

ИНТЕНСИВНЫЙ КУРС ПОДГОТОВКИ К СВОБОДЕ

18+

ВИТАЛИЙ
ЛОЗОВСКИЙ



Виталий Зегмантович Лозовский

Интенсивный курс

подготовки к свободе

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48849796

SelfPub; 2019

ISBN 978-5-532-08247-2

Аннотация

В части основного посыла, центральной идеи и способа ее воплощения я был прав: ничего не может быть изменено в человеке без вспоминания себя. Чтобы вы ни делали, каким бы религиям и техникам ни следовали, вы не сдвинетесь ни на йоту без того, что описано в этом курсе. Не то, чтобы я постиг истину, но я открыл для себя философский камень, имеющий волшебное свойство превращать простые вещества жизни в золото понимания. Я понял суть основных учений и направление необходимых усилий и свел их к понятному набору тезисов и конкретных шагов, которые сейчас перед вами.

Содержание

Вступление	4
Из отзывов	4
От автора	9
Тексты по существу	12
Сознательное развитие – добровольность и возможность не дойти	12
Если у вас уже есть это...	18
Жар-птица	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Вступление

Из отзывов

Бывают периоды, когда ты запутываешься, когда не можешь отделить добро от зла, когда чужие правды и неправды окружают, когда любовь тонет в нелюбви, когда не легче ни от вопросов, ни от ответов – тогда вспоминаешь себя и как будто делаешь глоток чистой прохладной воды. Эта чистая вода есть всегда, и она никогда не станет грязной, и она никогда не закончится. Никогда. Мы имеем бесконечный и неограниченный доступ к этому источнику. Но единицы им пользуются.

Любая система может коротнуть – философская, религиозная, психологическая, социологическая, политическая – любая. В каждой из этих систем есть изъян, из каждой может выскочить скрытая игла и больно вас уколоть. Та система, о которой идет речь в ИКПС, не может этого сделать, т.к. это уже внутри нас, это базовая человеческая комплектация, но мы заморочились апгрейдами и потеряли доступ к ней. Это и не система вовсе, т.к. тут нет никакой теории, нет учебников на эту тему, есть люди, которые настраиваются на нужную частоту и единицы из них решаются изложить это буквами на бумаге. Если вы читаете это – вам страшно повезло, вы

просто счастливчик. И мы же все всё прекрасно понимаем, но жить с самими собой нам сложно.

Дуальность мира: жизнь и смерть, добро и зло, радость и горе – это все приводится к одному знаменателю только так, только вспоминая себя, только наблюдая себя. Мы все живем, запертые в своем личном опыте. Мы зашорены априори. Это конечно всего лишь красивые слова, но ИКПС снимает шоры, открывает доступ к тому неиссякаемому источнику, из которого можно наполниться прохладой и спокойствием. Некоторые из нас умны и начитанны, другие чувствительны и интуитивны, третьи злы и честолюбивы – но это не имеет никакого значения без осознания. Этот именно тот эликсир бессмертия, формулу которого искали алхимики во все времена истории человечества.

Невозможно описать ИКПС – т.к. это не то, что снаружи, а то, что внутри. Штука в том, что все это могут, и почти никто этого не делает.

...Я писал в отчете по первому упражнению об особенно ярком ощущении десятилетней давности, которое мне казалось настоящим. В ответ на это я получил, что важно только самовспоминание, а остальное – это иллюзии. Скорее всего, я просто коряво все изложил, но я уверен, теперь, что это и было самопроизвольное глубокое самовспоминание! Я просто не знал, что оно так называется. Тогда оно возникало случайно и также само уходило, а я пытался понять, как это

получается. Пытался проанализировать, собирая статистику по месту, по обстоятельствам его возникновения, по времени года, строил графики состояний, проверял его связь с алкоголем – отчего оно появляется, почему исчезает, как его вернуть и оставить при себе постоянно?

