

# 18+ ПРИНЦИП ПОСТУЛАТА

От намерения к судьбе:  
как ум направляет реальность.

Инструмент для создания,  
воплощения и бытия



СТЕФАНО БРУСКИ

Стефано Бруски

**Принцип постулата. От намерения  
к судьбе: как ум направляет  
реальность. Инструмент для  
создания, воплощения и бытия**

«Издательские решения»

## **Бруски С.**

Принцип постулата. От намерения к судьбе: как ум направляет реальность. Инструмент для создания, воплощения и бытия / С. Бруски — «Издательские решения»,

Что, если реальность определяется не только событиями, но и направлением нашего сознания? «Принцип Постулата» — философское исследование о связи убеждений, выбора и судьбы. Автор предлагает оригинальную гипотезу о том, как внутренние постулаты влияют на восприятие, решения и жизненный путь. Книга приглашает не верить, а самостоятельно проверить изложенные идеи и открыть новый взгляд на реальность.

## Содержание

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| Примечание автора                                      | 6  |
| Авторское предисловие                                  | 8  |
| Общее предисловие                                      | 10 |
| Общий философский синтез трактата                      | 11 |
| Сила постулата: создавать, создавать и снова создавать | 13 |
| Примечание для читателя                                | 16 |
| Пояснение                                              | 17 |
| Глава I.                                               | 18 |
| Интермеццо                                             | 22 |
| Глава II.                                              | 23 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                      | 27 |

# **Принцип постулата От намерения к судьбе: как ум направляет реальность. Инструмент для создания, воплощения и бытия**

**Стефано Бруски**

Автор выражает благодарность переводчикам Марии Сергевцевой и Марине Бруски за помощь с переводом с итальянского языка.

*Корректор* Светлана Харитонова

© Стефано Бруски, 2026

ISBN 978-5-0071-0962-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

© 2026 Все права защищены Автором.

Автор обладает всеми эксклюзивными правами на данное произведение.

Данная книга защищена авторским правом, и вся информация и содержимое являются исключительной собственностью автора. Любое несанкционированное использование строго запрещено и преследуется в соответствии с законом.

## Примечание автора

Настоящий трактат возник из стремления исследовать принцип, столь простой по формулировке, сколь глубокий по своим последствиям: **постулат как порождающий акт сознания**.

На протяжении многих лет я наблюдаю, как человек, погружённый в сложность современного мира, часто живёт в парадоксе: обладая самой мощной когнитивной способностью из известных во Вселенной — способностью придавать смысл, — он тем не менее редко использует её потенциал осознанно.

Научная и философская мысль последних десятилетий исследовала по отдельности такие понятия, как намерение, селективное внимание, когнитивная согласованность, предвидящий разум, конструирование смысла.

Когнитивная психология изучает механизмы, с помощью которых мозг предвосхищает реальность. Нейронауки объясняют, как решения и восприятие рождаются в динамических нейронных сетях. Философия сознания исследует саму природу субъективного опыта, феноменология анализирует структуру восприятия мира человеком, а антропология фиксирует коллективные формы поиска смыслов.

Этот трактат стремится к синтезу — объединению различных подходов в рамках единого принципа постулирования. Мы рассматриваем его не как духовную догму и не как базовый психологический механизм, а как фундаментальную структуру, с помощью которой сознание организует поле возможностей и переводит их в проживаемую реальность.

В данной работе **постулат** — не метафизическое утверждение, а **рабочий принцип**, посредством которого разум выбирает направление, организует восприятие, координирует волю и формирует поведение.

Его сила заключается не в мистицизме, а в **непрерывности**: то, что сознание удерживает, мир склонен подтверждать.

Не благодаря сверхъестественной силе, а за счёт сложного переплетения микропроцессов: сосредоточения внимания, когнитивной обработки информации, эмоциональных реакций и социального взаимодействия, которые формируют наше повседневное взаимодействие с реальностью.

С этой точки зрения принцип постулата вписывается в современное представление о разуме как о **предвидящей системе**: не органе, фиксирующем мир, а структуре, которая его предвосхищает, интерпретирует и моделирует, активно выбирая, какие возможности сделать осязаемыми.

Каждый постулат — это форма самосбывающегося пророчества не потому, что он «магически влияет» на события, а потому, что **влияет на восприятие, оценку возможностей, выбор действий и качество отношений**.

В ходе этого трактата я попытался показать, как постулат действует на нескольких уровнях:

- биологическом,
- психологическом,

- социальном,
- культурном,
- духовном.

На индивидуальном уровне он направляет сознание; на коллективном — порождает системы разделяемых смыслов; на символическом — структурирует нарративы, через которые человечество осмысляет себя.

