

Хакеры сновидений

Dark Forest of Consciousness

<https://dreamhackers.eu/>

Перепросмотр в современной жизни

<https://dreamhackers.eu/viewtopic.php?f=19&t=15694>

Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: Вт июл 31, 2018 4:51 pm

Для начала вспомним ДХ:

"Сила перепросмотра, - сказал дон Хуан, - в том, что он расшевеливает весь мусор жизни человека и выносит его на поверхность.

- Пересказывание событий - магическая процедура, - сказал он. - Это не просто рассказывание историй. Это видение структуры, лежащей в основе событий. Вот почему пересказывание настолько важно и обширно."

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: Вт июл 31, 2018 5:08 pm

(спасибо!)

Я думаю, что первые сделали перепросмотр и Орел его принял, что бы эта фраза не означала. А кто-то не сделал, или Орел его не принял.

И именно в этом существенное различие между нами 

Я думаю, что годы в ящике - это чистое безумие для современного человека. И мое бесконечное уважение к тем, кто сделал ПП по книгам и осознание того, что я не смогу, но мне надо, побудило искать способ, которым можно достичь нужного результата обладая моими возможностями.

Ключ, суть практики в той цитате, которую я привела, мы возьмем структуру, лежащую в основе ПП и перенесем ее на современную почву.

Все будет медленно и спокойно.

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: Вт июл 31, 2018 5:12 pm

Описание процедуры по КК:

"- Маги выполняют перепросмотр очень формальным способом, - продолжал он. - Он состоит в составлении списка всех людей, которых они встречали, от настоящего времени до самого начала их жизни. Когда у них есть этот список, они берут первого человека в нём и вспоминают всё, что могут, об этом человеке. И я имею в виду всё, каждую деталь. Лучше перепросматривать от настоящего к прошлому, потому что воспоминания настоящего свежи, и таким образом заостряется способность вспоминать. Практикующие занимаются тем, что вспоминают и дышат. Они медленно и осознанно вдыхают, помахивая головой как веером справа налево, едва заметным поворотом, и аналогично выдыхают.

Он сказал, что вдохи и выдохи должны быть естественными; если они слишком быстрые, можно войти в режим того, что он назвал утомляющим дыханием: дыханием, после которого нужно нормально дышать, чтобы успокоить мускулы."

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: Вт июл 31, 2018 5:20 pm

И еще одна нужная цитата:

"- Время необыкновенно дорого стоит, - продолжал он. - Вообще для магов время материально. Для меня вызов в том, что за очень сжатое время я должен впихнуть в тебя всё,

что известно о магии как абстрактном занятии, но, чтобы это сделать, мне нужно построить в тебе необходимое для этого пространство.

- Какое пространство? О чём ты говоришь, дон Хуан?

- Маги исходят из того, что, для того чтобы внести что-то, должно быть пространство, куда это вносить, - сказал он. - Если ты наполнен до краёв предметами повседневной жизни, то нет места ни для чего нового. Это пространство нужно построить. Ты понимаешь, что я имею в виду? Маги древности считали, что перепросмотр своей жизни создаёт это пространство. Он действительно делает это и, конечно, ещё очень многое."

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: Вт июл 31, 2018 5:38 pm

Моя бесконечная благодарность тем, кто был настойчив и помог увидеть важность ПП.
На этом теоретическую часть заканчиваю.
Едем дальше.

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: Вт июл 31, 2018 5:47 pm

Итак, ПП создает нужное нам магическое пространство в нашей жизни, а для этого он просто выносит из нее весь мусор.

Мусор.

Даем своему вниманию задание фиксировать в активном фоновом режиме мусор в окружающем пространстве.

Но не испытывать по отношению к этому мусору никаких эмоций. Просто фиксировать наличие. Спокойно, безразлично, лениво, незаинтересованно. Но везде, где мы находимся.

Ах да. ПП штука очень личная, поэтому отчетов не предполагается. Но, если нужны уточнения, то говорите.

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: Вт июл 31, 2018 6:38 pm

Основная задача этой работы внимания - перевести на уровень осознанности знание о количестве мусора в окружающем пространстве, в нашей обычной жизни.

Дополнительная задача - замечать размеры пространства, в котором выполняется основная задача.

Естественное наблюдение - заметить примерное процентное соотношение объема пространства к объему/количеству присутствующего в нем мусора.

И сверх задача, для тех, кому повезет сегодня вляпаться в кучи мусора 🤔 - поймать то ощущение раздражения, которое вызывает в нас избыточная замусоренность пространства. Перевести это ощущение в осознанное и запомнить телом. Т.е. мы хорошо себя чувствуем в чистом пространстве, в чистоте мы свободны в своих действиях, нам не надо думать как перешагнуть кучу, где не дышать и сколько, как обойти. Есть какое-то количество (и качество) мусора, которое не напрягает нас своим присутствием, не мешает жить. А есть то, что мешает. Вот это ощущение тела - неудовольствие от переизбытка мусора и желание покинуть грязное пространство нам нужно перевести в осознанный режим, чтобы потом, когда нам понадобится перепросмотр, тело могло сообщить нам об этом вот этим ощущением. Не напрягаемся, эта настройка происходит не один день, просто поставили задачу телу и забыли.

Тело выполнит эту работу превосходно, потому что ему это нужней, чем нам 🤔 оно к этой работе инстинкт самосохранения подключает, очень сильный и результативно действующий инстинкт.

А на сегодня все.

Завтра наше внимание будет работать с мусором, который находится в зоне нашей ответственности.

Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

Artur

Добавлено: **Вт июл 31, 2018 9:45 pm**

Лусу, иными словами, ты предлагаешь научиться определять те события из прошлого (и не только), которые точно требуют пп. Я правильно понимаю?

Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

ioneks

Добавлено: **Вт июл 31, 2018 10:12 pm**

Считается ли беспорядок за мусор?

Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

Lucy

Добавлено: **Вт июл 31, 2018 11:32 pm**

Вопросы отдельно. Отлично!

ioneks

Беспорядок из нужных вещей за мусор не считается. За мусор считается все, что на помойку, на свалку, выбросить и не использовать конкретно тому, кто принимает решение. Т.е. Робинзон Крузо дырявое ведро возьмет в хозяйство и обрадуется находке. А мы выбрасываем.

Artur

Правильно, подход к составлению списка у нас будет другой. Не все в хронологическом порядке и в прошлое до самого дальше не могу. А по степени важности. Сначала будем решать острые проблемы, а потом остальное.

Но списком мы займемся позже. Для того, чтобы работать со списком нам нужно пространство. А у нас его еще нет. Вернее мы не знаем сколько у нас свободного пространства. Сколько нам нужно для обычной жизни и сколько пространства нам надо выделить под перепросмотр, чтобы не вываливаться из социума и жить обычной жизнью. Нам нужно включить ПП в нашу жизнь как гигиеническую процедуру, естественно и ненапряжно по времени. Поэтому нам важно не напугать тело масштабом задачи. Мы же читали КК, тело может напугаться и заблокировать наши попытки. Нам не надо преодолевать его сопротивление, нам нужно сотрудничество, поэтому начало будет постепенным. Сегодня мы охватили своим осознанным вниманием внешнее пространство нашей каждодневной жизни. И осознанно восприняли мусор в нем. на помойках у домов, в урнах, просто на улице.

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: **Ср авг 01, 2018 1:20 pm**

Выбрасывать мусор - естественный порядок нашей жизни. Его нельзя не выбрасывать, мусор естественно образуется в нашем быту регулярно и естественно портится, создавая проблемы, и естественно занимает весь объем и вываливается из ведра, если вовремя не вынести. Это очень привычная и естественная для нас процедура.

И первое, что мы делаем - переводим эту привычку в сферу осознанного действия.

Т.е. хорошо, если мусор выносите вы. Если это обязанность кого-то из членов семьи, то не надо менять устоявшийся порядок. Надо включить свой осознанный, но молчаливый контроль за процессом. Не надо подталкивать домашних к действиям, не надо напоминать.

Очень важно: все, что мы делаем в этой практике, мы делаем самостоятельно, никого не подключая и никем не руководя.

Второе, что мы делаем - перестаем испытывать по отношению к мусору эмоции и думать о нем вообще что-нибудь. Много, мало, мокрый, коробки торчат, бутылки звякают, накопилось, забылось - это все не наш метод. Наш метод - автоматически в фоновом режиме анализировать состав своего обычного мусора и классифицировать по категориям. Это секундное дело. Для этого на мусор достаточно взглянуть. Поэтому те, кто выносит, смотрят

спокойно в свою мусорку, а те, кто не выносит - мельком при любой возможности. Т.е. наш мусор, нам его надо просто вынести, но наш мусор не однородная масса, там разное всякое.

Упаковка

просто грязь (пыль из пылесоса, например)
сломанное, пришедшее в негодность, ненужное
что-то еще.

Не надо усложнять классификацию, нам не нужна точность, нам нужно знание о структуре того, что мы осознанно воспринимаем.

Например упаковка. Она была нужна только для того, чтобы сохранить, донести, а теперь она не нужна, выбрасываем. Мы знаем какую пользу нам принес продукт и знаем, что польза упаковки - сохранить и донести. А еще она содержит информацию о продукте, мы часто выбираем продукт по упаковке, по той информации, которую она содержит: состав. срок годности, дата изготовления.

Третье, что мы делаем - это осознаем как мы выбрасываем мусор. Надо выбрасывать его не только легко, естественно и не напрягаясь, а так, чтобы наш мусор не оставлял за собой следов, ни за что не цеплялся и легко улетел в контейнер и мусоропровод. Т.е. аккуратно. Аккуратность тут нам нужна еще и для того, чтобы наш мусор не создавал трудностей тем, кто его вывозит, не цеплял на себя энергетику неудовольствия, был удобен для дальнейшей работы с ним. До контейнера. Там он уже становится частью другой структуры и к нам больше никак не относится.

И мы продолжаем выполнять задание вчерашнего дня и сегодня. Оно не требует от нас дополнительного времени и места, только осознанность.

Сверхзадача - заметить, что тот объем мусора, который мы видим в окружающем пространстве мы пополняем, мы создаем. Но делаем это организованно - свалки, мусоросжигающие заводы, переработка. И каким бы большим не был совокупный поток нашего индивидуального мусора, наше пространство и внешнее, и внутреннее достаточно чистое. Если процесс уборки идет нормально.

Не надо бороться за экологию и думать обо всем этом вреде от мусора. Сейчас нам это не надо. Вообще не надо. Человечество совершенствуется и совершенствует способы утилизации своего мусора не потому что мусор вреден, а потому что нам нужна чистота для жизни. Завтра будем осознавать свое личное пространство.

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: Чт авг 02, 2018 1:06 pm

Подведем итог первого вступительного этапа.

Мы, как правильные материалисты, проанализировали ситуацию и выяснили, что в окружающем пространстве действует базовый закон: круговорот всего в природе. Круговорот воды, круговорот еды, круговорот людей, круговорот вещей. Наша пищеварительная система - пример такого естественного круговорота. Из этой системы мы знаем, что в организме происходит разделение еды на полезное и ненужное. Полезное усваивается, ненужное - нет. Ненужное или выводится из организма, или депонируется. Это мы знаем и разумом, и телом. Чувствуем. Понимаем.

Мы почувствовали, увидели в результате наблюдений, а не только абстрактного знания, что созданный человеком круговорот вещей, происходит по тому же закону. Где-то там создается, вырастает нужное нам, мы забираем из этого пользу, а мусор выбрасываем или тащим на чердак на всякий случай вдруг когда-нибудь будет нужно.

Когда ДХ говорил, что ПП выносит из нашей жизни мусор, он имел в виду не бытовой мусор, не пищевые отходы, а то, с чем будет работать ПП - информационный, эмоциональный, энергию. Для простоты буду называть это КЭ - круговорот энергии. Т.е. мы живем в потоке такого же круговорота, как и привычный нам круговорот вещей, но не видимый, не ощущаемый предметно круговорот мыслей, чувств, эмоций, ожиданий, ВД. Но по какой-то причине в этом круговороте произошел сбой и мы, то ли не разделяем в нем энергию на пользу и мусор, то ли разучились выбрасывать мусор.

Т.е. прочитанная нами газета остается в нашей энергетике, на чердаке, ненужным и бесполезным хламом. Нам было в ней нужно только объявление, мы его нашли, газету

выбросили, а информация осталась. Наша память спрятала ее от нас. На чердак. Чердак забит хламом.

