

UNITED WISDOM

Повседневный ритуал: как действие удерживает важное в памяти

Смысл и путь

Andrey Zarinsh & Maria Evilkut

P45 · RU

@andrey.zarinsh @ilkutki

Повседневный ритуал: как действие удерживает важное в памяти

Эпиграф

Намерение, говорю я вам, есть камма.

— AN 6.63, раздел о камме; собственный перевод United Wisdom с английского перевода Тханиссаро Бхиккху, 1997. Это буддийское утверждение о намеренном действии, а не обещание результата бытового ритуала.

О чём эта статья

Перед выходом из дома человек касается маленькой записки возле двери. На ней всего два слова: «Не торопись». Кто-то зажигает свечу, вспоминая умершего близкого; кто-то перед ужином благодарит тех, благодаря кому еда появилась на столе. Внешне это небольшие действия, но их смысл бывает гораздо больше самого движения. Такой жест может удерживать важное среди обычных забот. Он также может стать пустой обязанностью, способом произвести впечатление или условием, без которого страшно начинать день. Эта статья исследует повседневный ритуал как форму памяти и внимания. Мы различим осмысленный жест, привычку, религиозное предписание и обещание магического эффекта; обратимся к нескольким первичным текстам, сохраняя различия между ними. Затем спросим, какое конкретное действие поддерживает выбранная форма, кто несёт её цену и можно ли её пересмотреть. Речь не о гарантированном преображении, а о внимательном отношении к тому, что человек добровольно хочет помнить.

I. Действие, которому дано значение

Не всякое повторение является ритуалом. Человек может ежедневно закрывать окно, потому что становится холодно, и не придавать этому действию дополнительного значения. Но если перед закрытием он на минуту смотрит на двор, вспоминая, кому сегодня хотел позвонить, возникает другая связь: практическое движение становится носителем выбранного напоминания. Мы используем слово «ритуал» в этом ограниченном редакционном смысле. Это не универсальное определение всех обрядов и не утверждение о том, что обычный жест равен таинству, молитве или установленной традицией церемонии.

Полезно различать три вещи: саму форму, значение, которое человек ей приписывает, и дальнейшее действие. Форма может быть почти незаметной — поставить чашку, произнести имя, открыть книгу. Значение отвечает на вопрос, что именно здесь важно. Дальнейшее действие показывает, имеет ли это значение место за пределами момента. Если записка напоминает о бережности, но после неё человек сознательно унижает собеседника, прикосновение к бумаге не исправляет отношения. Это не делает все символы бесполезными; это показывает предел конкретного символа.

Представим вымышленную сцену. Отец перед семейным ужином называет одно событие, за которое благодарен. Сначала дети слушают, затем замечают, что назвать собственное событие можно только после него, а сомнение считается неблагодарностью. Слова о благодарности остались прежними, но устройство вечера изменило их смысл. В другой семье та же пауза допускает молчание, усталость и трудный день. Обе сцены придуманы для сравнения; они не доказывают эффект вечерних ритуалов. Они помогают увидеть, что значение создаётся также отношениями между участниками.

Поэтому начинать стоит с простого вопроса: для чего этому человеку нужна именно эта форма? Ответ «так принято» может быть содержательным: он связывает с семьёй, общиной или историей. Но он может скрывать отсутствие выбора. Ответ «так мне спокойнее» описывает переживание, хотя ещё не доказывает пользу для всей жизни. Ответ «иначе случится беда» требует отдельного внимания к тому, откуда взялось такое условие. Сначала важно услышать различие между ответами, не объявляя одну и ту же оценку всем повторяемым действиям.

II. Память, вписанная в обычный день

Второзаконие 6:4–9 помещает память о заповеди в дом, дорогу, пробуждение и отход ко сну; говорит о знаках и надписях. Это текст завета и обязанности перед Богом, а не древний совет по организации личной эффективности. Увидеть в нём повседневную форму памяти можно, если не вычеркнуть эту принадлежность. Современный читатель вправе сопоставить устройство напоминания со своей жизнью, но такое сопоставление останется его интерпретацией. Оно не превращает религиозное предписание в универсальную технику, одинаковую для всех мировоззрений.