В этом смысле религии, философии, науки и культуры можно рассматривать как **исторические формы коллективного постулирования**.

Читатель заметит, что этот текст **не предлагает методов**, не обещает результатов и не применяет никаких техник самосовершенствования. Его цель иная: **сделать видимым естественный процесс**, посредством которого каждый человек уже участвует в создании собственной переживаемой реальности — иногда неосознанно, иногда с отчётливым пониманием своих действий.

Я выбрал доступный, но строгий язык, избегая излишнего технического жаргона.

Научные и культурные отсылки присутствуют, но не навязываются: задача не «доказать», а **осветить** принцип, который каждый может распознать в собственном опыте.

Исследование постулата как **элементарной единицы смысла** находится лишь в начале.

Эта книга стремится внести вклад в более широкое размышление о природе сознания, его организующей силе и способе его взаимодействия с миром.

Если ей удастся открыть хотя бы один проход — момент, в котором читатель интуитивно почувствует, что каждая жизнь **является динамической конструкцией, управляемой центром намерения**, — тогда её цель будет полностью достигнута.

Этот труд — не завершение: **это приглашение**.

Приглашение наблюдать собственное сознание не как зрителя реальности, а как активного собеседника Вселенной.

Приглашение признать, что реальность нельзя просто претерпевать — её необходимо создавать.

И, наконец, приглашение рассматривать постулат не как абстракцию, а как самую интимную свободу человека: выбирать направление своего существования.

**Осознанно использовать постулат — значит обладать самым глубоким ресурсом человека: способностью придавать форму своему жизненному проекту, своей реальности и своему предназначению.**

## Авторское предисловие

В жизни бывают моменты, когда всё словно останавливается. Ум умолкает, мир замедляется, и один-единственный вопрос пересекает внутреннее пространство: почему всё происходит именно так?

Именно в такие моменты человек обнаруживает, что тайна живёт не только снаружи — в небе, в событиях, в судьбе, — но и внутри него, в невидимой ткани, связывающей мысль и опыт.

Именно там начал и я.

В течение многих лет я наблюдал за людьми, предпринимателями, командами и организациями.

Я видел, как они растут, терпят крах и поднимаются снова — порой без всякой видимой причины.

Я видел, как талантливые разрушали собственные возможности, а самые обычные — совершали необыкновенное.

Я видел, как одни компании возникали из ничего, а другие угасали, имея всё.

Этот диссонанс меня завораживал.

Реальность, с которой я ежедневно сталкивался — в компаниях, на встречах, в группах и в частной жизни, — показывала мне нечто, не поддающееся полному логическому объяснению.

Говорить о характере, стратегии, удаче или контексте было недостаточно.

Что-то происходило раньше.

До решения. До действия. До событий.

Это происходило в сознании.

Именно из этого наблюдения — выношенного годами, вскормленного встречами, ошибками, открытиями и тишиной — родился настоящий трактат. Не из внезапного озарения, а из медленно вызревавшего осознания: существует тонкая, но решающая сила, упорядочивающая весь наш опыт.

Сила, которой многие пользуются, не осознавая этого, другие боятся, а третьи отрицают, хотя используют её ежедневно.

**Эта сила — постулат.**

Постулат — это не магия и не мистицизм. Это не догма и не акт веры. Это ментальное действие, которое мы совершаем постоянно — всякий раз, когда определяем (осознанно или нет), что считаем возможным.

Это тихий корень нашего способа видеть, выбирать, интерпретировать, действовать. Это первое семя любого будущего.

Написание этого трактата стало для меня процессом прохождения сквозь годы интуитивных прозрений и их преобразования в ясную, строгую, доступную форму.

Я хочу предложить читателю не теорию, в которую нужно верить, а способность, которую можно распознать.

Силу, которой он уже обладает. Силу, которая сопровождала его, помогала или препятствовала ему всю жизнь, оставаясь невидимой: **силу постулировать своё направление.**

Если ты откроешь эту книгу с любопытством, ты найдёшь путь к пониманию того, как сознание создаёт восприятие, как восприятие направляет действие и как действие формирует мир, в котором ты живёшь.

Если ты откроешь её с вниманием, ты найдёшь нечто большее: способ стать автором своей реальности.

### **Инструмент для твоего успеха в жизни.**

Этот трактат посвящён тем, кто хочет понять, что внутри них определяет их шаги ещё до того, как они сделаны.

Тем, кто чувствует, что в уме существует сила глубже обычного мышления, и тем, кто хочет научиться осознанно использовать то, что всегда использовал не осознавая: **постулат.**

И потому я могу сказать без колебаний: тот, кто дойдёт до конца этого пути, поймёт — и научится применять — величайшую силу, которой обладает для достижения своих целей: **силу постулирования.**

Он распознает постулат в действии внутри себя, увидит его в своих примерах и сможет наконец направлять его с ясностью.

