

Ущенич В.Р. КІТ-140

«Значні проблеми, що стоять перед нами,  
не можуть бути вирішені на тому ж рівні мислення,  
на якому ми їх створили» А. Ейнштейн

Свідомість є частина людської душі, за допомогою якої ми сприймаємо світ. Усвідомлення це розуміння. Усвідомленість - ступінь розуміння природи речей і процесів їх взаємодії.

Коли людина усвідомлена, то вона розуміє справжні причини своїх дій, і тому може вільно обирати, як їй чинити. Вона вміє передбачати наслідки своїх дій, відрізняється розвиненим почуттям відповідальності, і тому вона і навколишній світ захищений від неприємних наслідків. Вона здатна зіткнутися з проблемою напругу, подивитися їй в очі, зрозуміти її справжню природу і розчинити її. Усвідомленість породжує дію, якщо це необхідно, причому дію, яка найбільш ефективна для вирішення проблеми. Усвідомлена людина більш глибоко відчуває красу. Яке задоволення розглядати що-небудь, що розум вважає забарвленим в один колір, але яке при достатній усвідомленості справжнього під променями сонця набуває тисячі відтінків! Звичайно, простіше використовувати свою логіку і сказати - це біле, а це чорне. Але що якщо вимкнути логіку і включити свідомість? Що ти побачиш тоді?

Усвідомленість до себе позбавляє нас від соціальних шаблонів і шкідливих звичок; по відношенню до оточуючих - призводить до гармонії почуттів і емоцій; по відношенню до всієї навколишньої реальності звільняє від всіляких помилкових суджень, які призводять багатьох людей до страждань і незадоволеності життям.

Усвідомленість переносить нас в поточний момент - "тут і зараз", завдяки чому ми можемо насолоджуватися справою, якою зайняті або навколишньою природою, суспільством.

Усвідомленість дозволяє нам постійно пам'ятати про найголовніші речі. Про те, для чого кожен з нас тут, про призначення, місії, цілі і життєві цінності. Визначити своє призначення і мету, а головне не звернути зі шляху, під тиском зовнішніх обставин.