Личный знак работает в более скромном смысле: он даёт человеку возможность вновь обратиться к тому, что уже было признано важным. Это редакционный вывод о назначении знака, а не результат исследования памяти. Кольцо может напоминать об обещании, фотография — о связи, календарная дата — о потере или благодарности. Но предмет не содержит одинакового сообщения для каждого наблюдателя. Человек, который видит фотографию незнакомого лица, не получает автоматически ту историю,

которая открывается её владельцу. Для понимания иногда нужен рассказ, а иногда уважение к молчанию.

У повседневного напоминания есть преимущество ограниченности. Оно не требует вспомнить всё сразу и не делает каждый завтрак итоговым экзаменом жизни. Допустим, человек кладёт телефон экраном вниз, когда к нему обращаются. Он выбрал конкретное значение: дать собеседнику закончить мысль. Этот жест не означает, что он всегда доступен или обязан выслушивать любую просьбу. Напоминание становится точнее, когда рядом существует граница. Можно внимательно услышать вопрос и всё же ответить, что сейчас нет времени или что просьба выходит за пределы возможного.

Однако повторяемость сама по себе не сохраняет смысл навсегда. Записку перестают замечать, семейный рассказ сокращается до формулы, предмет становится украшением. Это возможность, а не закон неизбежного обесценивания. Иногда именно знакомая форма позволяет присутствовать без постоянного объяснения. Поэтому проверять стоит не силу впечатления каждый раз, а узнаваемость значения: могу ли я сказать, что здесь помню, и соответствует ли этому мой следующий поступок? В таком вопросе нет требования ежедневно испытывать сильное чувство; есть приглашение не подменять память фактом движения.

III. Форма и человечность в конфуцианском тексте

В «Лунь юй» 3.3 Конфуций связывает разговор о ритуальной правильности с человечностью; в 3.4 сопоставляет сдержанность с расточительностью и настоящее горе с тщательностью внешнего исполнения. Перевод Джеймса Легга передаёт эти понятия языком своей эпохи. Здесь нельзя просто приравнять ли к личной привычке, а жэнь — к приятному чувству. Речь идёт о нормативной жизни среди людей. Для нашей темы важен ограниченный вопрос: что происходит с формой, когда она перестаёт выражать должное отношение к другим? «Лунь юй», книга 3.

Представим человека, который приносит цветы на семейную встречу, но не даёт пожилому родственнику выбрать удобное место. Цветы могут быть искренним знаком любви, однако они не освобождают от внимания к конкретной просьбе. Здесь вопрос не в запрете красивой формы. Важнее увидеть, какое действие она сопровождает и какое незаметно вытесняет. Иногда хороший способ проверить символ — спросить получателя, что ему действительно нужно. Ответ может изменить привычную церемонию, и это изменение не обязательно означает утрату уважения к семье.

Есть и обратная ошибка: объявить всякую форму неискренней, если чувство недостаточно яркое. Человек может соблюдать порядок прощания в день, когда он устал и не способен подобрать слова. Внешняя форма иногда даёт место тому, что пока

невозможно выразить иначе. Внимание к человечности не требует, чтобы каждое движение сопровождалось проверяемой глубиной переживания. Мы не можем измерить внутреннюю жизнь другого по выразительности жеста. Более доступен вопрос о добровольности, уважении и возможности человека быть услышанным, даже когда его участие выглядит тихо или неловко.

Конфуцианский материал не разрешает современный спор о любой семейной традиции одним предложением. В нём есть исторические отношения власти и установленного порядка, которые нельзя автоматически переносить в сегодняшнюю семью. Мы берём из прочитанного вопрос к связи формы и отношения, сохраняя дистанцию к исходному миру текста. Такая аккуратность позволяет учиться у источника без заявления, что его автор одобрил наши современные решения. Решение изменить ужин, поздравление или памятную встречу остаётся ответственностью участников, а не ссылкой, освобождающей их от разговора.