В этом и заключается глубинный смысл моей работы.

Это то, что я хочу передать каждому читателю.

Добро пожаловать в точку, где мысль становится дорогой.

А дорога, будучи пройденной, становится реальностью и жизнью: **твоей успешной жизнью.**

## Общее предисловие

Человек существует, полностью погруженный в океан собственных восприятий, мыслей и возможностей.

Каждое мгновение содержит множество направлений, но лишь некоторые из них замечаются, истолковываются и по-настоящему проживаются.

Этот выбор не случаен: он зависит от того, как разум направляет своё внимание и какие смыслы он решает раскрыть. Вселенная в том виде, в каком она предстаёт перед нашими глазами, — это не абсолютная реальность, а реальность, пропущенная через фильтр сознания. Каждая жизнь — это уникальная перспектива взгляда на мир, опыт, принимающий форму вокруг последовательного и устойчивого ментального акта: **постулата**.

В то время как гипотеза остаётся на теоретическом уровне, а желание принадлежит сфере эмоций, постулат — это решение сознания: утверждение, создающее условия для собственной реализации.

Гипотеза наблюдает за тем, что могло бы быть; желание ждёт, когда что-то произойдёт; **постулат же начинает происходить в тот самый момент, когда он удерживается в сознании.**

Сила постулата созидательна: он не описывает, он порождает.

Это своего рода семя внимания, посаженное в разуме, которое ориентирует восприятие, направляет выбор, формирует поведение и в итоге меняет обстоятельства.

Любой последовательный акт сознания является формой постулирования: утвердить ментальное направление означает запустить процесс формирования реальности. Сознание обладает способностью формировать внутренние образы, наделять смыслами, создавать возможности.

В этом смысле постулат — точка соприкосновения между разумом и миром, между тем, что мы воображаем, и тем, что становится явью.

Любой прогресс человечества — личный, научный или духовный — рождается благодаря тому, кто осмелился провозгласить возможность и поддерживать её жизнь в своём сознании до тех пор, пока мир не обрёл форму, способную её принять.

Следовательно, постулат — это не то, во что мы «верим, как в истину», а то, что мы решаем сделать истиной через последовательность наших мыслей и действий. Это не мечта: это провозглашение создаваемой реальности.

И осознать это — значит начать признавать и сознательно использовать творческую силу разума через постулат, чтобы достигать наших целей, нашего успеха как личностей, как группы и как «духовных существ».

## Общий философский синтез трактата

Каждая форма жизни — это ответ на древнейший вопрос вселенной: «Почему я существую?»

Ещё до мысли, ещё до слова совершается первоначальный акт, порождающий всё: желание быть.

Этот первозданный импульс — первое постулирование — есть та искра, из которой материя становится жизнью, жизнь — сознанием, а сознание — духом.

Человек — не наблюдатель мира, а его истолкователь. То, что он называет «реальностью», есть отражение его самых глубоких убеждений, форма, которую его мысль принимает во времени.

Разум не фиксирует: он направляет.

И в этой направленности он строит невидимые мосты, соединяющие внутренний мир с внешним. Постулат — это акт, посредством которого сознание выбирает направление в бесконечном поле возможного.

Каждый постулат — это обещание: реальность, ожидающая своего воплощения в жизнь.

Поддерживаемый последовательно, он становится внутренним законом; рассеянный или противоречивый, он порождает беспорядок, конфликт и боль. Успех, здоровье, цивилизация и даже вера рождаются из одного и того же принципа: видения, удерживаемого во времени с ясностью и доверием.

Когда множество людей разделяют один и тот же постулат, рождается коллективная согласованность — сила, созидаящая народы, культуры, науки и религии. Но любой свет, если он перестаёт осознавать себя, может ослепнуть.

Так коллективный постулат, забывая о свободе личности, превращается в догму.

Инквизиция, тоталитарные режимы и современные цифровые алгоритмы — не что иное, как вариации одного закона: утрата живой мысли во имя навязанной истины.

Духовность — это возвращение к осознанности.

Она принадлежит не религиям, а человеку, задающемуся вопросом о смысле жизни. Это эволюционная функция, превращающая выживание в понимание, инстинкт — в сознание, а страх — в свободу.

Быть духовным не значит бежать от мира, это значит видеть в нем часть самого себя.

Каждый жест любви, каждый акт творчества, каждый поиск истины — это форма воплощённой духовности.

В основе любого пути — биологического, психологического или божественного — лежит один и тот же механизм: **постулирование**.

Жизнь постулирует бытие; разум постулирует понимание; дух постулирует единение.

