприятии, пока не уволен, или дома, пока не сменил обстановку. Тело – рабочее место души в жизни. Пока не пришло время менять работу или жильё.

Не стоит превращать наружный мир в скопище оправданий для внутреннего – или наоборот. Так можно захлестнуть их оба. А оправдания – что? они ничего не решают. Куда эффективнее поддерживать гармонию с внешним миром, чтобы она подавала пример к благоустройству внутреннего. И куда реальнее создавать гармонию во внутреннем мире, чтобы она помогала нам решать проблемы внешнего.

Будем помнить также о том, что если есть внутренние ориентиры для целеполагания, то для конкретного целедостижения найдутся и ориентиры внешние. Кстати, а чем может ответить внутренний мир на побуждения, идущие к нему от внешнего? Может быть, лучший ответ на побуждение – внутреннее пробуждение, ведущее к поиску ориентиров и к целеполаганию.

Мы более привычны к ориентированию во внешнем мире. Это естественно: он нагляден. И внешние дела наглядны. Внутренние незаметны, как фундамент. Но именно на них основаны все наши внешние наглядные дела. Мы знаем, что внешний мир выводит к другим мирам – в космос. У внутреннего мира тоже есть пути к другим мирам – пути, выводящие в духовный космос. Так что некуда нам деваться и от необходимости внутреннего ориентирования.

### **Трудно не заблудиться в себе самом без хороших ориентиров.**

Как правило, если уж идёт речь об ориентировании, то имеется в виду внешний мир. Но всё-таки для человека, по большому счёту, приоритетно внутреннее ориентирование. Что же это такое?

Ориентирование внутри – это разведывательная деятельность разума в поддержку самопознания. Это инвентаризация доставшихся тебе индивидуальных свойств и настойчивые шаги, ведущие к собиранию личности. Это внимание к своим чувствам и стремление пробыться, с помощью тех или иных из них, к своей светящей сущности.

Хочешь ты этого или нет, скромн ты или мнишь себя гением, внимателен к своему окружению или равнодушен – всегда центр твоего внешнего мира там, где ты находишься. Никакой интерес, никакие переживания не могут изменить этого факта. Но твоё внутреннее Я свободно лететь куда угодно, остаётся лишь овладеть способностью к этой свободе.

Внутренний мир – это незримое здание, освещённое разумом и населённое чувствами, полное ощущений и эмоций. Дом со своим подпольем. Дом с удивительным чердаком, откуда ведёт лестница в бесконечное небо.

Чем лучше ты сориентировался внутри, тем меньше раздражает то, что снаружи. И тем устремлённее твои действия во внешнем мире. Так что искать внутренние ориентиры перспективнее, чем искать земные сокровища. Кстати, без первых не управиться как следует и со вторыми.

### **Можно ли найти свой путь без внимания к призывам судьбы и её намёкам?**

Но вернёмся к внешнему ориентированию. Разумеется, оно не ограничивается умением читать следы и ходить по азимуту. Прежде всего, это внимание к призывам судьбы и разгадывание её намёков. Это поиск способов увязывания друг с другом встреченных явлений и выработка оптимального маршрута среди них. Это соединение своих разумений с разумениями людей, общение с которыми предлагает нам жизнь...

Опорное свойство твоего внешнего мира – его реальность. Жертвуя этим свойством, можно добиться существенных изменений других свойств этого мира. Об этом знают наркоман и алкоголик. Но реальность при этом не исчезает, а лишь искажается, со временем возвращая свой облик и становясь гораздо жёстче.

Будем помнить и о том, что реальность материальная, вещественная – не единственная сторона реальности внешнего мира и даже не главная. Хотя её можно пощупать, это не является решающим достоинством. Стоит отвернуться от какого-то участка физической реальности – и он становится для нас в чём-то виртуальным. И вещи – не только наши спутники в повседневной жизни, но и довольно таинственные её участники. Что мы знаем об их интимной жизни!..

Гораздо важнее смысловая сторона жизненной реальности. Именно благодаря ей мы ориентируемся во внешнем мире. Благодаря ей мы можем прокладывать свой путь, ведь верное его направление – это движение с нарастающим ощущением призвания. Благодаря смысловой структуре мира мы можем улавливать в событиях и обликах явлений призывы и намёки судьбы, чтобы сделать внешнее – учителем внутреннего.

Впрочем, не забудем, что и внутренний мир дирижирует внешним. Внешний мир для тебя может быть полон красотой – той, которую ты заметил. Он может быть полон ужасов – тех, которых ты боишься.

**Ориентиры служат источниками энергии движения, хотя в самом движении не участвуют.**

Для самостоятельного ориентирования стоит представлять себе, как устроено всё, в чём тебе нужно ориентироваться сейчас, и в чём придётся ориентироваться в будущем. Тогда становятся заметны те приметы, которые тебе помогут, можно нарабатывать навыки их понимания и увязывания друг с другом.