IV. Когда знак замещает обязанность

В Марка 7:1–23 спор о внешнем соблюдении соединён с примером корвана: посвящение дара используется в обсуждаемом случае так, что родители не получают помощи. Текст противопоставляет такую практику обязательству и говорит о том, что исходит из человека. Это конкретная внутренняя религиозная полемика, а не характеристика всех иудеев, всех обрядов или всей традиции. Мы обращаем внимание на устройство подмены: форма, заявленная как благочестие, может заслонить ответственность. Евангелие от Марка, 7:1–23.

В современной вымышленной ситуации человек каждый год публикует красивое поздравление другу, но месяцами не возвращает обещанную вещь и уклоняется от разговора об этом. Публикация может иметь своё значение; проблема возникает, когда она принимается за выполненное обещание. Не всякая обязанность сводится к деньгам или услуге, и дружба не является бухгалтерией. Но символическое признание не отменяет конкретного согласия. Чтобы понять, что произошло, иногда достаточно восстановить простую последовательность: что было обещано, что выполнено, что осталось открытым и можно ли это честно обсудить.

Подмена бывает незаметна самому участнику. Он действительно чувствует благодарность, раскаяние или желание помочь и принимает это чувство за уже совершённый поступок. Поэтому вопрос «искренен ли я?» не всегда достаточен. Полезнее уточнить: кто увидит результат за пределами моего переживания? Если я вспоминаю о внимании к близкому, доступен ли ему разговор? Если думаю о справедливости, пересмотрел ли решение, от которого зависит другой? Это вопросы к

действию, не обвинение в лицемерии. Они позволяют сохранить искренний жест и одновременно увидеть незавершённую часть.

Не стоит, однако, требовать от каждого памятного действия немедленного внешнего результата. Свеча в память об умершем не обязана превращаться в полезный проект, а минута молчания не должна оправдывать себя продуктивностью. Различие проходит по назначению. Если форма хранит память, она может оставаться формой памяти. Если она объявлена исполнением обещания или заменой помощи, появляется другой критерий. Внимательная оценка сначала выясняет, что жест утверждает, и только затем спрашивает, выполнено ли утверждённое. Иначе мы снова подменим значение, на этот раз собственной меркой.

V. Намерение и то, чего жест не гарантирует

AN 6.63 в разделе о камме связывает намеренное действие с телом, речью и умом; весь текст рассматривает несколько областей буддийского учения. Эта связь не равна современному лозунгу о том, что мысль создаёт любую желаемую реальность. В статье мы используем только различение намерения и действия, не заявляя проверки буддийской картины последствий. Намерение помогает спросить, ради чего совершён жест. Оно не даёт нам права обещать, что свеча, слово или повторение обеспечат успех, здоровье или благополучие окружающих. AN 6.63, §5.

Человек вправе придавать действию религиозный смысл, который не исчерпывается доступной внешней проверкой. Но когда ему предлагают купить форму с гарантией конкретного результата, возникает проверяемое утверждение. «Этот жест выражает мою надежду» и «этот жест предотвратит несчастье» — разные предложения. Первое описывает значение для говорящего. Второе сообщает о причинной связи, для которой нужны отдельные основания. Уважать надежду можно без принятия неподтверждённой гарантии. Здесь полезно попросить назвать обещание точно: что должно измениться, при каких условиях и на чём построена уверенность.

Можно выбрать скромную формулировку собственного ритуала: «Когда я ставлю чашку, я вспоминаю, что хочу говорить без спешки». Она оставляет место неудаче, исправлению и изменившимся обстоятельствам. Человек может забыть паузу и всё же уважительно поговорить; может выполнить её и всё же сорваться. Ни один вариант не делает форму источником власти над событиями. Такая связь позволяет оценивать следующий поступок непосредственно, не объясняя каждый трудный день недостаточно правильным движением. Ритуал становится приглашением вернуться к важному, а не условием права на хороший исход.