А мы начали с того, что чрезмерное количество мусора ограничивает нашу свободу. Здесь эта штука тоже работает.

Поэтому ПП, освобождая наш чердак от информационного хлама, создает нам пространство для свободы, для магических действий или просто для счастливой жизни.

По выбору.

Переходим к выполнению плана по введению ПП в нашу жизнь.

Начнем с нериторического вопроса на который сейчас отвечать не надо. Просто читаем:

Почему в список для ПП мы вносим людей. Только людей.

Т.е., если мы разобьем новую машинку об столб и очень сильно от этого расстроимся, столб в список не попадает.

Если сбежавший из зоопарка бегемот раздавит нашу новенькую машинку, а такого страхового случая - уничтожение бегемотом - не предусмотрено, мы опять расстроимся, но бегемота в список не внесем.

Задание на сегодня: осознаем свое личное пространство.

Его не много, его и не должно быть много, обнаружить его границы мы можем по своим ощущениям - мы всегда четко понимаем нарушение этих границ. Вот и наблюдаем за собой: какие люди в каких ситуациях и на каком расстоянии от нас вызывают у нас это ощущение.

Обратите внимание: личное пространство не стабильная сфера, которую мы таскаем вокруг себя и повсюду, это очень подвижная вещь. На что-то оно реагирует заранее на большом расстоянии, на что-то - очень близко. Это нормально, это естественно. Надо просто отслеживать что и на каком расстоянии нарушает границу личного пространства. И всё.

Есть существа, которые нагло влезают на колени, требуют, чтобы их гладили и могут укусить, если им что-то не понравилось, но при этом как-то так происходит, что вот эта вся наглость никак не нарушает нашего личного пространства.

Личное пространство будет нашим ящиком для ПП.

Продолжаем выполнять задание первого и второго дня.

Следующим этапом будет усложнение работы с личным пространством - его подготовка к проведению ПП и время.

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: Пт авг 03, 2018 1:43 pm

Наш способ восприятия окружающего мира формализуется как пространство. И в этом большом пространстве мы воспринимаем те элементы его структуры, которые доступны нашему восприятию и те, которые мы создали сами.

И, для того, чтобы что-то делать, нам нужно найти и подготовить подходящее место и время. Или создать пространство.

Создать пространство для сна. Для работы. Для еды. Для отдыха. Для покупок. Для прогулок. Какое-то пространство для себя мы можем подготовить самостоятельно, а какое-то создается многими для многих, общественное - транспорт, город, дом. и все это пересекается, взаимосвязано и происходит в ритме. Ритме города, ритме страны, ритме семьи.

И в этом не зависящем от нас ритме социума, частью которого мы являемся, нам надо найти подходящее пространство и время для ПП.

Это должно быть безопасное пространство, имеющее некоторую продолжительность, дающее возможность прикрыть глаза. Желательна сидячая поза, комфортное состояние. Люди вокруг возможны, куда от них спрячешься в наше время, мы не будем мотать головой.

Итак, всегда, когда вспоминаем об этом, а вспоминать стараемся чаще, мы проверяем то место, то пространство, в котором находимся на его пригодность для перепросмотра, т.е. прикрываем глаза так, чтобы видеть свои колени, если сидим, но казаться спящим тем, кто рядом, в общественном транспорте, например. Не нарушаем внешнего ритма жизни, правил приличия. Не привлекаем к себе внимания и не создаем опасных ситуаций. Т.е. контроль безопасности такого положения должен быть максимально активен, это единственное, что надо делать - контролировать свою безопасность. Как только границы личного пространства забеспокоились - смотрим, что там такое. И все.

Чтобы занять это время полезной деятельностью, которую можно прекратить в любой момент

и в качестве тренировочного упражнения перепросматриваем свой мусор. Как мы его собираем в мусорку, как мы его выносим на помойку. Если ловим себя на эмоциональном отношении к мусору, то стираем, перепроигрываем этот момент так, чтобы эмоций не было. Выметающее дыхание не нужно делать. Это тестовое упражнение.

Если есть возможность создать пространство для ПП дома - вместо чтения, например, на первое время - это замечательно.

Одновременно с созданием пространства для ПП добавляем контроль времени. Мы не можем себе позволить выпасть из ритма жизни, а для этого нам обязателен четкий контроль времени. И это будет делать тело, его надо только попросить и настроить. Наше тело живет в своем ритме, ему наши часы и минуты нафиг не нужны, а нам нужны именно минуты и часы. Вот и объясним это телу.

Т.е., перед тем, как что-то делать, нужно сообщить об этом телу, примерно так: у меня есть на это 10 мин. Например мыть посуду. И мыть посуду не думая о времени и не считая в уме минуты, просто в какой-то момент остановиться по команде тела. Хорошо, если это будет 10 мин. Хорошо, если посуда будет вымыта за 10 мин. Но, если не получилось, то это тоже нормально. Просто отмечаем перелет/недолет по времени. Важно не доделывать, если сделать не успели. Если у меня осталась невымытая чашка - не успела за 10 мин. - то оставляю чашку и занимаюсь чем-то другим. Потом вымою чашку, позже.

Такую штуку делать один раз в день, можно больше, по желанию.

В идеале в итоге должен получиться вариант: у меня есть 30 мин на сон. Лечь, уснуть и через 30 мин. проснуться в полном порядке.

Если со сном уже сейчас все так получается, то перевести это и на обычную активность (ту же посуду)).

И важно формулировать именно так 10 мин, 30 мин. 2 часа., а не интервал с двух до пяти.

Таким образом мы приходим к ситуации, когда, зная свои дальнейшие планы, мы скажем телу: у меня есть 15 мин в очереди куда-то там на ПП. И тело само выберет из списка тот эпизод, который мы сможем перепросмотреть за 15 мин в условиях сидения в очереди.

Важно, чтобы это все делалось телом легко и добровольно. Первоначальный импульс - намерение проводить ПП - должен так распределиться по телу, чтобы тело без страха следовало за ним. С сегодняшнего дня темп задает тело. Мы предлагаем ему новые шаги. И идем дальше по готовности.

И продолжаем выполнять задания первых дней.

Дальше добавим людей и саму технику ПП.

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: **С6 авг 04, 2018 11:43 pm**

Место и время в процессе подготовки, самое время поговорить о самом ПП.

Так что же это такое.

Перепросмотр - это техника, которая изменяет наше знание о нашем прошлом таким образом, что мы перестаем воспроизводить поведение, обусловленное наличием мусора, и переходим к энергоэффективному поведению в будущем. Первый шаг к свободе. Или счастью. Кому что ближе.

А теперь разберемся как именно перепросмотр это делает.

Для этого посмотрим, что является мусором - предметом перепросмотра.

Мусором, предметом перепросмотра, является результат нашего взаимодействия с другими людьми, который остается в нас и причиняет нам вред.

Вред, который является мусором, нам могут причинить только люди, потому что мы одинаковые - светящиеся яйца. Бегемот может нас растоптать, крокодил съесть - это другой тип вреда, мы с ними разные, они нас (а мы их) можем уничтожить, но этот тип вреда перепросмотром не решается. В той же сфере, в которой работает перепросмотр, бегемот может нам навредить только страхом, который в нас поселится, но страх убирается осознанием смерти, а не перепросмотром.

Итак, ПП работает с нашим прошлым, убирая из него вред, который возник от взаимодействия с другими людьми.

Взаимодействие с другими людьми может происходить по принципу сообщающихся сосудов.

Вред от такого воздействия обычно называют вампиризмом. А пользу - подкачкой. Другой тип взаимодействия происходит по принципу резонанса. Пользу наглядно можно увидеть на примере мозгового штурма, а вред малозаметен - это саморазрушающее поведение, невезение, наступание на те же грабли и прочее такое. В случае, когда мы вступаем в такое разрушительное для нас взаимодействие, тело проявляет недовольство и сигнализирует нам об опасности. Раздражением, неудовольствием. Требуя прекратить контакт. Вред от резонанса можно прекратить только сменив ногу (пример с марширующими солдатами на мосту), т.е. перестав быть похожим. Потому что резонирует только одинаковое. Далее будет техника ПП и примеры из КК. продолжаем выполнять задания. Это важно.

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: **Вс авг 05, 2018 12:52 am**

Забыла задание про людей.

С сегодняшнего дня осознанно наблюдаем за своей реакцией на людей: нравится - не нравится. Нюансы и причины не так важны, важно осознать, что люди нам нравятся (не нравятся) одинаковые. Их можно объединить в группу по какому-то одному (нескольким) признакам. Признаки у всех свои, индивидуальные. Нам эти группы будут нужны для того, чтобы перепросматривать всю цепочку: от одного, к следующему, в самую глубь прошлого. Если повезет с одного раза собрать всю цепочку и перепросмотреть самого первого, то выдернется весь куст. Экономия по времени колоссальная. Но, для того, чтобы это сработало, нужен опыт ПП и большое количество осознанно воспринятой реакции на людей, долго выполнять это задание, пока количество не перейдет в качество и не появится вот этот тип перепросмотра - сразу группу.

И наблюдать надо не за людьми, а за своей реакцией: мне нравится, мне не нравится. Остальное сделает тело, цепочка будет составлена по признаку однотипной энергии причиненного вреда или по принципу одинаковых повреждений. Нам в это вникать не надо, поэтому не надо усложнять свои наблюдения: просто осознавать нравится или не нравится.

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: **Пн авг 06, 2018 12:43 am**

Взаимодействие между людьми может приносить участникам пользу, может вред, и может быть комбинированным. ПП мы убираем вред.

для первого сеанса, конечно, лучше выбрать место дома, в одиночестве.

Сесть, настроиться и предоставить телу возможность выбрать человека для ПП. Если никто конкретно не вспомнится, то идем по классической схеме вспоминаем недавние события и выбираем человека из ближайшего прошлого. Самого первого.

Настраиваем личное пространство и внимание на контроль безопасности. Все время, пока мы проводим ПП, обязательно контролируем окружающее пространство. Даже дома может произойти что-то требующее нашего внимания, нам надо на это отреагировать. Наше личное пространство зависит от личной силы, не размер, а плотность, чувствительность. Этот контроль безопасности позволяет нам увеличить ЛС - приятный бонус. И именно контроль безопасности заменяет нам выметающее дыхание. Задача выметающего дыхания - выполнять ритмичные действия в реале, а не в воспоминаниях, осознавать их и не улетать в воспоминания, не терять контроля над своим положением, над телом. Это как в сновидении - ощущать спящее тело, ухо на подушке и при этом действовать в материи сна. Вот выметающее дыхание было этим якорем, который не давал забыть о теле, а мы можем себе позволить усложнить задачу - контролировать положение тела и окружающее пространство без уловок, осознавая что и зачем мы делаем.

А дальше перепросматриваем эпизод. У нас получается такая матрешка: снаружи сегодняшний человек со всем своим знанием сегодняшней ситуации и осознанием себя как части сложного круговорота, со знанием того, что и зачем он делает и со знанием того, что происходило тогда, как началось, к чему привело. А внутри человек тогдашний, который, скорей всего, был полностью поглощен взаимодействием с другим человеком. Т.е. просматриваем мы себя. И

просто наблюдаем за тем прошлым взаимодействием, пока оно не растворится как в воде в нашем большом сегодняшнем знании. Мы ничего не делаем, мы создали условия, при которых закон природы выполняет нужную нам работу. И контролируем процесс.

Всё.

примеры чуть позже.

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: Пн авг 06, 2018 2:08 am

Т.е. подготовка к ПП - введение в мировоззрение воина вселенной Орла, эманаций - создает перепад высоты, давления, разность потенциалов, - ситуацию, при которой вред - то чего нет в войне, который делает ПП в одиночестве и состоянии сосредоточенного покоя и безопасности, - растворяется при совмещении энергии прошлого события с энергией сегодняшнего дня.

При этом возникает ощущение прилива сил, увеличения энергетики - то, что позволило старым магам создать миф о возврате утерянной энергии. Миф, который был понятен людям доиндустриального этапа развития нашей цивилизации.

Мы можем себе позволить от мифа отказаться и понимать суть ПП.

Ну и нет никакого смысла, сделав ПП, продолжать воспроизводить неэффективное поведение - причинять себе вред, создавать предмет для ПП.