Позже, находясь в нем, я установил точно, что оно не зависит ни от места, ни от времени года, ни от окружающей среды и людей. Находясь в нем, я чувствовал, что могу свернуть горы и достичь любой поставленной перед собой цели. И я делал то, чего не мог делать вне его. Это были не только мои субъективные ощущения, я видел реакцию на меня и мои действия со стороны. Я готов был за 5 минут пребывания в нем отдать 5 лет обычной жизни! Когда оно приходило, я говорил себе «да, только ради таких мгновений я готов страдать».

Самое печальное в этом было то, что я в большинстве случаев использовал его просто, как эйфорию, как наркотик и не знал применения ему, направляя его действие на всё, что считал нужным, на всё, что попадет. Эти спонтанные вспышки случались очень редко, и большую часть времени я находился в подавленном состоянии от того, что знал, как можно себя ощущать по-настоящему. Я чувствовал, что из-за этого я разделился в себе на две части и думал, что всё, допрыгался – крыша поехала. Помню, в отчаянии я даже царапал в лифте слово «Жду» ему, ЭТОМУ состоянию, но не мог вернуть его сам. Но я был уверен почему-то, что когда-нибудь

узнаю, как всё это работает. Это было около 10 лет назад.

Я чувствую, что узнал это сегодня, на втором месяце выполнения упражнения «самовспоминание»! Я сейчас снова в НЕМ! И я объединился в одного себя, потому, что знаю, что ЭТО такое и как ЕГО теперь оставить при себе навсегда! Ощущение такое, что я после долгих скитаний вернулся домой. Или точнее, что я нашел дорогу и знаю, что она ведет домой.

Я возьму определенное продолжительное время на проверку своего ощущения, и если эти слова окажутся верными и потом, то тогда я пойду в лифт, найду эту свою надпись «Жду», и напишу – «Привет!»

Мне уже 30 лет. И я сейчас только понял, ЧТО мне следует делать. У меня появилась наконец-то ОДНА Цель, к которой я теперь буду стремиться, не разбазариваясь по сторонам. Развиваться я смогу только с помощью своего разума. Всё случается, и те люди, жизнь которых по какой-то случайности прерывается, или разум которых становится неспособным к работе, лишаются шанса освободиться здесь и сейчас. Всё случается, и пока я способен думать, я должен успеть сделать максимум возможного! Мне дана жизнь, как уникальный шанс и я должен успеть его использовать.

Если взять, что за сутки я в среднем работаю самовспоминание три раза по одной минуте, то получается, что я осознанно существую всего лишь 0,2% времени! А 98,8% времени я сплю! Причем 40% из этих 98,8% я сплю конкретно

(ночью)! Ужас!!! И несмотря на это, эти мизерные 0,2% рулят моей жизнью и направляют меня по правильному пути. Они – рулят! Как же изменится моя жизнь, если я буду осознанным на 50% времени? А если на 100%?

От автора

Перед вами тексты, созданные в разное время и в разных обстоятельствах. Затем будет курс, в котором я попытался изложить то, что я называю иногда «Технологий получения прозрений». Громкое название, но я реально хотел как-то собрать и сделать понятным свое умение обретения инсайтов, озарений, пониманий и «духовного роста» в целом. Что развивать и какими средствами.

Вот тут еще раз и медленно: ЧТО и КАК.

Безо всякой мистики, чакр и прочей популярной, но никому не понятной ерунды.

В целом, конечно, у меня не получилось.

Еще я провел множество встреч на просторах бывшего союза, называемых мною «Бойцовский Клуб» во множестве городов, где рассказывал это же на фоне реального страха, который ощущали участники перед боями, которые служили нам средством страх этот вызвать с тем, чтобы «на пальцах» показать, что надо делать, чтобы обрести понимание. Иногда у нас что-то получалось, спасибо всем за это.

Хоть я так и не изменил мир (шутка), и считаю, что у меня не особо получилось создать простой и понятный курс, но я решил собрать написанное (написанное лет 10 и больше назад) в одну книгу и отправить ее жить своей жизнью. Может это поможет мне, а может это поможет еще кому-то.