И каждый раз, когда постулат реализуется, рождается новый: более широкий, более глубокий, более осознанный.

Творение не «завершилось»: оно продолжается в каждом сознании, которое осмеливается воображать.

Больше нет нужды искать Бога над миром: Бог — это форма, в которой сознание созерцает само себя, когда обретает способность к любви и обретению смысла. Вселенная — это бесконечная проекция мысли, жаждущей познать себя.

Принцип постулата — это не мистическая теория и не магическая формула.

Это естественный закон разума и бытия: то, что удерживает сознание, мир стремится воплотить.

И когда человек понимает, что каждая его мысль — это семя, каждый выбор — акт творчества, а каждое намерение — форма жизни, ищущая своего рождения, тогда он становится тем, что искал всегда: творящим сознанием, живым постулатом самой жизни.

## Сила постулата: создавать, создавать и снова создавать

Любая проживаемая нами реальность — это отражение того, что наш разум способен воспринять.

Каждое достижение, каждое ограничение, каждое изменение рождается из невидимого, но могущественного акта: **постулата**.

Этот трактат раскрывает принцип, управляющий взаимодействием мысли и реальности, разума и мира.

Здесь речь идёт не об удаче или слепой вере, а о направленном внимании и ментальной последовательности — силе, которая ориентирует наши действия и определяет результаты.

Через уникальное слияние философии, нейронауки и светской духовности **мощь постулата** показывает, как каждый человек может преобразить свою жизнь, поняв механизм, связывающий восприятие, намерение и успех.

### Вы узнаете:

— Что реальность меняется не волевым усилием, а направлением намерения.

— Что разум сам фильтрует мир, который хочет видеть, выстраивая траекторию жизни; что секрет успеха не в силе, а во внутренней последовательности; что духовность — это не бегство от реальности, а её глубочайшее понимание.

Каждая Глава сочетает в себе ясность, практические примеры и глубокие размышления, предлагая руководство по распознаванию и освоению созидательной силы сознания.

Это не учебник, а путешествие. Не догма, а ключ к внутренней свободе.

Ибо разум не подчиняется миру: **он его постулирует**.

### Постулат

Постулат — это не религиозный акт и не мистическая идея.

Это естественный процесс разума, способ, которым сознание структурирует своё взаимодействие с реальностью.

Это направление, которое мы выбираем — осознанно или нет — каждый раз, когда интерпретируем событие, даём имя желанию или верим в возможность.

Человек, наделённый рефлексивным мышлением, не ограничивается лишь реакцией на мир, подобно животному, ведомому инстинктом. Как уже было сказано, он обладает способностью выстраивать образы мира и управляет своим восприятием.

В этой направленности рождается свобода, но также и ответственность — то есть возможность создавать свою реальность, а вместе с ней и внешнюю реальность.

Этот трактат исследует принцип постулата как ключ к пониманию человеческого опыта: от индивидуального восприятия до общественного масштаба, где постулат становится духом, культурой, «религией».

Речь идёт не о мистическом пути, а о рациональном исследовании того, как сознание придаёт форму миру.

### **Как читать этот трактат**

Этот текст не является научным трудом, но и не является делом веры.

Эта книга — мост между внутренним опытом и наблюдаемой реальностью. Она написана для тех, кто стремится осознать, как устойчивая, последовательная мысль превращается в жизненный вектор и позволяет реализовывать проекты и цели.

Постулат — это не магия и не религия: это закон функционирования разума. Каждый человек живёт внутри того, что он признаёт.

То, что мы называем реальностью, не является нейтральным набором фактов — это та часть мира, которую сознание решает видеть, в которую решает верить и которой решает следовать.

Этот трактат описывает естественный процесс: от мысли к восприятию, от восприятия к действию, от действия к проживаемой реальности.

Это простой путь к пониманию того, как жизнь организуется вокруг направления нашего постулата.

Язык книги не является техническим, потому что здесь не нужно «верить», нужно лишь «узнавать»: каждый из нас ежедневно на практике сталкивается с принципом постулата, не называя его так.

Когда нам что-то удаётся — это потому, что мы были последовательны; когда кажется, что всё идёт наперекосяк, — это потому, что внутри нас две противоположные силы аннулируют друг друга.

Постулат — это выбор единого направления.

Здесь нет формул или секретных методов. Есть только очевидная истина: **разум создаёт то, что ищет.**

### **Практические примеры**

**1. Желание изменить жизнь:** два человека хотят сменить работу. Один ограничивается жалобами, другой начинает читать, учиться, искать контакты, планировать. У обоих одно и то же желание, но только второй превратил желание в постулат: идею, удерживаемую последовательно и направленно.