Поэтому надо организовать взаимодействие с другими людьми так, чтобы не причинять себе вреда. А для этого надо сразу, как только тело забеспокоилось и подало сигнал опасности, прерывать контакт с таким человеком.

ДХ дал нам примеры такого поведения. Все его поведение, которое мог наблюдать КК, было рассказом, примером, было наполнено смыслом и информацией.

Он говорил, что не надо общаться с человеком-мусорником.

Он маг, ему эти люди вреда причинить уже не могли, но он демонстрировал КК разные формы поведения с такими людьми. Он создавал дистанцию, которая была для них непреодолима: были люди, которые относились к нему с презрением, т.е. ДХ создал для них образ невкусного себя. Были те, кто говорил о нем как о высокомерном. И тоже держались от него в стороне.

Он прекращал контакт физически - т.е. отшвырнул миску, которую дала ему Соледад.

И он всегда смеялся над КК, когда видел в нем что-то, что напоминало ему его самого в период обучения. КК точно не был весельчаком и не склонен к смеху во время обучения, поэтому, для того, чтобы не получился эффект резонанса, ДХ менял ногу - смеялся, ставя этим КК в тупик.

Таким образом, ПП является первой ступенью к сталкингу - способу, которым воин обучает себя энергоэффективному поведению в социуме.

далее будут некоторые типовые эффекты ПП и заключение.

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: Пн авг 06, 2018 3:20 pm

ПП может проходить цепочками, это очень хорошо.

ПП хорошо забытого и важного может вызвать сердцебиение и сбить дыхание - это нормально.

Паузу делать можно. Найдите для себя удобную команду: стоп. мне надо отдышаться. Или стоп, мне надо это осознать. Дайте себе 1-2 минуты на паузу и дальше принимайте решение продолжать или прекратить. Прекращать тоже можно в любой момент. Но начинать ПП надо будет с начала, т.е. это событие брать с начала и оно в быстром темпе просмотрится до того места, на котором было прервано, а дальше пойдет обычный процесс. Во время быстрого повторного ПП могут появиться пропущенные ранее важные детали. Это тоже нормально.

Тело может затребовать срочно что-то перепросмотреть. Это тоже нормально. Измените свои планы в пользу выполнения этого требования, оно может повториться пару раз, и все. Тело таким образом ищет способ обратной связи с личностью. Как мы обучали тело понимать наши минуты, так и оно учит нас понимать его срочные потребности и идти навстречу, выполнять. Это важный момент.

Сновидения могут отреагировать на ПП, принять участие в процессе. Может сниться, что вы

находите что-то потерянное, получаете что-то новое или всплывут события для первоочередного ПП.

Это все нормально.

Итак, что мы теперь имеем.

Понимание процессов, задействованных в ПП, причины образования мусора и собственно технику выполнения в условиях современной жизни.

Техника выполнения ускоряет процесс достижения результата и не требует изменения образа жизни.

Выполнить ПП надо один раз и, при условии перехода на сталкинг, предмет для ПП (мусор) или не будет образовываться вообще, или будет в минимальных количествах и его можно будет перепросмотреть быстро и в удобное время. ПП можно будет проводить для контроля своего состояния с некоторой регулярностью или по требованию тела - по выбору.

Примет Орел ваш ПП или нет - этого никто не знает, но качество жизни, ее магической составляющей, после выполнения ПП улучшится.

На этом, собственно, все.

Если что-то забыла - допишу.

Если будут возникать вопросы или нужны уточнения, пояснения - в теме для вопросов буду отвечать.

На некоторые вопросы отвечать не буду без объяснений.

И да, все, что мы делаем - это используем законы природы в некотором локализованном пространстве для достижения наших конкретных целей.

Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

Artur

Добавлено: Пн авг 06, 2018 5:09 pm

Лусу писал(а):

Пн авг 06, 2018 2:08 am

... При этом возникает ощущение прилива сил, увеличения энергетики - то, что позволило старым магам создать миф о возврате утерянной энергии. Миф, который был понятен людям доиндустриального этапа развития нашей цивилизации.

Мы можем себе позволить от мифа отказаться и понимать суть ПП.

ДХ говорил, что всю энергию (которая у нас имеется) мы используем на восприятие повседневной реальности и на решение проблем, возникающих в ней.

С этим всё ясно.

Но также были слова насчёт возвращение энергии из прошлого посредством пп. То есть из-за нашего вовлечения в отдельно взятое событие частичка от общего количества энергии была "оставлена" в прошлом. И вот таким методом мы её возвращаем.

Похоже, раньше я что-то пропустил, потому что исходя из твоих слов пп это очередная уловка магов, созданная не для возвращения энергии, а для эффективного взаимодействия с людьми в текущий момент.

Проще говоря, перепросматривая прошлое новичок учится не реагировать на действия людей как прежде, чтобы это не влияло на его стабильность в будущем.

Как ты уже сказала, на самом деле данная техника является базой сталкинга, а последний в свою очередь помогает изменить поведение и способы взаимодействия с людьми таким образом, чтобы они не могли затронуть нас - нанести вред.

И насчёт вреда.

Получается, что вред, это всего лишь негативный опыт от взаимодействия с людьми, а само событие подобного рода не может капсулировать в себе даже толику нашей энергии.

Скажи мне, это верные суждения или пп на самом деле высвобождает оставленную в прошлом энергию? Ведь почему-то же мы к нему возвращаемся. Не уж то ли обычный негативный опыт настолько меняет приоритет воспоминания, что оно запоминается лучше прочих?

Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

Lucy

Добавлено: Пн авг 06, 2018 5:53 pm

И еще мы используем часть энергии, которая у нас имеется, на поддержание себя живым. И когда этой энергии недостаточно, мы растворяемся во вселенной, в нагуале, как кусок сахара в чашке горячего, крепкого чая. Ничего не изменилось, в чашке по-прежнему и чай, и сахар. Нас нет. Потому что мы - кусок сахара. И нам нужно постоянно противостоять энергии опрокидывателя и ударам смерти. На это тоже тратится энергия.

Описывая процесс растворения сахара, мы можем сказать, что чай пожирает сахар. А можем сказать, что сахар исчезает из чашки с чаем. Суть процесса от этих описаний не меняется. А теперь вспоминаем, в какое время маги формировали методику ПП. Они тогда были в состоянии войны и в их мировоззрении не было того, что мы сейчас называем научным знанием. Они пользовались описанием того, что видели, используя метафоры и аналогии из своей жизни. Из жизни прямого товарообмена и войны. Т.е. тогда проще было объяснить суть процесса, применив уловку: он у тебя забрал, сейчас ты возвращаешь себе свое. И тот факт, что при пере просмотре мы освобождаем часть энергии, которая была занята капсулированием вреда и она направляется на поддержание нашей жизни и, соответственно, создает эффект увеличения силы, использовался магами как подтверждение правоты их слов. Сила же не могла взяться из неоткуда - значит ее забрали обратно у того, кто похитил ее при взаимодействии. Просто. Понятно любому необразованному человеку)

Но у этого объяснения есть дополнительный эффект - негативное отношение ко всем людям из списка. Нам он не нужен. Люди из списка ничего такого не делали. Вред возник от естественных причин.

Поэтому мы ничего не возвращаем из потраченного, просто потому, что фарш невозможно прокрутить назад. Мы как в анекдоте:

- все плохо...
- купи козу.
- купил. Стало еще хуже.
- продай козу.
- супер. Жизнь прекрасна.

Вот мы продаем козу. Избавляемся от затратных непрофильных активов и получаем свободные средства для новых целей.

Ну и как это можно было объяснить людям тогда?

Да, ПП - это база сталкинга.

Сталкинг - это такая штука, которая позволяет по косвенным признакам научиться распознавать связи между предметами и явлениями, невидимую для нас паутину, которая все держит, делать видимой.

Если представить нас пауками, а нашу энергию паутиной, то вред, негативный опыт рвет нашу паутину, лишая нас ресурса жизнеобеспечения. А ПП восстанавливает паутину.

А запоминается лучше прочих то, что надо решить в первую очередь.

Это значит, что вред, созданный этим взаимодействием, становится критичным. Тело сигнализирует повторяющимися воспоминаниями и эмоционально окрашивает эти воспоминания, чтобы мы не могли отмахнуться от этой проблемы.

У тела нет другого способа сообщить, что пакет с этим мусором вот-вот порвется.

Re: Перепросмотр в современной жизни

аметил

Добавлено: Пт сен 07, 2018 8:44 am

По сути, мы избавляемся от (мусора), а это память, эмоции, события и время и т.д. Все это энергия, и встает вопрос потери и компенсации! Можно ли весь этот (мусор) переработать в энергию и пополнить себя?

Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

Lucy

Добавлено: Вс сен 09, 2018 1:56 pm

Все немного проще.

Мы берем энергию и пополняем себя естественным образом: едой, знаниями, новыми впечатлениями, эмоциями. Но мы - поток. Нам всегда надо:

- оставлять пространство для того, чтобы новая энергия могла войти
- отдавать в пространство, пропускать через себя то, что смогли вместить.

Т.е. не задерживать.

Посмотри на реку. Издалека-долго течет река Волга. Она больше бидона, больше цистерны, ее не вычерпать, потому что она ничего не берет себе, она все отдает морю. И какой наполнитель себя может сравниться с ней по силе? Она дает возможность жить рыбам и рыбакам, она дает возможность перемещаться и строить города.

Какая батарейка, даже самый крутой розовый заяц дюрасел, может сравниться с этой мощностью? Она ничего не берет для себя. Она поток. Т.е., ничего не беря себе, не заботясь о пополнении себя, она мощнее любого накопителя. (С океаном сравнивать пока не будем, нам надо научиться быть рекой сначала)

Вот первый этап: мусор выбрасывать регулярно. А то ведь все себе, авось пригодится)

Извини, что не заметила вопрос сразу.

и еще. События, информация остаются в памяти. Мы не превращаемся в результате ПП в больных амнезией. Мы выбрасываем упаковку от той энергии, которая стала частью нас как потока. Энергия остается. Мы просто не тратим энергию на содержание личной свалки.

Отдаем ненужное другим. Как через авито 😊

Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

oo0o0oo

Добавлено: Вс сен 09, 2018 4:44 pm

Люси, с твоего позволения немного добавлю (или перефразирую). Энергия, которую мы возвращаем в результате перепросмотра, как ни странно, никуда и не девалась, она всегда была при нас. Тонкость в том, как именно мы её использовали. А использовали мы её на поддержание эмоциональной составляющей наших воспоминаний. То есть, вместо того, чтобы отпустить проблему, мы изо всех сил подпитывали её в воспоминаниях в ущерб всему остальному. И таких проблем за время жизни накапливается огромное количество. И энергии на поддержание всего этого тратится огромное количество.

Что происходит во время правильного перепросмотра? Мы отслеживаем шаблоны нашего поведения, приводящие к неверному использованию энергии, и принимаем их к сведению, дабы не повторять их в будущем. Мы понимаем бесполезность траты энергии на хранение эмоций в тех или иных ситуациях.

Можно провести аналогию с блокнотами, в которые мы записываем все эмоциональные события нашей жизни и затем постоянно таскаем эти блокноты с собой в руках, накапливая их, и в какой-то момент уже еле ходим, обессиленные от таскания груды бумаги. Перепросмотр, по сути, позволяет нам, изучив содержимое этих записей, поставить все эти блокноты на полку, а с собой носить только маленькую записную книжку, в которой в сжатом виде собраны наши универсальные шаблоны. И теперь освободившиеся силы и руки (энергию) мы можем направить (перераспределить) в созидательном направлении.

Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

lugebana

Добавлено: Ср сен 12, 2018 3:06 am

Lucy писал(а):

Вс сен 09, 2018 9:16 pm

Меня удивил вопрос Аметила.

Привет. Почему удивил?

Проводили с другом подобный эксперимент.

Вытягивали/перерабатывали (не знаю, как правильно назвать) энергию из некоторых прошлых событий.

У меня изменилось отношение к ним, что сказалось на текущем реале.

На Эмириде кратко описывала опыт.

Сначала решила, что изменили ЦС прошлого. Позже пришла к выводу, что больше процесс повлиял на мое текущее мировоззрение - изменилась частотность = что привело к изменению отношения людей, даже тех, с кем долгое время "не было никаких отношений".