Как я уже сказал выше, я считаю свою попытку не особо удачной, но это скорее потому, что я был достаточно молод (это отчасти исправилось само), глуп (сложно сказать), не очень любил людей в целом (это, вероятно, не исправляется) и не так чтоб сильно старался быть всеми понятым, как и распространить свое «учение».

Тем не менее я до сих пор уверен, что в части основного посыла, центральной идеи и способа ее воплощения я был прав: ничего не может быть изменено в человеке без **вспоминания** себя. Чтобы вы ни делали, каким бы религиям и техникам ни следовали, вы не сдвинетесь ни на йоту без того, что описано в этом курсе.

Не то чтоб я постиг истину, но я открыл для себя **философский камень**, имеющий волшебное свойство превращать простые вещества жизни в золото понимания.

Я вник в суть основных учений и в направление необходимых усилий, и свел их к понятному (ну хорошо, более или менее понятному) набору тезисов и конкретных шагов, которые сейчас перед вами.

Спойлер – все дело во внимании. В очень конкретном и осязаемом смысле этого слова.

После этой публикации я намерен предпринять вторую попытку изложения данной идеи и да поможет мне Кришна.

Пока же – читайте, вникайте и пытайтесь воплотить в

жизнь ее нехитрые, но совершенно необходимые для «духовного роста» рекомендации. Когда дойдете до практики – не спешите. Вы получите максимальную пользу если последуете совету там изложенному – 1 глава в две недели.

Можете пролистать туда и сразу, и начать читать в таком темпе сам курс, перемежая чтением текстов, расположенных до него.

И еще небольшая ремарка относительно упомянутой нелюбви в отношении людей в целом. Я скорее не люблю шум и суету, создаваемую людьми, находящимися в полусонном состоянии, обычном для них и, собственно, и для меня, но вызывающем огромную грусть и сострадание, когда удастся посмотреть на это трезвым взглядом. А также, к слову, очень не люблю, когда моя голова читает все попадающиеся ей на глаза слова, которыми современный город переполнен как брага, все время пытающаяся выбраться из сосуда, в который помещена – объявления, названия, и, конечно же, реклама, которая вплоть до под ногами. А так, конечно, я болею за человечество в целом и каждого в отдельности, желаю, чтоб они жили, покоряли космос и стремились к вершинам духа.

По этой же причине пишу иногда книги и общаюсь с теми, кому могу помочь, и кто может помочь мне.

В общем, нелюбимые мною в целом, поехали.

Тексты по существу

Сознательное развитие – добровольность и возможность не дойти

Человек рождается, растет, перенимает опыт поколений, учится, зреет, может быть рождает детей. Становится взрослым. Программа, заложенная природой, реализовалась – годам к 25 максимум, ну, пускай к 30. Что дальше? Дальше еще какой-то период стабильности – лет до 40, затем старение и смерть. И это все?

Вначале развитие идет бессознательно – по заложенной программе. Ребенок не принимает в этом участия – так заложено. Кто-то учится лучше, кто-то хуже, кто-то прилежен, кто-то дик и не обуздан, но это все обусловлено не им – наследственностью, окружением и случайные обстоятельства. В этом нет заслуги или упущения. Но вот он вырастает – мы называем этот период «вступлением в сознательную жизнь». Дальше, если принять точку зрения что мы существа обладающие сознанием, самосознанием и разумом, развитие должно происходить СОЗНАТЕЛЬНО. Что это означает? Это означает:

1. по доброй воле и

2. благодаря собственным усилиям.

Хочу – развиваюсь, хочу – нет. И никто заставить не может. И никто не может сделать хоть толику твоей работы за тебя. Показать, поддержать, дать пинок – да, сделать и решить – нет.

У нас должна быть свобода выбора – двигаться к пониманию или нет.

