

РОБЕРТ ОКСУЗЯН

АРХИТЕКТУРА СОЗНАНИЯ

ОТ АВТОРА
БЕСТСЕЛЛЕРА
«АСКЕЗА
КАК СПОСОБ
ДОСТИЖЕНИЯ
ЦЕЛИ»

26
моделей
реальности

- КОЛЛЕКТИВНЫЕ АРХЕТИПЫ
- УБЕЖДЕНИЯ И ОПЫТ ЧЕЛОВЕКА
- ВОЗМОЖНОСТИ НАШЕГО СОЗНАНИЯ
- ЭТАПЫ СТАНОВЛЕНИЯ ИДЕНТИЧНОСТИ

Духовный путь. Книги по
современным духовным практикам

Роберт Оксюзян

**Архитектура сознания:
26 моделей реальности**

«ЭКСМО»

2026

УДК 133
ББК 86.42

Оксузян Р. С.

Архитектура сознания: 26 моделей реальности / Р. С. Оксузян —
«Эксмо», 2026 — (Духовный путь. Книги по современным
духовным практикам)

ISBN 978-5-04-246963-3

«Архитектура сознания: 26 моделей реальности» объединяет в себе научную точность и метафизическую глубину, создавая уникальный путеводитель по внутреннему миру. Каждая из 26 моделей представлена как самостоятельная «комната» сознания, раскрывая архетипы, иллюзии и возможности для роста. Прочитав эту книгу, вы узнаете: • Что такое модели реальности, примеры их проявления и что они нам дают. • Из чего строится каждая из 26 моделей и как узнать свою модель. • В какие ловушки мы попадаем в этих моделях и способы выхода из них. • Как повторяющиеся ситуации подталкивают нас к росту. • Почему одни остаются в старых сценариях, а другие идут дальше. • И как кризисы становятся мостами к новым измерениям. Эта книга — ваш компас к гармонии, осознанности и созданию нового пространства для себя. Свыше 600 000 человек уже вдохновлены практиками Роберта Оксузяна. Присоединяйтесь! В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

УДК 133
ББК 86.42

ISBN 978-5-04-246963-3

© Оксузян Р. С., 2026
© Эксмо, 2026

Содержание

Предисловие от автора	6
Введение	8
Что такое архитектура сознания	8
Мир не таков, каким кажется	11
Конец ознакомительного фрагмента.	13

Роберт Суренович Оксюзян

Архитектура сознания

26 моделей реальности

Человек не живет в мире.

Он живет в модели мира.

И пока он верит, что видит реальность,

он видит лишь отражение собственной формы.

Когда же он узнает эту форму —

мир узнает его.

© Оксюзян Р.С., текст, 2026

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

Предисловие от автора

Иногда я думаю, что вся наша жизнь – это способ сознания увидеть само себя. Мы идем, ошибаемся, ищем, страдаем, восхищаемся, теряем и вновь начинаем – не потому, что должны стать кем-то, а потому, что душа хочет узнавания. Она хочет понять, чем является. И все, что с нами происходит, становится зеркалом этого поиска.

Я долго наблюдал, как люди живут в разных мирах, хотя внешне делят один и тот же. Один сжимается от страха, другой вдохновлен, третий устал, четвертый сияет, но всех их объединяет одно – каждый смотрит на жизнь сквозь свою внутреннюю конструкцию. Я видел, как человек в отчаянии молится о чуде и получает его, а потом не верит, что это возможно. Я видел, как другой, уверенный в силе мысли, рушится от простого прикосновения боли. Я видел, как одни ищут Бога, а другие становятся им в действии. Все это разные модели реальности, разные состояния сознания, разные формы одного и того же света.

Эта книга родилась не за письменным столом и не в библиотеке, а в живом поле встреч. В кабинетах, где люди плакали, злились, просыпались. В молчании после практик. В ночных разговорах о смысле. В своих собственных падениях и возвращениях. Я не искал систему, но она сама проявилась – как карта повторяющихся паттернов, через которые мы проходим снова и снова, пока не научимся видеть их изнутри. Я понял, что каждый человек живет не просто в обстоятельствах, а в определенной модели сознания, где все уже задано: роль, архетип, фраза, способ любить, способ страдать, способ спастись.

Архитектура сознания – это не теория, а зеркало. Здесь нет обещаний, что после прочтения вы просветлеете. Но если вы читаете внимательно, где-то между строк начнет меняться угол зрения. **Вы увидите, как работают собственные миры. Вы узнаете их язык. Может быть, впервые почувствуете, что то, что вы называли судьбой, на самом деле структура вашего восприятия.** А если осмелитесь смотреть дальше – поймете, что любое восприятие можно перестроить.