Кстати, солидарна с тобой по многим вопросам, в том числе, по перепросмотру. Благодарю, что делишься знаниями!

Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

Lucy

Добавлено: **Ср сен 12, 2018 1:25 pm**

lugebana писал(а):

Ср сен 12, 2018 3:06 am

Ага. И тебе спасибо!

Удивил, потому что по формулировке вопроса получается, что ПП лишает нас памяти, энергии. Это понимание странное, потому что память никуда не исчезает. Перепросматривая прошлое, мы меняем настоящее. Всё так, как ты рассказала о своем опыте.

Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

lugebana

Добавлено: **Ср сен 12, 2018 9:13 pm**

Память не исчезнет, но в событиях не останется "эмоционального присутствия".

И еще они могут "заместиться" другими событиями. В смысле, не исчезнут полностью - "потухнут по сравнению с другими".

Со стороны может показаться, что воспоминания и правда стираются.

На самом деле, они теряют цвет и яркость.

Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

Eastwind

Добавлено: **Вт сен 18, 2018 12:29 pm**

Lucy писал(а):

Вт июл 31, 2018 5:47 pm

Итак, ПП создает нужное нам магическое пространство в нашей жизни, а для этого он просто выносит из нее весь мусор.

Мусор.

Даем своему вниманию задание фиксировать в активном фоновом режиме мусор в окружающем пространстве.

Но не испытывать по отношению к этому мусору никаких эмоций. Просто фиксировать наличие. Спокойно, безразлично, лениво, незаинтересованно. Но везде, где мы находимся.

Люся, нужен хелп! Нужно ли осознавать то пространство, которое собираешься освободить от мусора? Просто ли по количеству осознаваемого мусора или же есть какой-то более формальный способ, наподобие вспоминания каких-либо периодов из прошлого в настоящее? при моем первом взгляде на мусор как-то не становится ясным есть ли вообще границы у этой свалки, да, осознаются какие-то отдельные свалки, но ощущения, что эти свалки конечны пока нет. Может нужно просто подождать пока анализ перед такой дефрагментацией завершится?

На подготовительном этапе уже туплю



Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

Lucy

Добавлено: Вт сен 18, 2018 1:27 pm

Eastwind nusal(a):

Вт сен 18, 2018 12:29 pm

Хороший вопрос!

Здесь не работает привычная математика, здесь работает математика чисел, название которых я забыла, но их хорошо запоминать на примере капель воды. Сколько капель будет, если сложить две капли? Зависит от того, как складывать: если в одну каплю капнуть другую - то будет одна большая капля. Вот и с мусором количественными показателями объема заморачиваться не надо. Надо фиксировать поток: круговорот.

Т.е., выбрасывая бытовой мусор, мы реально видим как освобождается то место, которое он занимал. Ведро становится пустым и в него снова можно положить что-то. Процесс, круговорот не прекращается, мы - та точка круговорота, которая меняет качество энергии круговорота. Разъединяет на пользу и мусор. Дальше мусор едет на свалку/в переработку и превращается в пространство для червячков или перерабатывается в новое что-то для нас. Т.е. у этой свалки нет границ. Она перетекает из состояния свалки в состояние культурного слоя для археологов будущего, нефть или еще что-то в необозримом будущем.

Это зрительный образ, который у нас под рукой, очевиден и помогает нам запустить круговорот энергии в организме и свящаемся яйце.

Т.е. на уровне энергии мы работаем как турбина, превращая энергию падающей воды в электричество. Но теплоотдачу никто не отменял, нам надо электричество отдать в провода, а

тепло в пространство. Если не делать этого - то бабахнет нафиг. 😊

Т.е. энергию эманаций мы превращаем в мир тоналя, мир твердых предметов. А

теплоотведением занимается перепросмотр 😊 Мы оставляем себе опыт, знания и навыки прошлого, но сбрасываем в пространство энергию эмоций, которые были нужны только в момент их проживания, таскать их с собой в памяти, прокручивать и снова испытывать уже прошедшие - только перегревать систему.

Эмоции нужны только в момент их проживания: гнев проходит и оставляет знание: с этим человеком не связываться, он подведет, не умеет, Но гнева больше нет. Вообще нет эмоций к этому человеку. Только знание: взаимодействие по работе бесполезно и

обременительно. А эмоции уходят туда, к Орлу. Извиняюсь, на свалку 😊 Превращаясь в дар жизни для других существ.

Наша жизнь уже организована достаточно плотно, сложилась. Для того, чтобы ввести в нее новое действие, надо подготовиться, а для этого проанализировать свой график и найти в нем возможность добавить это действие.

Ага?

Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

Баян

Добавлено: Пт ноя 30, 2018 3:33 pm

Туповат я чутка ... 😊

Люси, сама природа, ее принцип можно объяснить? - просто вижу более совершенную систему в отличии от всяких «ножниц и кинжалов которые от «яйца» отрезают привязки и прилипки людей и прошлого», а так же всяких «перелистываний и волн энергии которые стирают прошлое или просто негатив»

Тут получается «внешняя матрешка» просто своей энергией здесь и сейчас просто лишает (отрезает) от «внутреннего меня-прошлого» все связи и как бы очищает? И плюс не даёт далее «мазаться в мусор»?

Ну эт в простоте если можно словами это объяснить 😊

Re: Перепросмотр в современной жизни [вопросы]

Lucy

Добавлено: Пт ноя 30, 2018 4:01 pm

Баюн писал(а):

Пт ноя 30, 2018 3:33 pm

Принцип описан у КК, я не меняла принцип: переписывается описание с обывательского, которое стихийно сложилось под влиянием социума, на магическое: структурированное, хорошо организованное и, не побоюсь этого слова, научное.

Для этого переписывается программа - до самой первой ошибки в программе надо дойти и исправить.

Далее закрепить применение новой программы.

Re: Перепросмотр в современной жизни

Lucy

Добавлено: Ср ноя 28, 2018 2:40 pm

ПП надо делать не для того, чтобы увеличить уровень энергии. Увеличение уровня энергии - это следствие, а не цель. Следствие, которое было использовано как уловка, как наиболее понятная и привлекательная морковка.

Целью же, в терминологии КК, является очищение пузыря восприятия. Работа над адекватностью восприятия, без которой вообще ничего невозможно.

Есть загадки, смысл которых в поиске ответа через созвучие.

Два гвоздя упали в воду. Как фамилия грузина?

Есть загадки-абсурд.

- Сколько ног у бегемота?

- Зачем мне холодильник, когда я не курю?

Так вот, восприятие человека, не сделавшего ПП, похоже на загадку-абсурд. Человек искренне считает, что, на вопрос про бегемота, правильный ответ про холодильник, что разговор именно о том, курит он или нет.

И избавиться от неадекватности восприятия можно только одним способом: очистив пузырь восприятия.

Адекватность.

Lucy

Добавлено: 19 фев 2019, 19:50

Хотела найти приличное определение адекватности, чтобы с него начать тему, и не нашла.

Предлагаю взять за рабочую вот такую формулировку:

Адекватность - это способность точно, верно, соразмерно воспринимать и соответственно, соразмерно, достаточно, точно реагировать на раздражитель.

Эта тема не будет практом, это будет разговор о том, что такое магия. Суть явления без мишуры и фантазий, которыми оно обросло в тоне. И сразу начнем с главного, с того, что магия - это адекватность. Т.е., рабочее определение магии выглядит так:

Магия - это способность точно, верно, соразмерно воспринимать и соответственно, соразмерно, достаточно, точно реагировать на раздражитель. И следствием магии является результативность. Магия - это адекватные действия за пределами привычного, известного, тоналя.

ДХ учил Карлушу адекватности: способности верно воспринимать и точно реагировать.

Для того, чтобы научиться адекватности, нужны две штуки: осознанность и знание.

Знание - это сила. Это полученная и упорядоченная информация, которая отражает реальность.

Осознанность - это при любых обстоятельствах помнить кто ты.

Т.е. в основе адекватности, мы получаем бинар: Я-НЕЯ, то есть знать себя и точно воспринимать окружающую реальность.

Вот с этого, пожалуй, и начнем 😊

Re: Адекватность.

Spike

Добавлено: 19 фев 2019, 21:15

Формулировка устраивает, я бы, наверное, лучше и не придумал. Поэтому просто разовью тему.

Почему-то прочитав твой пост, представил мутную воду в озере (такой вот я странный, воспринимаю сложные идеи через образы). Дно озера - реальность, смотрящий на воду - это мы, а мутная вода это наш захламлённый тональ. Соответственно, чтобы увидеть дно (реальность) как можно точнее, нам нужно как-то очистить воду (упорядочить тональ). Из книг КК мы знаем, что тональ упорядочивается с помощью пересмотра, это понятно. Но что значит "захламлённый тональ"? Лично для меня, это просто словосочетание. Так что предлагаю для начала разобраться с этим. Ну или пусть кто-то объяснит нам его значение.

В какой момент тональ начинает захламляться и человек перестаёт воспринимать реальность и самого себя такими, какие они есть и начинает неадекватно реагировать на раздражители? Как обнаружить, что твой тональ захламлён и ты перестал адекватно реагировать и стал, по сути, неадекватом?

P.S. Лусу, надеюсь мои вопросы не выходят за рамки темы, которую ты озвучила. Если что, скажи и я тут же всё исправлю (удалю, отредактирую).

Re: Адекватность.

DimasFrol

Добавлено: 19 фев 2019, 21:22

Разрешите обсуждать тоже)

Магия это и есть мир и вся его суть. Реальность это согласие ума с самим собой на счёт происходящего.

А на счёт озера, дно я бы назвал энергосутью вселенной и т.д. Вода это тональ, а поверхность озера наша картина мира, восприятие.

П.С. Восприятие это мы, изначально смотрящие лишь на поверхность воды.

Адекватность это путь воина (экономия и правильное распределение имеющихся ресурсов)

Re: Адекватность.

логопед

Добавлено: 20 фев 2019, 02:10

Искусство сновидения писал(а):

Существует два способа объяснения магами того, что есть магия. Первый - с помощью метафоричных описаний мира магических измерений. Второй - с помощью абстрактной терминологии, свойственной магии. Я всегда предпочитал второй

способ, хотя рациональный ум человека Запада никогда не сможет удовлетвориться никаким из этих двух способов.

Искусство сновидения писал(а):

Случилось так, что ты снова запутался в своем обычном неправильном понимании терминов. Ты стремишься найти нужное место так, будто ищешь потерянные ключи от машины. Затем ты хочешь привязать к нему свою точку сборки так, как завязывают шнурки. Идеальное место для точки сборки, а также ее фиксация - это метафоры. Они не имеют никакого отношения к словам, используемым для их описания.

Карлос Кастанеда, интервью писал(а):

Мои работы - это феноменологический отчет о мире познания, в который ввел меня дон Хуан Матус. С точки зрения феноменологии как философского метода невозможно давать определения, относящиеся к изучаемому объекту чувственного восприятия. Мир дон Хуана Матуса настолько обширен, настолько таинствен и противоречив, что он не годится для упражнений в линейном толковании: самое большее, что можно сделать, - это просто описать его, и уже одно это требует величайших усилий.

Re: Адекватность.

SunnySon

Добавлено: 20 фев 2019, 08:58

Lucy писал(а): ↑

19 фев 2019, 19:50

И следствием магии является результативность.

Lucy, здесь что имеется в виду?

Re: Адекватность.

RZt

Добавлено: 20 фев 2019, 10:30

На мой взгляд магия это понятие общества людей глубоко и прочно погрязших в тоне. Для них проявления гармоничного, адекватного существования светящегося существа в энергиях вселенной и выглядит как магия.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 20 фев 2019, 16:30

Под результативностью имеется в виду получение в результате своих действий реального, ранее запланированного результата. И в магии, и не в магии.

Просто результат получается как следствие адекватной постановки цели и адекватных действий, при наличии необходимых условий.

Т.е., человек хочет счастья, а счастье - это когда тебе хорошо. И вот счастье бывает детское: родители любят, кормят, игрушками задают, мультики смотреть разрешают. Если взрослый человек вот с таким детским представлением о счастье получит желаемое, найдет себе супруга, который будет для него родителем, то и тут человеку надо быть готовым к послушанию. И при отказе от послушания он будет наказан, т.е. ни мультиков, ни игрушек, а угол и ата-та. И вместо счастья получается страх наказания.