**2. Здоровье и разум:** пациент, убеждённый в своём выздоровлении, не меняет законы медицины, но активирует нейронные и биохимические пути, которые поддерживают организм в процессе восстановления.

**3. Творчество:** творец, верящий, что «больше невозможно изобрести ничего нового», перестаёт видеть возможности; тот же, кто удерживает постулат «каждый день я могу открывать что-то новое», тренирует мозг искать неизведанные взаимосвязи.

Эта книга исходит из простой и фундаментальной гипотезы: сознание — это не только инструмент интерпретации реальности, но и сила, определяющая её направление.

Понять этот принцип не означает принять теорию — это означает начать воспринимать свой образ жизни как результат ментальных выборов, поддерживаемых во времени.

## Примечание для читателя

Этот текст не задумывался ни как практическое руководство, ни как краткий научно-популярный очерк. Это путь последовательного размышления, где каждая Глава подготавливает следующую и делает возможным её понимание.

Вводимые здесь понятия не следует воспринимать как утверждения, требующие согласия; это гипотезы, которые нужно осмыслить.

Некоторые идеи требуют внимательного прочтения и не всегда дают мгновенную ясность: их смысл раскрывается со временем, через непрерывность самого пути.

Читателю предлагается не искать преждевременных выводов или окончательных ответов, а следовать за развитием концептуальной нити.

Принцип постулата не навязывается как истина, но предлагается как инструмент интерпретации, чья значимость может быть оценена лишь в его полном развитии.

Эта книга требует внимания, но взамен предлагает системность. Глубина здесь — не препятствие, а условие доступа.

## **Пояснение для читателя относительно приведенных примеров**

Примеры, представленные в тексте, не следует рассматривать ни как образцы для подражания, ни как идеальные формулировки «правильного» постулата.

Они выполняют исключительно ориентировочную функцию: их цель — сделать узнаваемым сам акт постулирования, а не предложить конкретное содержание.

Ценность постулата заключается не в самом примере, а в способности читателя переложить его на свой язык, переформулировать и последовательно перенести в собственный конкретный опыт.

Постулат рождается из личной потребности и может направить сознание к любой форме реализации, которую сам постулирующий признаёт своей и необходимой.

Постулат — это сформулированное желание, которое при последовательном и многократном повторении во времени ориентирует восприятие, организует действие и делает возможным самоопределение.

Важен не сам объект постулата, а последовательность, с которой он принимается и удерживается во времени.

## Глава I.

### Постулат как исходная структура сознания

Постулат — принцип, принимаемый как истинный, недоказуемый, но необходимый для построения целостной системы знания.

Сознательное ментальное действие, которое упорядочивает восприятие и направляет субъективную реальность к согласованности.

**Постулат** — это сознательное ментальное действие, с помощью которого сознание задаёт направление и удерживает его во времени.

Его не следует смешивать ни с автоматическим убеждением, ни с ментальной привычкой:

- убеждение может существовать без выбора,
- намерение может так и остаться желанием,
- **постулат же существует только тогда, когда он выражен и удерживается.**

Там, где нет постулата, нет и направления, а есть лишь рассеяние внимания и реакция на обстоятельства.

Термин «постулат» происходит от латинского *postulatum* — то, что требуется или принимается как необходимое.

В философии он обозначает принцип, который не может быть доказан, но необходим для внутренней согласованности системы мышления.

В данном контексте постулат понимается как осознанное умственное действие, как последовательное и устойчивое утверждение воли, которое направляет восприятие и организует опыт.

Это то требование, которое сознание обращает к реальности: не для того, чтобы изменить её силой, а чтобы сделать её согласованной с направлением собственного устремления.

Каждый человек живёт внутри ментального горизонта, состоящего из убеждений, ожиданий, желаний и страхов.

Эти элементы действуют как когнитивные координаты, определяющие то, что разум считает возможным.

Постулат — это устойчивое утверждение возможности. Оно удерживается в сознании, пока не становится структурой восприятия, а затем — направлением, по которому можно двигаться, действуя для достижения постулированных целей.

Речь не о позитивном мышлении и не о самообмане.

Это принцип работы сознания: что разум полагает реальным, то он и стремится искать, распознавать и подтверждать.

С точки зрения нейронауки постулат — это форма направленного внимания, обуславливающая то, как мозг фильтрует реальность.

Мозг получает миллионы сенсорных стимулов каждую секунду, но лишь ничтожная их часть достигает сознания.

Этот отбор осуществляется ретикулярной активирующей системой (РАС) — нейронной сетью, которая, исходя из того, что мы считаем важным, решает, чему позволить проявиться в нашем сознании.

Практически ретикулярная активирующая система (РАС) действует как своего рода «ментальный антиспам-фильтр» или, если говорить более наглядно, как «радар смысла».