Я не стремился придумать новое учение. Я лишь собрал то, что видел. То, что работает. То, что проверено сотнями человеческих историй. В этой карте нет ни хороших, ни плохих моделей – все они священны. Выживание учит опоре. Борьба – стойкости. Жертва – состраданию. Творение – ответственности. Магия – вниманию. Любовь – целостности. Пустота – покою. Источник – всему. И если вы пройдете через них осознанно, однажды вы поймете: ничего не нужно отвергать, потому что все – части одной и той же истины.

Когда я писал эту книгу, я хотел, чтобы она не звучала как «надо». Я хотел, чтобы она была живой. Чтобы она не навязывала убеждений, а открывала пространство узнавания. Чтобы каждый, кто читает, чувствовал, что речь идет не о ком-то другом – а о нем самом. Что это не философия, а внутренняя топография, где можно увидеть себя в каждой строке.

Я не знаю, кто вы и в каком вы сейчас состоянии. Возможно, вы ищете ответы. Возможно, устали. Возможно, просто хотите понять, зачем все это. Или, может быть, вы уже многое поняли, но чувствуете, что пора увидеть глубже. Не важно, где вы – важно, что вы читаете. Значит, ваша душа готова развернуть еще один слой.

Если в какой-то момент вам покажется, что текст говорит прямо с вами – это не случайность. Реальность всегда отвечает тому, кто готов слушать.

Эта книга – приглашение. Не в новое учение, не в новую веру, а в самую глубину бытия.

В то место внутри, где вы не ищете смысл – потому что сами становитесь смыслом.

Роберт Оксюзан

A stylized, handwritten signature in black ink, consisting of several overlapping loops and lines that form a unique, abstract shape.

Введение

Жизнь в модели сознания, которая формируется опытом, эмоциями и убеждениями. Как осознание модели дает свободу менять свою жизнь. О многомерности сознания, восприятии мира и развитии.

Мир – это экран, на который ваше сознание проецирует свои картины. Пока вы принимаете эти изображения за истину, вы блуждаете по галерее собственных убеждений и эмоций. Освобождение приходит, когда вы замечаете, что проектор находится у вас в руках и вы сами можете менять настройку, – тогда реальность раскрывается совершенно иначе.

Что такое архитектура сознания

Каждый человек живет не в объективном мире, а в собственном образе мира. Все, что он видит, чувствует, воспринимает как истину или угрозу, – рождается из внутренней архитектуры его сознания. Эта архитектура сложна, многослойна и почти всегда невидима. Она создается годами – из личных переживаний, родовых шаблонов, культурных кодов, социальных внушений, из всего, чему человек верил, против чего боролся, за что держался. Постепенно этот невидимый узор становится привычным, и человек перестает замечать, что живет не в самой жизни, а в отражении своих представлений о ней. Он реагирует не на события, а на смыслы, которыми их наделяет. Он видит не людей, а роли. Он слышит не реальность, а собственные ожидания. Все, что он считает «объективным», давно прошло через фильтр его внутренней модели.

Модель реальности – это не набор убеждений и не система взглядов. Это живая конфигурация сознания, в которой определено, что возможно, а что нет; где опасно, а где безопасно; что достойно, а что недопустимо. Это невидимая орбита, по которой движутся внимание, желание и воля. В этой орбите заключено все: с кем вы общаетесь, какие решения принимаете, почему боитесь одного и стремитесь к другому, почему повторяете старые сценарии, даже понимая, что пора выйти за их пределы. Пока модель не осознана, человек живет внутри нее как персонаж, исполняющий прописанную роль. Когда осознана – становится наблюдателем, а затем архитектором, способным менять саму конструкцию восприятия.

Сознание, в своем подлинном виде, не одномерно. Это не лестница, по которой нужно подниматься к свету, и не яма, из которой нужно выбираться. Оно – сфера, дышащая всеми направлениями одновременно. И каждая точка этой сферы – отдельная модель реальности. Одни плотные, земные, пропитанные страхом, инстинктом, выживанием. Другие прозрачные, тонкие, почти божественные. Но между ними нет стены. Это не разные миры, а разные состояния восприятия одной и той же Вселенной. Тело, разум и душа движутся по этим состояниям так же естественно, как дыхание движется между вдохом и выдохом. И именно это движение создает жизнь.

Когда вы начинаете видеть структуру, в которой живете, многое теряет власть. Страх перестает быть законом. Вина перестает быть судьбой. Привычка страдать перестает казаться глубиной. Вы начинаете понимать, что **каждый ваш опыт** – это не наказание и не случай-

ность, а форма обучения, в которой сознание познает само себя. Так человек проходит через свои миры – от плотных к свободным, от ограниченных к раскрытым, от борьбы к доверию.