Или другой вариант счастья - все достали, пусть они все исчезнут и будет хорошо. И вот все исчезли. Водопровод перестал работать на третий день, электричество на пятый, магазины в тот же час. Не, в магазине можно какое-то время брать нужное, пока оно не кончится. А новое

никто не привезет. И вместо счастья человек получил страдание.

Отсутствие адекватности приводит не туда. А вот адекватность как раз и приводит к счастью, причем не после смерти в раю как обещают кто-то там, а сейчас, потому что человек правильно воспринимает и верно действует. И из всех имеющихся вариантов выбирает лучшее для себя. При этом в понятие "для себя" у человека естественным образом входит и семья, и то, что обеспечивает работу магазинов, транспорта и прочего всего нужного. И счастье оказывается постоянной работой по выработке правильных компромиссов. И удовлетворенность результатом своей работы. Здесь и сейчас.

Для того, чтобы увидеть, почему все так одинаково и в магии, не в магии, нам как раз нужны цитаты, которые привел Логопед.

Самая первая наша магия - тональ. Тональ - это мы, восприятие, формализованное описанием. Тональ - все, для чего есть слова. Т.е. мы постоянно говорим, окружаем себя описанием, чтобы быть собой. Без слов, без описания мы возвращаемся в нагуаль. Вот поэтому то, что работает в тонале, работает и в нагуале, когда мы исследуем его своим обычным методом - методом описания. Поэтому, для того, чтобы адекватно действовать в нагуале, нам нужно научиться адекватности тут, на созданном для себя острове безопасности, в тонале. Вот поэтому все, что мы говорим о магии - это метафора.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 20 фев 2019, 16:46

Spike писал(а): ↑
19 фев 2019, 21:15

Тональ можно представить как наше тело. Тогда захламленный тональ - тело, которое не может обеспечить нам должного уровня жизни, свободы, счастья. Это как тяжелая ноша, которую надо нести и все силы уходят на это действие. Нет никакой возможности заниматься чем-то еще: надо тащить свою ношу.

Re: Адекватность.

DimasFrol

Добавлено: 20 фев 2019, 19:37

Цитаты КК:

- Тональ создает мир только образно говоря. Он не может ничего создать или изменить, и, тем не менее, он творит мир, потому что его функция - судить, оценивать и свидетельствовать. Я говорю, что тональ творит мир, потому что он свидетельствует и оценивает его согласно своим правилам, правилам тоналя. Очень странным образом тональ является творцом, который не творит ни единой вещи. Другими словами, тональ создает законы, по которым он воспринимает мир, значит, в каком-то смысле он творит мир.

У каждого из нас есть личные тоналы и есть коллективный тональ для нас всех в любое данное время, и его мы можем назвать тоналем времени.

- Я собираюсь рассказать тебе о тонале и нагвале, - сказал он наконец и пронзительно посмотрел на меня.

- Это мой тональ, - сказал дон Хуан, потеряв руками грудь.

- Твой костюм?

- Нет, моя личность.

Он похлопал себя по груди, по ногам и по ребрам.

- Мой тональ - все это.

Он объяснил, что каждое человеческое существо имеет две стороны, две отдельных сущности, две противоположности, начинающие функционировать в момент рождения. Одна называется "тональ", другая - "нагваль".

И ещё, но не КК, а кто то:

Тональ содержит в себе карту мира, т. е. перечень всего известного, вещей, понятий и т.д., которые имеют свое словесное обозначение. С детства эта карта растёт, обретая новые понятия и навыки, но со временем, когда ум человека закрепощается в догматизме, она становится неспособной более расти и гармонично охватывать новые явления мира. Однако как бы широко ум ни был способен охватить порядок мира, как бы много ни принимал точек зрения, он не способен постичь нагваль, лежащий за пределами тоналя. Гибкий тональ способен выстоять под ударами нового и неизвестного. Состояние тоналя человека зависит от привычек, из которых складываются его характер, образ жизни. Дурные привычки, ослабляющие человека, ослабляют тональ. Здоровый образ жизни и безупречность укрепляют тональ, делая его способным встретить нагваль.

Re: Адекватность.

Чинок

Добавлено: **21 фев 2019, 11:21**

Если уж искать определение адекватности, то вот оно:

Лусу писал(а): ↑

20 фев 2019, 16:30

И из всех имеющихся вариантов выбирает лучшее для себя. Здесь и сейчас.

Лучше и не скажешь. Спасибо, Люси.

Re: Адекватность.

Чинок

Добавлено: **23 фев 2019, 00:25**

Обычный предпраздничный день в офисе - фальшивые улыбки, лицемерные поздравления, вы такие лапочки, мы всех вас так любим...

Поднимаясь по лестнице, я привычно уже *скользил* между людьми, и заранее ненавидел всё происходящее. Обычно с таких сборищ я возвращался выжатым как лимон и... оплеванным, что ли, этими потоками фальши. Ну, ок, нельзя избежать, давай хоть попрактикую. Самое время для "лица". Я расслабил его до нейтрально-безобидного выражения и сразу же почувствовал себя лучше. Удивительно, я быстро понял, зачем нужен "слалом", но вот то, что "лицо" нужно как раз для таких вот случаев - до меня не доходило. Очень быстро я вернулся в нормальное состояние и как-то очень просто осознал, что происходящее перестало меня напрягать. Просто я "здесь и сейчас", и все нормально! "Здесь и сейчас"... что-то знакомое... но ведь это же определение адекватности! Ха! Так вот она какая. Я вошел в зал, не заморачиваясь больше ничем. Да, конечно, с каждым из этих людей у меня целый клубок личной истории, не всегда приятной... да, что там, чаще всего как раз-то неприятной, но сейчас это неважно. И именно это несоответствие между "тем, что было" и тем, что они делают сейчас и воспринималось мной так остро. Но, может быть, можно просто откинуть это? Я "здесь и сейчас" и действую так, как "мне выгодно". Вот и все, чего париться-то?

Уже потом, возвращаясь назад, я понял, что не ощущаю обычной в таких случаях выжатости.

Так это и есть "адекватность"? О, так я хочу быть адекватным. И не только по праздникам, но и все время. Ведь это реально круто!

Re: Адекватность.

gnark

Добавлено: 24 фев 2019, 05:40

В чем заключается разница между понятиями: адекватность и ясность? - В данной теме.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 24 фев 2019, 20:35

gnark писал(а): ↑
24 фев 2019, 05:40

Хорошее уточнение.

Ясность в этом контексте будет проявлена как "верно интерпретировать", и ее роль: адекватность - это правильно воспринимать, верно интерпретировать и точно реагировать. Т.е. ясность проявляется как часть адекватности.

Re: Адекватность.

DisPetcher

Добавлено: 25 фев 2019, 00:18

ясность - восприятие

адекватность - оптимальная реакция на это восприятие

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 25 фев 2019, 19:28

Всё верно.

мы имеем реальность, которая существует (мы - ее часть, но для простоты не будем об этом сейчас и как-бы со стороны рассмотрим ситуацию) вне слов. И мы описываем эту реальность словами - это наш способ взаимодействия, познания реальности, той ее части, которая нам доступна.

А мы разные. Мы можем описывать один и тот же объект реальности на разных языках. И это будет одна и та же реальность, но особенности языка и особенности перевода создадут такую штуку, при которой описания не соответствуют одно другому в точности. Есть нюансы, которые по разному интерпретируются и описываются. Возникает иллюзия различия, но это просто разные способы описания: на разных языках.

На одном языке разные люди тоже по разному описывают одну и ту же реальность.

Т.е. у нас еще есть и функционально разные типы описания: научный, обывательский, художественный, эзотерический, религиозные (разные вероучения и учения используют разные способы описания реальности).

Термины точны и конкретны. Научный способ описания. Но, для того, чтобы пользоваться этим способом надо точно знать очень многое и специализация уже породила внутри научного разные способы: математический, физический, психологический..... Этот способ позволяет исследовать и создавать технологии, но не подходит для обычной жизни, для бытового мироописания.

И эти все способы описывают одно и то же. У них один предмет исследования, описания. Отличаются только способы. И здесь случается такая же история, как с особенностями перевода - описания не соответствуют одно другому в точности, но это не описания разных

вещей, это разные способы описания одного и того же.

То, о чем мы с вами тут говорим, можно сказать используя научный, эзотерический, психологический, обывательский... способы описания. Мы просто выбрали этот, как наиболее удобный для нас.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 28 фев 2019, 01:09

поправляя бант, изображая Мэри Поппинс, серьезно так
Все дороги ведут в нагуаль.

Про адекватность, конечно. Потому что это важно. Отсутствие адекватности делает человека кандидатом на премию Дарвина, нам этого не надо, магии в этом нет.

Контроль в первом внимании развивает контроль в сновидении, адекватность в первом внимании развивает адекватность в сновидении. То, что вверху, подобно тому, что внизу. Вот поэтому, для того, чтобы взаимодействовать с реальностью во внимании сновидения, нам надо развивать адекватность в первом внимании.

Первую составляющую адекватности, ясность, верно воспринимать, проще рассматривать от противоположного.

Мне нравятся в качестве примера ПДД. Вот пешеходы подходят к перекрестку, ждут свой зеленый и стоят почти на проезжей части, вот просто впритык. Торопятся люди, лужи, грязь. И машинки, проезжая по зебре на свой зеленый, почти всю грязь из лужи на этих пешеходов. Люди начинают пятиться назад, а за ними стоят другие, которые тоже спешат. И все недовольны, ругают дороги, водителей, правительство и страну.

Верно воспринимать включает в себя и понимание следствий из имеющихся событий. Именно для этого ДХ использовал охоту, КК приходилось наблюдать за дичью, выявлять закономерности в ее поведении и использовать эти закономерности.

Это происходит на автомате, мы знаем закономерности городской жизни, нужно просто осознать их место и значение.

Re: Адекватность.

Rzt

Добавлено: 28 фев 2019, 12:32

Будучи ослеплённым ЧСВ можно быть в состоянии типа - "Я абсолютно адекватен, я-то знаю что машины обрызгают грязью, я не стою у края дороги поэтому всегда чистый. А то что сварливая бабулька меня обругала в магазине, это фигня, сама дура неадекватная. А я ухх, безупречность."

По идее мы должны интуитивно чувствовать как поступать адекватно, или хотя бы должен быть определённый набор явных мерил, неких маяков адекватности по которым ориентироваться и корректировать свои действия.

Re: Адекватность.

Spike

Добавлено: 28 фев 2019, 13:25

Одним из путей к адекватности, на мой взгляд, является честность с самим собой. Ты ошибся? Не ищи оправданий, признай это и сделай всё возможное, чтобы эта ошибка не повторилась. И наоборот, если не признаться самому себе в своей неправоте, то можно очень быстро стать неадекватным, а-ля "все мне должны" и "я всегда прав".

Re: Адекватность.

RZt

Добавлено: 28 фев 2019, 15:41

Может быть есть набор особых категорий по которым стоит корректировать свою адекватность? Такие категории которые будут полезны для адекватности в нагвале.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 28 фев 2019, 16:31

Кстати, да, честность.

И где-то здесь возникает то, что ДХ называл текучестью. Т.е. не только верно воспринимать происходящее вокруг, в процессе, видя следствия из того, что уже происходит, но и соответствовать этому процессу. Вписываться в него, скользить, соответствовать. Не тратя своей энергии, а на волне, на энергии процесса.

КК для этого практиковал разные профессии, разные социальные роли и ситуации. Нам не надо создавать такие ситуации, они у нас уже есть, их надо осознать. Это пешеход, водитель, покупатель, сотрудник..... Каждый раз меняется все. Просто мы привыкли к этому.

Категории мы здесь и разбираем. Их можно классифицировать, но в нагуале они не работают. Их можно вспомнить, знать, но применять не выйдет. Вся их нужность в том, что, работая в тоне, они и создают ту фигню, которую мы называем намерением.

Re: Адекватность.

DisPetcher

Добавлено: 28 фев 2019, 17:20

про "честность" - это безоценочное восприятие. в моем практикуме это к четвертому этапу уже должно пониматься и отслеживаться.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 03 мар 2019, 00:33

Думаю, что понимается и отслеживается. Мы же здесь обсуждаем, а для этого нужен опыт и наблюдения, не только книги.