Как уже было сказано, каждую секунду разум получает миллионы стимулов, но лишь малая их часть допускается в сознание. Именно РАС решает, что пропустить, исходя из того, что сознание считает важным, — то есть из того постулата, который в данный момент активен.

Отсылку к РАС не стоит воспринимать как исчерпывающее объяснение феномена — скорее, как полезную модель, позволяющую понять, как сознание осуществляет отбор.

Постулат — это более широкий психологический процесс, основанный на внутреннем намерении, который использует эти нейробиологические механизмы, но не исчерпывается ими.

Мы можем представить его как внутреннюю поисковую систему: реальность — это совокупность доступных результатов, а постулат — ключевое слово, которое ты вводишь. Всё, что не согласуется с этим словом, игнорируется.

Мозг получает колоссальное количество стимулов, и многие из них фиксируются в глубинной памяти, даже если мы этого не осознаём.

Однако «проживаемым опытом» — тем, что направляет решения, поведение и повседневное восприятие, — становится именно та часть реальности, которую сознание распознаёт и высвечивает благодаря активному постулату.

Остальные стимулы могут воздействовать на глубинную память или эмоциональную сферу, но именно постулат определяет, какие элементы поднимаются в сознание и становятся рабочим ориентиром в повседневной жизни.

В этом смысле осознанный опыт — это не сумма всего происходящего, а отбор того, что разум считает значимым в соответствии с активным постулатом.

Многие духовные традиции утверждают, что всё переживаемое нами отпечатывается в глубинном сознании и влияет на нашу жизнь; постулат этого не отрицает: он лишь указывает на то, что становится действующей реальностью в повседневной жизни.

Вот почему два человека, находясь в одном и том же месте, никогда не видят одну и ту же реальность: каждый замечает только то, что позволяет распознать его собственный постулат.

Разум, подобно прожектору, освещает лишь то, что соответствует его внутреннему направлению. В более широком смысле мозг не регистрирует мир, а предвосхищает его.

Каждое восприятие — это предсказание, проверенное опытом.

В этом смысле постулат действует как предиктивная модель: разум конструирует ту реальность, которую ожидает увидеть.

РАС применяет на уровне восприятия то, что постулат устанавливает на когнитивном уровне: разум предвосхищает, мозг фильтрует, а реальность в соответствии с этим организуется.

Когда идея становится устойчивым постулатом, РАС начинает действовать как радар, улавливающий всё, что эту идею подтверждает.

Обычный пример: когда мы решаем купить красную машину, нам начинает казаться, что они повсюду — не потому, что мир изменился, а потому, что мозг, получив установку от постулата, открыл это окно восприятия.

Физическая реальность не меняется; меняется та её часть, которую мы замечаем.

### **Создавать свой ментальный путь**

Аналогия с тропой: представь разум не как жёсткий архив, а как огромный лес, всё ещё в значительной мере не исследованный.

Каждая возможная мысль или убеждение существует как потенциальная тропа, но пока ты по ней не пошёл, это лишь высокая трава.

Когда ты формулируешь и удерживаешь идею — свой постулат, — это похоже на то, как если бы ты начал прокладывать тропу в этом лесу.

Сначала это трудно: требуются внимание, энергия и воля. Каждый раз, когда ты повторяешь эту мысль («я справлюсь», «решение существует»), ты снова ступаешь по той же тропе. Ветки пригибаются, трава приминается, почва уплотняется.

Это укрепление и описывается нейронаукой формулой: «нейроны, которые активируются вместе, соединяются друг с другом».

Со временем тропа превращается в главную дорогу: в самый удобный и автоматический путь для твоего разума.

Эта дорога и есть твоя перцептивная привычка. А поскольку разум стремится следовать пути, требующему наименьших энергетических затрат, он начнёт спонтанно выбирать именно его всякий раз, когда ему придётся интерпретировать реальность.

### **Примеры ментальных дорог, созданных постулатами**

- **Циничный друг:** тот, кто живёт с постулатом «люди всегда разочаровывают», проложил тропу, которая игнорирует жесты доброты, но фиксирует каждую мелкую оплошность, каждый признак предательства.

Так он подтверждает собственную точку зрения и укрепляет дорогу, которая неизменно приводит его к одному и тому же итогу: недоверию.

- **Вдохновлённый художник:** художник, удерживающий постулат «красота только и ждёт, чтобы её открыли», уже имеет в уме открытую тропу к творчеству. Там, где другие видят серые стены, он улавливает оттенки света, гармонию формы, невидимые соответствия.

В обоих случаях постулат — не магия, а дисциплина внимания.

Он создаёт согласованность между мыслью и поведением, и эта согласованность становится самой структурой опыта.