Моя задача – не предложить вам новую религию и не продать очередную систему верований. Эта книга – не учение и не манифест. Это карта, составленная на основе наблюдений, практики и опыта множества традиций. Она соединяет психологическую точность с метафизической глубиной. Юнг говорил об архетипах – универсальных формах, через которые проявляется бессознательное. Уилбер – об интегральных стадиях развития, где дух постепенно раскрывает себя во множестве линий. Хокинс – об уровнях вибрации, где сознание расширяется от страха до любви. Веданта и тантра учили видеть мир как проявление майи – игры ума, где каждая форма реальности лишь отражение внутренней вибрации. Каббала описывала дерево Сефирот, нисхождение света из Источника в материю. Все эти системы, при внешних различиях, говорят об одном: человек живет внутри картины собственного сознания.

Эта книга продолжает ту же мысль, но предлагает иной язык – язык архитектуры. Потому что сознание устроено как храм. У него есть основание, несущие колонны, своды, проходы, скрытые комнаты, центр, в котором звучит тишина. Когда архитектор смотрит на здание, он видит не только стены, но и напряжения, оси, точки опоры, линии силы. Так же и с внутренней структурой: нужно научиться видеть не события, а те формы сознания, через которые они происходят.

Число двадцать шесть, в котором собрана эта карта, имеет сакральный смысл. В древнееврейской традиции это числовое значение имени Бога – тетраграмматона, символа полноты Бытия. Это соединение трех миров – Духа, Ума и Материи. В нумерологическом аспекте 26 раскрывается как $2+6=8$ – число баланса, силы, владычества над формой.

В эзотерических интерпретациях двадцать шесть – это цикл творения, заверщенный возвращением к Источнику.

Поэтому карта, состоящая из двадцати шести моделей, не случайна. Она отражает полный круг сознания – от первой искры выживания до света, где нет наблюдателя и наблюдаемого.

Каждая модель – это вселенная со своими законами, архетипом, фракталом, пределом и выходом. Это состояние, в котором можно жить годами, считая его «истиной». Но любая истина относительна, пока вы в ней находитесь. Истинным становится только то, что вы способны видеть со стороны. Именно поэтому духовное взросление не означает «взлететь выше», а означает «увидеть глубже». Не побег из формы, а осознание, что форма – тоже часть целого.

Мир моделей – это не лестница, где низшие хуже высших. Это дыхание, где каждое состояние нужно, чтобы следующее могло проявиться. Выживание дает опору. Борьба – силу. Жертва – смирение. Путь – смысл. Магия – внимательность. Любовь – полноту. Пустота – покой. Все это этапы одной и той же души, проходящей через разные состояния плотности и прозрачности, чтобы однажды увидеть себя во всех.

Когда человек говорит: «Жизнь несправедлива», он живет в модели жертвы. Когда говорит: «Я должен победить», он находится в модели борьбы. Когда говорит: «Кто-то должен помочь», он в модели спасения. Когда говорит: «Я сам создаю», – он уже вошел в модель творца. И так по спирали, пока не дойдет до тишины, в которой нет ни нужды, ни усилия, потому что все есть.

Сознание развивается не через победу над собой, а через узнавание. Узнавание – это момент, когда вы впервые видите: вот эта реакция – не вы, а часть структуры; вот этот страх – не истина, а след старого фрактала; вот эта цель – не зов души, а привычка быть нужным. В этот момент модель теряет власть. Вы остаетесь в той же жизни, среди тех же людей, но мир меняется. То, что раньше казалось стеной, становится дверью.

Эта книга выросла из опыта внутренней работы, из наблюдений за тем, как люди переходят из одной модели в другую. Я видел, как человек, привыкший выживать, впервые доверял жизни. Как тот, кто всегда боролся, позволял себе покой. Как тот, кто искал учителя, находил внутреннего. Как тот, кто хотел спасать, начинал просто присутствовать. Эти переходы не случайны. Они происходят, когда структура сознания готова к новой частоте. Поэтому духовная эволюция – не движение вверх, а смена частоты восприятия. Не прогресс, а развертывание.

Сознание – не то, что стремится стать светом. Оно уже свет. Просто его форма еще не способна этот свет удержать. Когда форма укрепляется, свет перестает ослеплять. Тогда начинается подлинная зрелость: способность быть собой в любом состоянии. Не улетать. Не разрушаться. Не зависеть. Не отрицать ни мира, ни тела, ни других.

Эта книга не о том, как «создавать реальность». Реальность не создается – она разворачивается из того, кем вы являетесь. Чем устойчивее внутренняя структура, тем гармоничнее внешняя. Чем чище восприятие, тем яснее события. Чем больше осознанности, тем меньше нужды в контроле.