Фраза "возлюби ближнего как себя самого" в свете наших рассуждений приобретает свое настоящее значение. не про любовь, а про не цепляться. Просто слова правильного не нашлось, взяли самое близкое, а в нем основное значение перетянуло смысл на себя и получилась глупость. Да, именно глупость про любовь ко всем ближним. Любить надо любимых, а к ближним не цепляться, воспринимать безоценочно.

Но при сравнении двух этих фраз возникает то, что упущено в нашей: как себя самого. Безоценочно. Не цепляясь.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 04 мар 2019, 14:56

Есть еще такая штука - Майя, которая иллюзия, но не обман, не фантазия и не иллюзия. И все есть Майя.

То есть тональ. Но так запутанно про эту Майю пишут, что сразу и не поймешь, про что речь.

А еще для адекватности важно осознание себя, объективное. Т.е. в сне нам достаточно вспомнить, кто мы. А в бодрствовании об этом надо знать. И работать с этим знанием.

Re: Адекватность.

Чинок

Добавлено: 04 мар 2019, 16:02

Ну, с воспоминанием себя во сне - понятно, есть такое задание, стремимся выполнить (хотя количество выполнивших, конечно, впечатляет). А вот про бодрствование - неясно. Что значит "надо знать"? А разве не знаем? А разве это не ключевое отличие бодрствования от сновидения? Мне почему-то казалось, что в бодрствовании "знать кто ты" подразумевается по умолчанию. Я сейчас не об осознанности вообще, а вот об этом знании. И все вокруг это знание постоянно подтверждает, для чего есть куча приклеенных к тебе идентификаторов, начиная от знакомых людей и обращения по имени, и заканчивая паспортом, смартфоном и кредитными картами. Как можно с этим работать, ведь это же основа основ тоналя?

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 04 мар 2019, 16:29

Да, реально осознаться в сне - очень трудное задание. Я думала, что после энергетической подпитки от слалома и..., будет получаться, но, похоже, что причина в том, что мы не знаем кто мы, поэтому осознаться реально, а на формальном уровне это выглядит как назвать себя и помнить только что прожитый день, как минимум, не получается.

Где среди этой кучи приклеенных идентификаторов ты? Ценник на телевизор не является телевизором. Инструкция, описание - тоже не телевизор. Другие люди по разному воспринимают нас, каждый составил себе наше описание и взаимодействует с этим описанием. Т.е. не с тобой, а со своим представлением о тебе. Оно совпадает с тобой в каких-то частях. Часто нам кажется, что нормально совпадает, а на деле мы просто привыкли к тому, как нас воспринимают люди и подыгрываем неосознанно. Нам же не самоутвердиться надо, а результат взаимодействия получить. Даже когда это восприятие нас очень сильно не совпадает с нами, мы не протестуем, потому что это одна из наших социальных ролей, или что-то еще, грань нашего образа так запечатлелась в сознании другого человека и стала выполнять роль целого образа. Нам нет смысла протестовать против такого восприятия нас. Более того, одно из направлений сталкинга - создать такой образ себя в других людях, который будет удобен для нас и энергоэффективен.

Но для этого надо знать кто ты.

А как это знать, если наш собственный тональ оберегает нас от этого знания? Набор наших социальных ролей, умений, функций, приобретений, опыта и все-все-все-, что мы считаем собой - это формы проявления нашей личности.

А личность, какая она у каждого из нас? Ее надо найти для себя.

Опять на пример большой город будет. Иногда на пешеходном переходе, когда с той стороны много людей, а с твоей только ты, люди идут фронтом, единым, или разрозненным, но фронтом. Каждому в толпе нужно, чтобы ты был не у него на пути. Вот личность собирается в такие моменты. И нужно не позволить толпе влиять на себя ни в случае столкновения, ни в случае, если ты оказываешься в толпе, не становиться частью, оставаться собой. Безоценочно, не цепляясь. Фокус внимания на себе, на том, чтобы оставаться собой. С таких моментов начинается изучение себя и дисциплина, потому что дисциплина - это умение оставаться собой в любых обстоятельствах.

Re: Адекватность.

RZt

Добавлено: 04 мар 2019, 22:41

Натолкнуло на мысль об экстремальных видах спорта, в которых некоторые ищут свои пределы, затем об альпинистах, затем о путешественниках одиночках. Потом подумал об отшельниках уходящих в дикие места. В итоге пришёл к мысли что всё это смахивает, хоть это конечно не совсем так, но похоже на попытку коллективного бессознательного, или как оно там называется, в общем на попытку людей изобрести некий трюк для нахождения того себя о котором здесь идёт речь. Если конечно я правильно улавливаю нить...

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 05 мар 2019, 00:14

Тут, скорее, воспоминание о детстве: это я могу поднять, а это нет. Это я могу перепрыгнуть, а это нет. Это можно, а спички нельзя. Это самый первый шаг самопознания, но на новом осознанном уровне.

Следующим шагом будут предпочтения: это мне нравится, а это нет.

В детстве это все шло на уровне познания, а сейчас, уже имея опыт, мы осознаем то, что смогли проявить в себе. И из этого формируется рисунок личности. Не надо формализовать его словами. Достаточно молча начать осознавать себя. Безоценочно. Достоинства и недостатки, как это фиксирует наш тональ. Не надо дотошно, надо аккуратно и, для начала, в общих чертах. Сравнивая реальное с проявленным. Не цепляясь. Безоценочно.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 13 мар 2019, 14:58

Абсолют, атман, бог, космос... - эти все слова обозначали то, что мы понимаем под словом нагуаль. Не человек, а часть истинной пары. Только в процессе осознания эти слова подвергались попыткам описать явление и, как все, что является частью описания, стали явлениями тоналя, перестав обозначать то самое, нагуаль. Вот поэтому у нас действует запрет на попытки описания. Потому что описав явление, мы выдергиваем его из нагуаля и порождаем новую сущность тоналя.

Посмотрев на старые описания нагуаля мы можем понять что и как люди воспринимали в нагуале, увидеть, каким было их мировоззрение. Ожидания. Бог есть любовь. Любовь - это то, что можно сказать о нагуале, принимая во внимание его суровость и безжалостность. А в нашем бытовом понимании любовь даже близко не рядом.

Re: Адекватность.

shuricsson

Добавлено: 16 мар 2019, 13:24

Бог есть Игра. А Игра есть гарантия того, что ты единственный контролируешь процесс. Поэтому важны правила Игры. Как некие коды, ограничивающие чье-либо вмешательство в Правила Игры. Существование Кодов = существование редкостей сновидений. Поэтому адекватный сновидящий гоняется за редкостями сновидений, ибо, в конечном итоге, надеется на завоевание права вмешательства в Игру. Иначе говорить про свободу выбора вообще не приходится. Мы выступаем в роли тестеров Игры, как внутренне непротиворечивого последовательного действия. "Ловим" парадоксы сознания, как свидетельства отсутствия логической последовательности. Любовь же это только процесс приятия правил Игры, о которых мы и понятия не имеем.

Re: Адекватность.

RZt

Добавлено: 16 мар 2019, 14:03

В теме о Боге, самой впечатляющей мне всегда казалась идея, что у Духа по поводу каждого! из нас есть замысел. И если верить Иисусу то этот замысел с самыми наилучшими пожеланиями.

И вот, читая Люси, вдруг подумал что реализация этого замысла целиком и полностью как раз и зависит от нашей адекватности.

Re: Адекватность.

shuricsson

Добавлено: 16 мар 2019, 17:34

Это - личное ЧСВ. А адекватность не есть ЧСВ. Предположим существует некая система, регуляция которой заключается в том, что многочисленные болты закручиваются или выкручиваются. В целом, Системе по барабану, выкрутились вы сегодня или закрутились. Смысл существования Системы в ее непоколебимости. Например, я уже лет 30 ношу

исключительно все синее: трусы, носки, джинсы, куртки, шапки, перчатки, все. По причине редкости данного цвета в сновидениях. Фича заключается в том, что я, периодически, до сих пор сновидю себя в черных валенках, цигейковой шубе, черных трусах-носах и прочем. Что, по идее, очень странно, если считать наш мозг каким-то обособленным, самостоятельным объектом. Иисус, конечно, мог пожелать. Только вот чего, для чего и когда? Ну, как бы не секрет, чтобы ввести в ступор объекты сновидения, надо энергетически мерцать или переливаться. Вопрос заключается в том, а дальше то чего? Переливаешься ты год, два, три, десяток лет и чего дальше-то? Чего ты этим добился? Хакеры сновидят 0-уязвимости системы для достижения личного бессмертия. Поэтому их и называют ХС. Вопрос заключается в том, а вы то чего хотите, в заключительной фазе своего бытия? Примазаться к тренду, срубить бабок для осуществления свободы личного маневра? Так династии Ротшильдов с Рокфеллерами уже лет 300 шустрят, а бессмертных среди них как нет, так и не будет. Ваша-то конечная цель в этой жизни какая?

Re: Адекватность.

Rzt

Добавлено: 16 мар 2019, 19:40

"Я уже отдан силе, что правит моей судьбой.
Я не за что не цепляюсь, поэтому мне нечего защищать.
Я ничего не боюсь, поэтому я буду помнить себя.
У меня нет мыслей, поэтому я буду видеть.
Отрешённый и с лёгким сердцем я проскочу мимо Орла чтобы стать свободным."

Вообще я имел ввиду не пожелания Иисуса, а замысел Духа о нас с Его же наилучшими к нам приветамии)))
Только быть надо адекватными, о чём нам Люси и толкует.

Что лично я хочу? Так это.. наверное как и все, спастись конечно! 🙏

Re: Адекватность.

tachini

Добавлено: 16 мар 2019, 20:18

..а есть ли вообще какой-то эталон Адекватности, помимо "ни убий, ни укради и т.п."? ..ведь каждый создаёт свой собственный мир, и является, как бы, Богом (хотя бы частично 🙏) своей планеты/тела/мира, зачастую не осознавая сего... кто-то "божий одуван", помогает всем налево-направо и считает себя полностью адекватным, сеющим доброе-светлое, а кто-то ворует, убивает и считает себя таким же адекватным, эдаким тёмным Робин Гудом, живёт свою жизнь и добивается поставленных целей, какими бы они ни были, путём своего внутреннего намерения/уверенности в самом себе, до поры до времени... 🙏

Re: Адекватность.

Rzt

Добавлено: 16 мар 2019, 20:41

Так вот о той адекватности, которая в согласии с Духом мы тут и беседуем.

Re: Адекватность.

DimasFrol

Добавлено: 16 мар 2019, 21:33

Tachini, конечно же есть эталон адекватности!!! Правда, он абстрактный, для большинства неуловимый.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 17 мар 2019, 13:28

Третий глаз.

А ведь это символ видения. Вот как можно показать на картинке, что человек не просто смотрит, а видит, в том смысле, который мы имеем в виду по книгам КК. Конечно, нарисовав ему еще один, волшебный глаз. А где его можно нарисовать?

и вся фигня.

А что такое с техниками по открытию третьего глаза? А в большинстве своем это игрушки тоналя, по принципу: чем бы дитя не тешилось, лишь бы взрослым не мешало.

И, в то же время, нимб, свечение вокруг человека - оно существует, его можно видеть обычным зрением, глазами.

И эти штуки надо как-то различать.

Re: Адекватность.

Rzt

Добавлено: **17 мар 2019, 17:34**

Третий глаз по методе... Действо тоналя для тоналя, и не только своего, и не столько для видения сколько для ЧСВ, особенно если метод делания глаза во лбу от сертифицированного гуру в престижном фитнес-центре.

Мимолётное же прикосновение Духа в момент интересной беседы, на мгновение вызвавшее ОВД и видение лёгкого свечения собеседника, заставляет ощутить что-то выходящее за пределы и задуматься.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: **20 мар 2019, 00:54**

Первое внимание отличается от второго в том числе и тем, что в первом, то, что мы не можем сами, можно купить, получить в дар, отнять силой. А во втором только то, что можешь сам. И никаких вариантов.

и об этом говорят:

невозможно въехать в рай на чужом гробу.

Легче верблюду пройти сквозь игольное ушко, чем богачу войти в царствие небесное.

т.е. это не про деньги и не про рай, а про способ получения результата.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: **05 апр 2019, 12:51**

Адекватность приводит к ответственности или наоборот, но это две очень близкие истории. вот нашла в интернете, давайте с этого и начнем.