Чем хороши наши внутренние путешествия, друг мой, – это тем, что ориентиры, которые заметил в одном из этих путешествий, могут пригодиться в другом. То же самое можно сказать о самих способах ориентирования, хотя им предстоит ещё превратиться – через усвоение – в твои практические поисковые навыки.

Роли ориентиров в нашей жизни разнообразны. Если поначалу ориентир – прежде всего свидетель твоего места в мире, то потом он становится молчаливым провожатым, помогающим тебе выбрать дорогу. Ориентир впереди – это ответ взгляду на вопрос о том пути, который ещё впереди. Ориентир может служить зацепкой для взгляда или мысли, а может стать опорой для следующего шага. Так что будем искать ориентиры всех видов, они очень полезны во внутренних путешествиях.

**Настоящий приоритет устанавливается отбором главнейшего из главного.**

В основе ориентирования лежит не просто стремление, но, скорее, иерархия стремлений. Поэтому не стоит разминивать внимание на мелочёвку, считая, что если хоть к чему-то стремишься, то и ладно, уже хорошо. Чем главнее то, к чему стремишься, тем лучше. Думать о второстепенном вместо главного – всё равно что играть в домино, сбежав с дискуссии о смысле жизни. Хорошо бы поменьше отвлекаться от главного, однако для этого сначала нужно привлечь к нему.

Ориентирование представляет собой эстафету малых целей, ведущих к большой. Поэтому важно установить свои приоритеты на каждом этапе, не забывая о приоритетах эстафеты в целом. А настоящий приоритет устанавливается отбором из главного.

Ориентирование зачастую является задачей текущего этапа жизни или конкретной ситуации. Оно подразумевает, что общежизненные ориентиры у тебя имеются, по крайней мере основные, и на них можно опираться, выбирая сегодняшнее направление.

Главное-вообще и главное-сейчас разные вещи. Но про первое нельзя забывать, а вторым не стоит пренебрегать. Так что поэтапное ориентирование – это умение определить верный курс и вовремя сменить его на ещё более верный.

**Примирённость с собой – это согласие во внутреннем мире и принятие внешнего.**

Никто за тебя не сориентируется в твоём внутреннем мире. Но ты можешь из многих источников получить помощь в этом деле. И первый помощник – сама жизнь, сама твоя судьба. Помогают философия и религия, хотя бы как путеводители по смыслам мироздания, как руководства по разным подходам к дружбе с жизнью.

Да и все мы, люди, помогаем друг другу ориентироваться. Правда, нечасто говоришь о главных вещах даже с самыми близкими людьми. Эти основы существования мы не столько обсуждаем в разговорах, сколько выражаем в самом нашем жизненном поведении. Но мы помогаем друг другу и через письменное слово, и через искусство, и через педагогическое взаимодействие. Однако это лишь помощь, выбор за нами. Ведь в том направлении, которое выбрал сам, движешься куда быстрее, чем в том, которое тебе определили.

Немало и факторов, мешающих ориентированию. Например, наша собственная инертность. Или, скажем, такое явление, как новостная журналистика, которая ежедневно посягает на свободу человека, *приковывая* его внимание к тому, что выдаёт за нечто важное, препятствуя тем самым естественному ориентированию души.

Посреди этих сил, содействующих или противодействующих ориентированию, стоит постараться достичь максимально возможной устойчивости. Не устойчивости покоя, а устойчивости развития.

Гармония внешнего и внутреннего миров – наилучшее условие для ориентирования, а значит и одна из его целей. Важно только, чтобы она не оказалась равновесием самодостаточной успокоенности, которая полностью довольна тем, что уже есть, и поэтому ничего сверх этого не хочет. Ведь подлинная гармония должна включать готовность к любым неожиданным изменениям, чтобы суметь отозваться на них.

**Переходя от исходной фокусировки к увязывающему ориентированию, будем учиться в каждом видеть учителя.**

Ориентирование и во внешнем мире, и во внутреннем тесным образом связано с приметчивостью: опирается на неё, но вместе с тем её развивает. Так что это важная сторона дружбы с жизнью.

Когда-нибудь мы побываем у истоков ориентирования. Присмотримся к периоду формирования исходной фокусировки, закладываемой в человека его окружением.

Но исходная фокусировка не навсегда, если не стараешься, по каким-то внутренним побуждениям, её законсервировать. С переходом к саморазвитию постепенно набирает силу самостоятельное ориентирование, сопровождаемое увязыванием найденных ориентиров друг с другом и с теми ориентирами, которые были обретены прежде. Такое ориентирование, внимательное и вдумчивое, можно назвать увязывающим. Наведаемся и туда.

Обязательно надо добраться и к такому умонастроению, при котором каждый человек непременно оказывается для тебя учителем. Если не подвергать это сомнению, останется лишь понимать или догадываться, чему можно научиться у данного конкретного человека, а чему у того. Впрочем, тот, у кого учишься, не обязательно должен знать об этом.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.