Каждый раз, когда ты мыслишь в определённом направлении, разум протягивает невидимую нить.

Повторяясь, эта нить становится тропой; удерживаемая, она становится твоей реальностью.

Со временем разум привыкает читать мир в соответствии с этим направлением.

Это не магический акт, а перцептивная привычка, порождающая согласованность между мыслью и поведением.

Со временем эта тропа становится предпочтительным маршрутом разума: привычной дорогой восприятия, через которую мы истолковываем мир.

Разум всегда стремится идти по пути, требующему меньше энергии, и потому повторяемое убеждение превращается в автоматическое восприятие.

Постулат не изменяет материю, но направляет восприятие; восприятие направляет действия, а действия изменяют мир.

В этом смысле постулат — первое звено в цепи, связывающей мысль, восприятие и реальность.

С этого момента мысль перестаёт быть лишь способом видеть мир и становится первопричиной будущих фактов: исходной точкой, с которой реальность начинает организовываться вокруг сознания.

### **Практические примеры**

- **Собеседование при приёме на работу:** два кандидата приходят на одно и то же собеседование.

Один думает: «меня никогда не возьмут» — и транслирует неуверенность; другой удерживает: «мне есть что предложить» — и передаёт уверенность.

Тот, кто отбирает, воспринимает различие не столько в компетенциях, сколько в поле восприятия.

- **«Удачный» день:** человек постулирует себе «хороший день» и замечает только события, согласующиеся с этим убеждением: улыбку, зелёный свет светофора, приятный звонок.

Удача — не случайность. Это избирательное восприятие моментов, в которых реальность согласуется с постулатом.

## **Интермеццо**

### **Пояснительная заметка о традициях предсуществующего постулата**

Различные философские и духовные традиции — от индуизма до буддизма, от некоторых неоплатонических течений до современных эзотерических воззрений — предполагают существование следов прошлого опыта, кармической памяти или структур смысла, проходящих сквозь время и влияющих на последующие жизни.

С этой точки зрения человека обуславливает не акт сознания в настоящем, а наследие постулатов, сформулированных в прежние эпохи или прошлых существованиях.

Настоящий трактат не отрицает и не опровергает эти воззрения, но сознательно предпочитает не брать их за практическую основу.

**Принцип постулата**, как он излагается здесь, относится исключительно к тому, что становится активным, входя в настоящее сознание.

Даже если допустить существование следов, воспоминаний или предрасположенностей, происходящих из далёкого прошлого или из иных форм непрерывности бытия, они не действуют как постулаты до тех пор, пока не будут распознаны, сформулированы и приняты в актуальном сознании.

Иными словами: то, что не присутствует в сознании, может влиять как тенденция, но становится постулатом только в тот момент, когда выведено на свет, выбрано и удержано.

Следовательно, предмет исследования этого трактата — не унаследованная судьба, а актуальная свобода сознания: та точка, в которой человек может преобразовать любую обусловленность — каково бы ни было её происхождение — в осознанное направление.

## Глава II.

### Постулат и построение личной реальности

Постулирование относится не к тому, что уже было, а к тому, что в настоящем принимается как форма собственного становления.

Если говорить в рамках нашего подхода, каждое человеческое событие рождается из невидимой цепи:

**мысль → внимание → восприятие → решение → действие → результат**

Изменить первое звено — значит изменить конечный исход.

Постулат действует на самом первом уровне, задавая направление, в котором разум ищет подтверждения. И уже оттуда следует всё остальное.

Любой наш результат — это проявление ментальной направленности, удерживаемой во времени.

Не реальность немедленно отвечает мысли; это мысль, повторяясь, выстраивает ту реальность, которая со временем становится способной ей ответить.

Постулат не изменяет физических законов, но направляет внимание, поведение и выбор возможностей.

Внешняя реальность остаётся той же самой; меняется наш способ взаимодействовать с ней, и именно это порождает разные исходы. Следовательно, разум не повелевает материей: он подготавливает её.

Как мы уже видели в предыдущей главе, меняется не сама реальность, а угол зрения, с которого мы учимся на неё смотреть.

Чтобы понять силу этого первого звена, можно представить его в виде навигатора. Разум — это транспортное средство, способное двигаться в бесконечном числе направлений.

Постулат — это точка назначения, которую ты задаёшь в самом начале.

Если разум остаётся ориентированным страхом неудачи и не имеет выбранного направления, внимание автоматически будет вестись по дорогам избегания и отказа. Когда же направление любопытства и роста сформулировано и удерживается, разум начинает распознавать пути, согласующиеся с этим выбором.

Не навигатор создаёт дорогу, но именно он указывает, куда смотреть и где поворачивать.