<http://psych.info/psihologiya-lichnosti/ ... nnost.html>

Проблема ответственности

Ответственность является важным звеном в формировании и развитии всякой личности. Под ответственностью понимают сознательное выполнение требований, которые предъявляются к человеку. Осуществление конкретных задач происходит путем волевого усилия, намеренного сосредоточения на результате той или иной деятельности. Ответственный человек всегда переживает за последствия принимаемых решений и руководствуется в своей деятельности рациональным подходом. Как бы ни складывались внешние условия, человек, принимающий на себя полную ответственность за происходящее, всегда будет действовать во благо ситуации и окружающих

людей, не забывая при этом самого себя.

Понятие ответственности

Понятие ответственности каждому из нас знакомо с детских лет. Родители всегда стремятся к тому, чтобы научить своего ребенка правильному поведению в обществе, поэтому стараются с самого раннего возраста привить ему правила достойного поведения. Мы живем в социуме, и хотим того или нет, вынуждены ежедневно с ним контактировать. Другие люди не всегда бывают вежливыми, не всегда понимают нас. Ответственность, которая возлагается при этом на каждого из участников взаимодействия, по - своему индивидуальна и конкретна. Скажем, если ученик в школе не подготовил домашнее задание, он должен понимать, что последствием его поступка может стать плохая оценка. Если взрослый человек совершает необдуманный поступок, противоречащий общественной морали и собственным нравственным ценностям, то будет отвечать и перед людьми, и перед собственной совестью. Понятие ответственности включает в себя следующие компоненты.

Личная ответственность

Подразумевает под собой следование индивидуальным установкам, реализацию планов и стремлений. В данном случае личность сама определяет, за что она будет отвечать, в чем именно заключается ее задача. Личная ответственность может выражаться так же в том, что человек берет на себя определенную роль в социуме и ставит перед собой цель, которую собирается достичь в установленные сроки. В таком случае он несет личную ответственность за выполнение действий по улучшению или развитию конкретной ситуации. Человек дает слово и остается верным ему. В противном случае он может лишиться положительной репутации.

Коллективная ответственность

Подразумевает, что отдельный индивид заранее включен в общественную систему. Он является звеном в огромной цепочке, которая создает движение к выбранной цели. Коллективная ответственность накладывает равные права и обязанности на каждого члена общества. Конкретная личность становится действующим механизмом в такой системе, хотя и может руководить ею в отдельно взятых случаях. Здесь возможно «стирание» границ между индивидуальностью ее участников, поскольку на первый план выходит эффективность приложенных усилий для общественно - полезного дела.

Как формируется ответственность

Каждый человек достаточно рано попадает в коллектив. Нас с детства приучают к тому, что мы не можем жить вне социума. Иногда становится особенно опасно иметь собственное мнение, если оно идет в разрез с принципами общественной морали и установками, каким должен быть человек. Личность, попадая в социум, с самого начала учится жить по его правилам, постепенно узнавая, что хорошо, а что плохо. Соответственно

меняется и поведение индивида: он уже не может вести себя столь свободно, как это было раньше, а вынужден подстраиваться под требования коллектива, принимать на себя соответствующую роль. Ответственность в данном случае заключается в том, чтобы адекватно вписаться в общество и не потерять свою индивидуальность.

Проблема ответственности занимает чрезвычайно важную позицию в психологии личности. По значимости она затрагивает глубинные аспекты формирования и развития индивида. Данная проблема включает в себя несколько структурных компонентов.

Почему не все принимают ответственность

Если под ответственностью рассматривать осознанное стремление выполнить свои обязательства перед обществом и самим собой, то получается, что вначале индивиду необходимо воспитать в себе крепкую волю. Только тот человек может не отступить от ответственности, который знает и понимает ее истинную цену. Гораздо проще попытаться избежать наложения всяческих обязательств, чем нести бремя ответственности. Это качество характера приносит индивиду дополнительные беспокойства и обязательства. Однако в то же время ответственность помогает сделаться дисциплинированным человеком, воспитать твердость и правильные качества характера.

Если ребенку еще в какой-то мере простительно не выполнить данное обещание, то с взрослого человека спросится гораздо строже за его проступок, и последствия такой ошибки могут быть более серьезными. Личность, которая не желает принимать на себя ответственность, не может считаться в обществе вполне зрелой и самостоятельной. Такие люди чаще других подвергаются осуждению со стороны, неприятию поступков и действий. В социуме существует негласное правило, что тот, кто ошибается, непременно должен прийти к осознанию своей неправоты.

В чем заключается истинная ответственность личности?

Нередко с ответственностью люди путают слепое следование чужой воле, полное подчинение коллективу и утрату своего мнения. Это абсолютное заблуждение. Ответственный человек никогда не совершит поступок, противоречащий общественным нормам, но он и сам не останется в ущербе. Ответственность предполагает принятие на себя определенных обязательств с последующим сохранением себя, своей сущности в этих обстоятельствах. Существуют такие понятия как свобода выбора, ответственность перед самим собой и другими людьми. Первое включает в себя возможность действовать согласно своим внутренним установкам и убеждениям. Второе понятие базируется на том, чтобы уметь принимать такие решения, которые бы помогали развиваться и совершенствоваться собственной личности. Наконец, третье понятие связано с возможностью принимать решения относительно взаимодействия с окружающими, корректировать свои действия. Истинная

ответственность всегда предполагает наличие здравого разума и умение быстро находить выход из сложных ситуаций.

Как ответственность связана со свободой?

Многие философы со времен глубокой древности задавались этим непростым вопросом. Они размышляли над тем, что такое свобода, может ли человек быть свободным до конца или это только глубочайшее заблуждение, видимость?

Ответственность помогает развиться дисциплинированности. Тот, кто нацелен на достижение какого - либо результата, как правило, не отступает перед трудностями, не ищет легких путей. Свобода в данном случае выступает своеобразным мотивирующим звеном, установкой, которая помогает действовать согласно заданному направлению. Человек совершает необходимые шаги по своей воле, и осознает всю важность и значимость этого решения. Даже если в данный момент ему совсем не хочется что - то делать, он возьмет волю в кулак и сосредоточится на выполняемой задаче. Нередки случаи, когда люди с высокой температурой или плохим самочувствием появлялись на работе, потому что у них не было возможности взять больничный. Они осознавали большую степень ответственности перед обществом и стремились быть полезными. Если личность принимает решение развивать свои лучшие качества характера, таланты и способности - это тоже можно назвать свободой и ответственностью. Любая ответственность предполагает наличие осознанного стремления к какой - либо деятельности, формирование мотивации и установки на ее выполнение.

Как развить в себе ответственность

Нет необходимости доказывать, почему столь важна в жизни ответственность. Без ответственности нельзя обойтись никакому специалисту, если он считает свою деятельность хоть сколько - нибудь серьезной и собирается заниматься ею длительное время. Какие же шаги необходимо предпринять, чтобы воспитать в себе огромную силу воли, натренировать желание быть полезным самому себе и обществу в целом? Приведенные ниже рекомендации позволят сформировать ответственность за определенный временной промежуток.

Осознание твердой необходимости

Ничто не стимулирует больше, чем понимание того, что за вас ответственность никто другой не примет. Вы отвечаете за свою жизнь сами и можете, как растратить ее напрасно, так и сделать максимально полезной во всех отношениях. Дела сами не выполняются, если не прикладывать к этому никаких усилий. Когда приходит четкое понимание, что мы сами ответственны за свои поступки и отчасти за происходящие события, не хочется искать виноватого. Зрелый человек не станет уходить от ответственности. Обычно тот, кто осознал необходимость в чем - либо, уже готов идти до конца к победным свершениям. На данном этапе и происходит формирование индивидуальности, развитие личности и самосовершенствование.

Планирование деятельности

Чем бы вы ни занимались, любая деятельность требует к себе ответственного и дисциплинированного подхода. Нельзя работать спустя рукава, только чтобы отделаться от неприятной обязанности. Всякую деятельность необходимо тщательно планировать. Если объем работы слишком большой, то необходимо разбить ее на более мелкие составляющие. Делать объемный труд по частям гораздо легче, чем целиком. Но для этого нужно грамотно подойти к процессу планирования.

Старайтесь сразу четко обозначить временные рамки, в которых вы собираетесь работать. Если границы слишком короткие, то и трудиться ежедневно вам придется больше. Лучше, чтобы у вас в запасе находилось два - три дополнительно свободных дня. В случае возникновения непредвиденных обстоятельств (а они могут произойти в самый неожиданный момент) вы будете знать, что все успеете. А это немаловажно, поверьте, особенно когда дело касается срочной и серьезной работы.

Никогда не откладывайте все на последний день. Поверьте, через три дня или даже неделю у вас не появится настроение, чтобы завершить начатый проект. Плюс ко всему добавится нервное напряжение и вы будете переживать, что не успеете. Оставить самое трудное на последний день все равно, что поставить себя в неловкое положение, да еще и сделать это намерением. Такие переживания отнимают у человека много сил и энергии, после чего понадобится время для восстановления от психического напряжения. Делайте все заранее, и вам не придется лишний раз нервничать.

Прогнозирование результатов

Ответственность предполагает умение выстраивать в деятельности дальнейшую перспективу. Дисциплинированная личность, так или иначе, предвидит определенные результаты своего труда. Поэтому рассчитать объем деятельности на каждый день не очень сложно. Умение предвидеть конечную цель помогает предотвратить возможные ошибки, которые могут возникнуть, если человек понадеется на благоприятный случай. Прогнозирование результатов поможет собраться в тот момент, когда будет одолевать усталость, высвободит силы, находящиеся в резерве, чтобы пустить их в расход. Принимая ответственность за все, что происходит, личность учится анализировать свою работу и совершенствоваться.

Не отступайте от цели

Иногда бывает так, что какая - то задача вызывает многочисленные трудности. В этом случае необходимо как можно скорее изучить все существующие аспекты, чтобы предотвратить возможную ошибку. Если вы начали деятельность, с которой вас связывают определенные обязательства, никогда не отступайте. В самых трудных ситуациях обращайтесь за помощью, но не уходите от решения проблемы. От того, какой способ поведения вы выберете, зависит ваша дальнейшая деятельность. Чувство победы приносит с собой и уверенность в собственных возможностях.

Таким образом, ответственность тесно связана с самосознанием личности, умением преодолевать трудности, решительностью. Достигая определенных высот в том или ином деле, человек тренирует волю.

Re: Адекватность.

SunnySon

Добавлено: 05 апр 2019, 16:41

Вероятно, истории близки, так как обе касаются поведения. При этом в варианте личной ответственности поведение завязано на реализацию собственных планов (отвечаешь перед самим собой), в коллективной ответственности - на реализацию общей задачи.

Ответственность связана с принятием обязательств. А они зависят от требуемого результата.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 05 апр 2019, 16:55

С одной стороны да - берешь обязательства и выполняешь - ответственный человек. Или обязательный. Или тот, с кем можно иметь дело, доверять. И это внешняя сторона адекватности, ведь в обществе всеобщего взаимодействия это качество обязательно. С болтунами дел не ведут.

Но маги, но наши маги оставили нам дивное правило, вступительный взнос в мир магии на одном из этапов звучит как тотальное принятие: моя жизнь уже отдана Силе, которая правит моей судьбой. И при этом говорят об ответственности. Ну и в чем она тут? Ответственность связана с принятием последствий своих решений. принятие действием. Слова не считаются.

Мы это уже немного обсуждали, когда рассматривали стратегию поведения на примере фильма "Первый рыцарь" обучение фехтованию, первые минуты фильма, третье условие успеха: и тебе должно быть все равно умрешь ты или нет.

Re: Адекватность.

SunnySon

Добавлено: 05 апр 2019, 18:56

Да, как-то не стыкуется, если честно - жизнь отдана силе и ответственность за свои решения. Сила решает, ну, и вроде тогда я как бы и не при делах, ответственность на силе. Не?

Re: Адекватность.

Rzt

Добавлено: 05 апр 2019, 19:44

Мы целиком существуем в потоках непостижимых сил, первый же пример это наше путешествие в потоке силы через пузыри ДНК тоналя.

А так же озвученное тобой, Санни, видимое несоответствие прямоком отправило меня в размышления о единственной свободе осознанного и безупречного "завязывания шнурков" в каждый данный момент времени.