И у нас должна быть возможность не дойти до возможной цели, возможного уровня развития. Исчезнуть, не достигнув цели.

Повторюсь:

СОЗНАТЕЛЬНОЕ развитие должно включать в себя

а) добровольность;

б) зависимость результатов от собственных усилий – их направления и качества.

Как следствие – никто не может помочь другому пройти хотя бы шаг, если только не собственным примером, собственным пониманием.

Искать того, кто может помочь – подсказать, направить – не зазорно. Все мы время от времени заходим в тупики. Зазорно ничего не делать самому, а только ждать помощи.

Помочь можно только тому, кто помогает себе сам.

Ответ может получить только тот, кто задает вопросы.

Еще одно следствие – начать идти можно в любое время. Никогда не поздно.

И еще одно – только мы ответственны за свою жизнь. Даже если мир несправедлив, или если он крайне несправедлив, и в нем имеют место случайности, и даже нелепые случайности.

Осталось только каждому для себя выяснить – а что же такое сознание для него лично. Где оно находится? Как оно проявляется? Как оно может действовать?

Обратитесь к себе и **НАЙДИТЕ В СЕБЕ** то, что можно было бы назвать сознанием. Не описывайте словами, не вспоминайте услышанное и прочитанное, а **ПОЧУВСТВУЙТЕ**. Просто замрите и прислушайтесь к себе. Здесь не надо слов. Слова – это сознание, но сознание – это не слова. Попробуйте сделать это сами, а потом я расскажу, что я думаю на этот счет.

Иначе все так и останется словами.

Как проверить, понимает ли вы что такое сознание? Что такое Вы? Просто – расскажите другому так, чтобы он понял, о чем идет речь. Сделайте это и наверняка увидите, понятно ли вам самим.

Если резюмировать предыдущий текст, то вывод следующий – есть время, когда человек развивается по заложенной программе, и есть время, когда ему надо это делать самому.

При этом возникает вопрос – что делать и как.

Первое – надо определить в человеке, что есть средства, и что есть именно развиваемое. Что развивается и за счет чего. Средства – тело, ум, эмоции, т.е. то, что дано изначально. Развиваемое – некая четвертая точка, которую мы можем назвать сущностью.

Сущность в мире проявляется вниманием. Наше внимание – это и есть сущность. Мы можем внимать своим эмоциям, мыслям, телу. Т.е. наблюдать их. Видеть их со стороны.

Быть в себе, т.е. наблюдать, одновременно помня себя, мы можем считать минуты в течение суток. Остальное время – нас нет. А есть в это время личность, некое виртуальное механистическое существо. Оно реагирует на внешние раздражители и действует исходя из этого по своим устоявшимся схемам. В личности нет «души», она не жива – она лишь некая схема с обратной связью, целью которой является стремление к удовольствию и избегание боли. Пространство внутри кувшина, существующее до тех пор, пока существует кувшин.

Задача развития в грубом виде может быть сформулирована следующим образом: передавать управление от личности к сущности, которую прежде еще надо взрастить усилиями самой личности. Пространство в кувшине должен использовать некое существо, гомункулус алхимиков, чтобы родиться, вырасти и стать самодостаточным с тем, чтобы, когда кувшин прохудится, быть в состоянии позаботиться о се-

бе.

Мюнхгаузен не может вытащить сам себя за волосы из болота. Должен быть кто-то, кто будет тащить, и этот кто-то должен стоять на твердой почве. «Душа» сама не разовьется, Мюнхгаузен не выберется из трясины – ей в этом должна помочь личность. А это ТЫ и есть, читающий эти строки.

Способ – наблюдение проявлений тела, ума и эмоций, а также то, как они соотносятся с личностью. Разрушение механистичности. Это не замена одних «плохих» схем на другие «хорошие», а их полное разрушение через наблюдение и осознание. Осознание – это понимание сущности. Или понимание сущностью. Озарение, инсайт, прозрение.