В этом и заключается сила постулата: определить внутренний маршрут, чтобы внешнее действие могло последовательно ему следовать.

Существуют внутренние фразы и ментальные карты, закрепившиеся с течением времени: «я не способен», «я не заслуживаю доверия», «я не могу измениться».

Пока они не распознаны и не извлечены на свет, они правят жизнью человека подобно автоматической колее — не будучи постулатами, а просто занимая место, которое по праву принадлежит постулату.

Первый акт свободы — сделать их видимыми. Лишь тогда их можно заменить избранным и удерживаемым постулатом, способным задать новый курс.

Пока они остаются невидимыми, мы будем вновь и вновь следовать одной и той же ментальной карте, полагая, что сопротивляется мир, тогда как на самом деле нас удерживает собственная внутренняя траектория.

Это похоже на попытку найти выход из лабиринта по неверной карте: чем больше мы движемся, тем сильнее подтверждаем ошибку.

Реальность, в которой мы живём, — не прямая линия, а поле возможностей.

Каждая последовательная мысль отбирает среди этих возможностей те, которые становятся вероятными.

Личная реальность осуществляется **через наличие или отсутствие сформулированного ментального направления.**

Когда человек не постулирует, его внимание остаётся рассеянным и оказывается захваченным обстоятельствами, привычками или внешним давлением.

Жизнью управляет не негативный постулат, а отсутствие активного постулата.

Речь не о том, чтобы создавать из ничего, а о том, чтобы сводить неопределённое к определённому: посредством постулата разум выбирает реальность.

Однако этот выбор не нейтрален и не сводится к одной лишь интерпретации.

Каждый удерживаемый постулат порождает решения, действия и пути, которые без него никогда бы не возникли.

В этом смысле постулат действительно создаёт реальность: не потому, что изобретает мир, а потому, что даёт начало последовательности событий, которой прежде не существовало.

Создаётся не материя, а траектория существования.

Жизнь, отношения, предприятие, произведение, личностное преобразование рождаются не из случая, а из той последовательности, с которой определённая возможность поддерживается во времени.

Без этого постулата эта реальность никогда бы не вошла в историю мира.

**Следовательно, постулировать — значит творить в самом конкретном смысле этого слова: делать реальным то, что без данного направления сознания осталось бы лишь возможностью.**

Этот непрерывный выбор реальности и есть то, что со временем превращает возможности в конкретные события.

Это повседневный перевод постулата в действие.

В этом смысле мысль не только истолковывает мир, но и направляет его к исходу, согласованному с её ожиданием.

Сознание не отделено от тела: каждая мысль есть физический акт.

Когда ты повторяешь какую-либо мысль или чувство снова и снова, ты совершаешь самую настоящую «ментальную гимнастику».

Представь, что ты тренируешь только правую руку: она станет твоей сильной рукой, той, которой ты будешь пользоваться почти автоматически при любой задаче.

Точно так же постулат — это ментальная мышца, которую ты постоянно тренируешь.

Он становится твоим «автоматическим рефлексом», твоей «заданной по умолчанию реакцией» на каждое событие.

Следовательно, постулат — это не абстрактная идея; это твоё тело и твой разум, которые обрели новое мироощущение перед лицом жизни.

Согласно теории сложных систем, небольшое изменение начальных условий может изменить весь ход системы.

Соответственно, смена постулата меняет вероятности наших выборов, а значит — и их исходов.

Одна мысль сегодня может изменить жизненный путь через год.

Чтобы понять силу этого принципа, представь самолёт в полёте.

Если в самом начале пути пилот ошибётся в наклоне курса всего на один градус, самолёт приземлится не в Нью-Йорке, а в сотнях километров от него.

Изменение всего одного постулата — это и есть этот один градус отклонения, который не меняет самолёт, но радикально меняет пункт назначения.

Одна мысль сегодня способна изменить место, где ты приземлишься завтра.

Одна мысль сегодня — это тот наклон, который преобразит твою точку прибытия через год.

Такова сила первого малого изменения, которое, будучи удержано во времени, рождает большой результат.

Многие события, которые мы приписываем случаю, в действительности являются результатом микрорешений, направляемых внутренней траекторией, уже находящейся в действии и часто остающейся невидимой до тех пор, пока она не будет преобразована в постулат.

Счастливая встреча, совпадение, синхроничность — это проявления разума, который распознаёт и притягивает сигналы, согласующиеся с его собственными ожиданиями.

Чтобы понять этот механизм, представь, что ты ищешь четырёхлистный клевер.

Для большинства людей четырёхлистный клевер в траве невидим. Но для того, кто его ищет, мозг уже создал схему распознавания, благодаря которой тот внезапно становится заметным.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

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

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