На мой взгляд в этой формуле говорится об осознании и принятии того факта что мы пылинки в бушующем море энергии. Ведь и своей жизнью маг управляет как, он свои намерения делает намерениями Орла, то есть управляет своей жизнью посредством управления теми мощными силами что несут его, что "правят его судьбой".

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 05 апр 2019, 21:00

SunnySon писал(а): ↑
05 апр 2019, 18:56
Не?

конечно не.

Помнишь Винни Пуха: и то и другое, и можно без хлеба.

Т.е. алгоритм выбора или-или надо применять там, где он работает. А в нашем случае прав Винни Пух и наш алгоритм - и то, и другое.

Ответственность и адекватность именно в понимании того, где какой алгоритм надо применять. Разговор Воланда с Берлиозом пример одного неправильного алгоритма - Аннушка уже разлила подсолнечное масло - все планы Берлиоза сметены Силой, и то, что он игнорировал наличие этой Силы, не защитило его.

Пассивный фатализм - о другом неправильном алгоритме - не надо думать, с нами тот, кто все за нас решит - очень плохая штука, которая приводит к большим проблемам, чем аннушкино масло.

Поэтому маг осознанно, безупречно, адекватно и ответственно идет к своей цели, но в любую минуту готов принять и масло, и свои ошибки, и изменение условий, планов, даже целей.

Соединение этих противоположностей в одну стратегию дает нам активный фатализм, умение видеть знаки и выбирать путь - т.е. дает нам свободу.

Re: Адекватность.

SunnySon

Добавлено: 05 апр 2019, 21:30

Lucy писал(а): ↑
05 апр 2019, 21:00
Поэтому маг осознанно, безупречно, адекватно и ответственно идет к своей цели, но в любую минуту готов принять и масло, и свои ошибки, и изменение условий, планов, даже целей.

Соединение этих противоположностей в одну стратегию дает нам активный фатализм, умение видеть знаки и выбирать путь - т.е. дает нам свободу.

О, это другое дело. И да, баланс тут иногда держать трудно. Особенно когда близок к цели и вдруг какой-нибудь чел встречается и всё летит к чертям. Или обстоятельства. Или тело подводит. Огромное желание додавить силой, сломать обстоятельства. Ведь так рядом.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 05 апр 2019, 22:27

Это желание и обнуляет результат, отбрасывает в начало.

Но наш тональ бережет нас и создает иллюзию, что все прекрасно, все получается. Пока в какой-то момент иллюзия не разобьется о реальность. И остается ощущение: ну как же так, все же получалось.

Re: Адекватность.

SunnySon

Добавлено: 05 апр 2019, 22:54

Тут такой тонкий момент. Так любую трудность можно начать считать указанием силы и менять цели, планы, отказываться от действия. Что, отказываться от борьбы? Вроде ведь и сильнее становятся преодолевая что-либо? Разве это не проявление ответственности? Не сдаваться? Не по причине ЧСВ, а потому что взял обязательство, потому что подписался под результат?

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 05 апр 2019, 23:37

Момент действительно тонкий.

Трудности не являются указанием Силы менять планы. Силе до планов как-то дела нет)) Планы и цели меняет воин, если видит результат и этот результат ведет не туда, т.е. признает свою ошибку. Или видит, что выбрал не тот способ достижения. Или решил сделать остановку и заняться чем-то еще. Трудности возникают если воин что-то не учел, или если учел, но действует в сложных обстоятельствах. В первом случае нужна корректировка, а во втором это прогнозируемые трудности, воин к ним готов.

А Силе пофиг. Не дает она никаких указаний. Это результат взаимодействия с Силой воин интерпретирует как знаки. Это как светофор)) нет никакой необходимости бросаться на дорогу с риском для всех, если через 30 секунд будет пешеходный зеленый. И что, это светофор дает пешеходу указания?))

Преодолевая что-то. Ну да, если ребенку для мотивации заниматься спортом нужна такая мантра, то она сработает. Он станет сильнее, преодолевая сложности тренировок.

А если человек создает себе и другим сложности, следуя каким-то личным установкам, преодолевает их теряя кучу времени, создавая проблемы окружающим - то только усталость и бесполезная трата сил получается в результате.

а если результат недостижим по каким-то причинам? Убиться, потому что подписался? или признать ошибку? Что тут будет ответственным поведением?

У этого момента только один критерий - адекватность.

Re: Адекватность.

SunnySon

Добавлено: 06 апр 2019, 08:23

Нужны конкретные ситуации. Так на словах то вроде всё ясно. Похоже, что ни про ответственность, ни про адекватность, ни про дисциплину нельзя говорить в отрыве от действий и задач. Первые могут появиться когда есть вторые, без них они бессмысленны.

Пример 1. Засиделся в гостях, ночь, тебе переться через весь город и при любом маршруте ты пересекаешь территории, где сбиваются в стаи некие люди, любящие поразвлечься с ночными прохожими. Остаться не можешь, транспорта нет, прогуляться компанией тоже не складывается, и в итоге идти надо и в одиночку. Шансы, как говорится, 50 на 50 - либо дойдёшь нормально, либо с приключениями в том числе и вообще остаться в сырой земле. Надо принимать решение. Можно просидеть конечно в подъезде всю ночь, ожидая 8 утра. Но как-то ощущается это неправильным, трусостью отдаёт и обоссанными стенами. Какими будут здесь ответственность и адекватность?

Пример 2. На работе руководство решает поставить тебя на новое место. Где ответственность и адекватность? В том, что ты не хочешь этим заниматься, или в том, что для коллектива это лучший выбор?

Пример 3. Начинается практ. Ты понятия не имеешь куда он ведёт и ведущий тоже не говорит, либо ты не понимаешь о чём речь, так как опыта не имеешь. В общем результат тебе абсолютно неизвестен, не ясен, даже направление не угадывается. Что получится? Надо ли? Непроглядный туман. Что здесь есть ответственность и адекватность? Просто коллектив? Группа? Обязательства не провоцировать конфликты и старания выложиться по максимуму?

Пример 4. ДХ постоянно напоминал КК, чтобы тот принял ответственность. О чём речь? КК вроде действовал, сложа руки не сидел, а ДХ всё равно прессовал на этот счёт. Предположу, что это ещё один из путей повышения осознанности. Чтобы каждый выбор, каждую цель ставить с осознанием зачем ты это делаешь, что должен получить, какие обязательства на тебя этот выбор накладывает. Или там другой смысл?

Re: Адекватность.

DisPetcher

Добавлено: **06 апр 2019, 11:33**

в первом примере, твоя ответственность состоит в том, чтобы не ныть "ой, что-то я засиделся, как же мне теперь добраться" а четко осознавать, что если ты задержался, то это не часы виноваты, не метро или рептилоиды, а это твой личный выбор. и это твой выбор 50/50 - осознанный или нет, но твой. и адекватность состоит в том, чтобы это понимать, а ответственность - принимать последствия своих решений. то есть, если ты получишь по голове - это только твой выбор, который ты сделал, когда не ушел вовремя.

поэтому ты не делаешь выбор - уйти сейчас и пропустить часть веселья, или остаться подольше, а потом как-нибудь вернусь домой. ты делаешь выбор - доберусь домой вовремя, или получу по голове в подворотне. это будет адекватно.

пример нумеро дос.

адекватность - это принятие решения, или ты соглашаешься на эту работу, или отказываешься. если соглашаешься, то не ради прибавки к зарплате, а ради реализации каких-то СВОИХ целей. например, "контролируемой глупости", "гибкости", почему бы и нет? ну либо более материальных, в том числе и повышения зарплаты. Но адекватность в том, что ты честно оцениваешь свои способности, и готов идти к поставленной цели. а ответственность заключается в том, что ты, если согласился на эту должность, делаешь все, что должен и все что можешь, не оправдывая свои неудачи тем, что "я не умею", "я не знал как надо", "у меня не получается"...

ответственность, это "взялся за гуж - не говори что не дюж"

с третьим примером все тоже самое. если ты вписываешься в какой-то блудняк, не понимая что там к чему, то ты это должен понимать и осознавать. что результат может быть такой, которого ты совсем не хочешь. но если ты доверяешь ведущему, то давай - ныряй в омут с головой, но потом не ной. И делай все так, как тебе говорят. Помнишь там было про "верить не веря"? это вот оно и есть. ты принимаешь условия игры, по которым ты "веришь", но ты осознаешь, что это лишь игра, и она не только твоя, поэтому правила могут быть изменены в любой момент, и надо поэтому быть всегда начеку, "алертным".

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: **06 апр 2019, 12:02**

4. КК на момент, который описан в книге, был безбашенным и безответственным магом. Он бросался в любую открывшуюся щель. Даже не бросался, его туда засасывало, как пыль в пылесос. И его спасали, за ним шел ДХ и своей волей защищал, когда был рядом. Такому магу оставлять группу было нельзя. Они решили эту проблему. Не сказали как. но он дал намек на то, что все получилось.

2. Причем здесь коллектив? Это вызов. Хочешь, не хочешь, а берешь и делаешь. Безупречно. С музыкой. легко и красиво. Или отказываешься, если предлагают что-то совсем неприятное. Т.е. не то, что ты не хочешь делать, а то, что для тебя неприемлемо по принципиальным вопросам.

Как пример, я не работаю в компаниях по производству и продаже алкоголя. раньше был принцип не работать на войну. Но теперь я работаю на оборону.

Согласна с Диспетчером.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 18 апр 2019, 00:53

Свобода - важная штука, нужная. Если не заморачиваться вопросом что это такое, подумать над тем, как ее достичь, то получается интересная картинка взаимодействия мага и мира. И вот, для того, чтобы характер этого взаимодействия магу поменять в сторону свободы, магу надо предоставить свободу миру. Всем. Свободу от себя. И тогда мир предоставит свободу магу.

Т.е. не отслеживать свою зависимость, не бороться с ней, а понять, что маг сам держит взаимодействия по принципу создания зависимости от него. Старается управлять во взаимодействии, как вожжами, как лошадью извозчик. И, чтобы стать свободным, надо просто бросить вожжи и отпустить лошадей.

Наверно видели не раз как с трудом дети принимают необходимость делиться. Как недоверчиво воспринимают то, что они поделятся своими игрушками с друзьями и друзья поделятся с ними конфетами.

Получается свободный волк свободной стаи, т.е. взаимодействия и взаимосвязи (в том числе и социальные) остаются. Меняется их качество.

Re: Адекватность.

Lucy

Добавлено: 30 апр 2019, 16:48

О себе.

Наш тональ поддерживает в нас представление о себе. И делает это комплиментарно, если нужно, находит оправдание, если нужно - виноватых, если нужно - награду, цель, достижение, хобби.... И получается такой образ себя, который нам, в принципе, нравится. С недостатками. Мы можем бороться с этими недостатками, но безуспешно. Какая-то дурацкая мелочь не позволяет сделать очередной шаг к совершенству. Просто потому, что тоналю нужно нас чем-то занять. И занять наше недовольство тоже нужно. И получается такой милый фантик, тональный слепок, который мы считаем собой.

И наши сны на этом этапе соответствуют нашему состоянию - это такие проявления хорошего, возможностей, ну вы поняли))

А потом мы практикуем гадский сталкинг, в нашу жизнь входят ответственность и осознанность и представление о себе начинает уползать из под контроля тоналя. В бодрствовании мы замечаем, что что-то тут не так. А в снах происходит странное, мы делаем то, чего никак от себя не ожидали, не считаем правильным и такое разное. И это оказывается реальным образом себя. И это может напугать.

Но это не страшно, этого не надо бояться. Практикуя сталкинг, мы начали вылупляться из скорлупы. И теперь нам надо узнать: и что это за птица такая Я. Мы заново знакомимся с собой проходя серию снов квестов, испытаний, искушений, проблем и неприятностей. В них нет ничего, что нельзя исправить, если хочется изменить, нужно только намерение. И так постепенно, как менялось наше Я под влиянием сталкинга, в наших снах сформируется то наше Я, которому больше не нужен фантик, самостоятельная и ответственная личность.

И потом, научившись быть собой не изменяя себе)), мы откажемся от контроля. Помните миссис Хадсон: мне трудно заниматься вышивкой, держа в одной руке револьвер, который вы мне дали, чтобы я могла защитить себя.

Воин контролирует себя. Обычные люди пытаются контролировать реальность, а на самом деле их контролирует тональ. Берлиоз и Аннушка, ну вы помните))