По определению, наблюдать можно внешние объекты, явления, процессы. Наблюдает – наблюдатель, наблюдает то, что им не является. Наблюдая тело, боль, эмоции, мысли, мы должны увидеть: мы – не тело, не ум и не эмоции. Мы и есть само внимание.

Осознание сопровождается слиянием наблюдателя и наблюдаемого. «Понять» означает «присоединить», слиться с понимаемым. Когда нечто понято, оно перестает существовать вовне, становится частью понявшего.

Проще всего начать с «отрицательных» эмоций – страх, например, или раздражение, или обида, или ревность. Эти эмоции, как функции личности, будучи понятыми, перестают существовать, и в этих областях управление переходит к сущности. Сущность становится сильнее, и ей больше нет

необходимости смотреть на вещи, ранее вызывавшие эти эмоции, через призму личности. Она может видеть напрямую.

Понимать (понимание), снимать, принимать, отнимать, внимать (внимание) – имеют общий корень, не сохранившийся отдельным словом в русском, но существующий в других индо-европейских языках, напр. немецком – nehmen. Брать.

Внимать таким образом означает вбирать, внимание – вбирание.

Понять (полететь, пойти, поест): приставка по- указывает на завершенность действия) – забрать, убрать. Может быть вобрать.

Понимание является результатом внимания. Внимая понимаем. Осталось только понять, как это правильно делать.

Если у вас уже есть это...

Если мы предполагаем, что у нас ЭТО есть, то мы, конечно же, не станем ЭТО покупать, тратить силы на ЕГО приобретение, получение.

Вот тут и есть главный фокус – почти все считают, что они сознательны, что они ОБЛАДАЮТ СОЗНАНИЕМ. Поэтому призыв делать что-либо для обретения сознания просто проходит мимо ушей как полный абсурд. Почти каждый человек считает, что он свободен и может делать определенные действия по своей воле – поэтому делать что-либо для обретения свободы тоже не имеет смысла. Зачем? Мы ведь и так свободны!

Мы уже хороши – нам только надо совершенствоваться, становиться лучше и, конечно же, помогать другим становиться счастливыми.

Но это всего лишь самообман – нам никуда не прийти по пути улучшения себя. И тем более нам не помочь другим. Потому что мы спим.

Нам нужна революция – нам нужно проснуться. Хотя бы на несколько минут, несколько мгновений с тем, чтобы понять весь ужас нашего положения и понять, куда двигаться.

Значительно легче потратить всю свою жизнь на дело «спасения» человечества, чем пробить хотя бы 10 минут в состоянии бодрствования и не спать наяву.

Никакие добродетели не играют роли во сне. Ничего из сделанного во сне не имеет значения – оно лишь порождает все новые и новые цепочки причин и следствий, заставляя все так же бежать, как бегают в колесе белка.

Как убедиться в сказанном? – начать наблюдать себя, свое тело, эмоции, настроения, мысли, слова, разговоры, реакции. Найти точку наблюдения – того наблюдателя, который может увидеть ненастоящность нашей жизни.

Мы не в состоянии решить никакой проблемы, по сути никакой самой малейшей проблемы с тем, чтобы не породить новую проблему – потому что мы сами и есть проблема. Не зря существует поговорка «Благими намерениями выстлана дорога в ад». Мы **ВОВЛЕЧЕНЫ** в борьбу «добра» и «зла», «хорошего» и «плохого» в нас, как белка вовлечена в свое колесо, воспринимая его за единственную реальность. И только наличие третьей силы, наблюдателя, может открыть нам дорогу к свободе. Увидеть себя – и колесо, и белку, – и понять, что бежать на месте – это не единственная возможная наша судьба.

Жар-птица

Есть такая сказка о Жар-птице. Там, как вы наверняка помните, некто по ночам стал таскать царские молодильные яблоки. Царь посылал по очереди своих сыновей изловить эту тать. Старший и средний как обычно по сюжету сказок не справились – уснули и не увидели, как яблоки снова были украдены.

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.