Архитектор – это не тот, кто управляет миром. Это тот, кто понимает, как мир устроен. Кто способен быть одновременно внутри и вовне, действовать в материи, не теряя контакта с духом. Кто может держать форму, не застывая в ней. Кто может позволить жизни течь, не превращая ее в схему. **Архитектура сознания – это не теория, а способ видеть. Видеть – значит освобождать.**

Когда вы видите, где вы находитесь, вы уже стоите на границе следующего уровня. Когда видите весь спектр, исчезает желание выбрать «правильный». Появляется тихое знание: все, что есть, своевременно. Все, что было, – необходимо. Все, что будет, – уже внутри.

С этого начинается зрелость. Не с отказа от иллюзий, а с признания их роли. Не с поиска истины, а с понимания, что истина проявляется через вас. Не с желания изменить мир, а с готовности увидеть, как он уже отражает ваше состояние.

Вы не живете в мире. Вы живете в модели мира. И только осознав ее, вы впервые входите в реальность.

Мир не таков, каким кажется

Вы уверены, что каждый день видите мир таким, каков он есть? Кажется, что стол остается столом, дерево – деревом, а утренний автобус всегда идет по расписанию. Но стоит остановиться и заглянуть чуть глубже, и становится ясно: мы не живем в реальности как таковой, мы живем в ее отражении. Наука и мудрость традиций сходятся в одном: наше сознание строит модель мира, а не просто фиксирует готовую «объективную» картину.

Современные исследования подтверждают: реальность, которую вы воспринимаете, – это «данные», проходящие через фильтры чувств и ума. Ученые отмечают, что восприятие не является прямым отражением внешнего мира; оно – динамическая конструкция, где наши органы чувств захватывают лишь малую часть информационного поля, а мозг активно фильтрует, интерпретирует и придает смысл этому потоку.

Таким образом, субъективный опыт – это персональный «пакет данных», созданный на основе ограниченных входящих сигналов, а не полная запись всего, что находится вокруг.

Этот процесс настолько глубоко укоренен, что мы не замечаем его. Видимо, поэтому великий нейробиолог Майкл Газзанига писал, что наше левое полушарие вынуждено «конструировать теории, объясняющие как явные, так и скрытые эмоциональные реакции», чтобы поддерживать внутреннюю целостность, создавая тем самым субъективную реальность. **Наш мозг – настоящий мастер оправданий:** он объясняет наши поступки, чтобы все выглядело логично, даже если эти объяснения появляются задним числом. Это не обман, а старая добрая привычка выживать, делая хаос более понятным.

Факторы, влияющие на эту внутреннюю картину, многочисленны. Эмоции окрашивают восприятие: когда вы чувствуете тревогу, любая тень кажется угрозой, а в состоянии покоя мир светлеет на глазах. Верования и ценности задают фильтры того, что «можно» и «нельзя». Личный опыт, культура и когнитивные искажения тонко переплетаются, формируя уникальную линзу, через которую вы смотрите на события.

Даже биология вносит свою лепту: стресс или травма могут оставить эпигенетические метки, меняющие не только настроение, но и само восприятие будущего.

И это не выдумка эзотериков; исследователи указывают, что негативные переживания могут буквально «вплестаться» в нашу ДНК, влияя на то, как мы видим мир в последующие годы.

Такая картина восприятия поражает размерами, но к ней уже давно подбирались древние философы. В индуистской веданте мир обозначался словом «майя» – иллюзия или туман, скрывающий подлинную реальность. Платон в «Аллегории пещеры» описал людей, видящих лишь тени на стене, но принимающих их за истину. Суфии говорили: «Видимое – это завеса», а христианские мистики вспоминали «туман незнания». Наши предки не обладали МРТ-сканером, но интуитивно ощущали, что видимая реальность – это лишь фасад. **В этом заключается традиционный взгляд: уважение к прошлым мудростям, которые не устарели, а лишь нуждаются в новом языке.**

Современная нейробиология дала этому языку математическую форму. Теория «предиктивного кодирования» утверждает, что мозг постоянно прогнозирует, какой должна быть реальность, основываясь на прошлых переживаниях, и сверяет эти ожидания с поступающей

сенсорной информацией. Если прогноз не совпадает с фактом, модель немного корректируется. Проще говоря, вы видите не то, что есть, а то, что, по мнению вашего мозга, должно быть. Именно поэтому два человека могут, стоя рядом, описывать одно событие по-разному: каждый корректирует мир под свою внутреннюю схему. Это похоже на старый телевизор, который все время подстраивает изображение под мощность сигнала.

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.