Отказ от гарантии не обесценивает действие. Намеренно подготовить место для разговора, сохранить памятную дату или начать работу с напоминания о честности может быть значимым выбором. Его смысл не обязан подтверждаться чудом. Но и красивое описание не избавляет от проверки обычной цены: сколько времени это занимает, не мешает ли другим, не превращается ли в повод требовать послушания. Если форма требует всё больше усилий, а её назначение становится всё менее ясным, можно изменить её или сделать паузу. Это решение о способе участия, а не приговор человеку.

VI. Подготовить себя к встрече с действительностью

В «Энхиридионе» 4 Эпиктет предлагает перед походом в баню помнить, какие затруднения там возможны, и удерживать намерение действовать в согласии с природой. Это стоическое упражнение в отношении к обстоятельствам, а не бытовой обряд, который устраняет толпу или грубость. Для нашей темы здесь видна форма предварительного обращения к намерению. Сходство с ритуальным напоминанием ограничено этим устройством. Стоическое представление о природе и свободе воли не совпадает ни с заветом Второзакония, ни с буддийским учением о камме. «Энхиридион», §4.

В современной ситуации человек перед сложным совещанием читает одну строку из собственных заметок: «Сначала уточнить, потом возражать». Это не обещание приятного совещания и не обязанность терпеть унижение. Это выбранный порядок своего ответа. Он может заранее решить, какой вопрос поможет понять предложение, а при явном нарушении границ остановить разговор. Подготовка к действительности предполагает встречу с тем, что действительно происходит. Если напоминание заставляет отрицать конфликт или соглашаться на недопустимое, форма перестала служить заявленному вниманию и требует пересмотра.

Смысл такого начала не в безошибочном самообладании. Напоминание не превращает человека в того, кто никогда не раздражается, не устает и не ошибается. Оно позволяет заранее назвать направление, а после события сравнить с ним конкретный эпизод. «Я перебил коллегу; в следующий раз хочу дать ему закончить» — более определённый вывод, чем «я совершенно не умею жить». Ритуальная пауза здесь может сопровождать работу, но не выдавать свидетельство нравственной исключительности. Её ценность обсуждается через участие в ситуации, а не через звание практикующего.

Также важно не переоценивать личную подготовку там, где проблема устроена коллективно. Если совещания систематически исключают одного участника, его утренний жест не заменит изменение правил. Если рабочий график не оставляет времени на отдых, символическая пауза не создаст свободные часы. Внимание к своему действию может сосуществовать с просьбой, переговорами и общей организацией. Это

защищает повседневный ритуал от чрезмерной ответственности: он остаётся небольшим способом помнить направление, а не решением всех материальных, социальных и семейных обстоятельств, внутри которых человек действует.

VII. Общая форма и право участвовать по-разному

Совместный ритуал существует не только в сознании инициатора. Если один человек предлагает семейную минуту тишины, другие могут услышать в ней память, поддержку, чужую религиозную принадлежность или проверку лояльности. Значение нельзя установить исключительно объяснением ведущего. Здесь полезно спросить участников, что они готовы разделить, и оставить возможность не участвовать. Отказ не обязательно означает безразличие к людям или событию. Он может выражать другую веру, тяжёлый опыт, потребность в приватности или просто нежелание выполнять предложенную форму именно сегодня.

В вымышленной рабочей группе руководитель начинает неделю с благодарности. Когда сотрудник не хочет говорить публично, ему предлагают выразить благодарность письменно, а затем обсуждают его «закрытость». Формально способ участия изменён, но свободы отказаться не появилось. Это хороший пример различия между разнообразием форм и добровольностью. Другой вариант — оставить пожелание тем, кто хочет его произнести, и перейти к обычной работе без оценки молчавших. Такие решения не гарантируют хорошую атмосферу; они лишь не делают символическое действие скрытым условием признания в группе.

Память в семье тоже может быть неодинаковой. Один хранит праздничный рецепт, другой помнит тяжёлые обстоятельства тех же праздников. Разговор о традиции станет точнее, если в нём допустимы обе истории. Можно сохранить блюдо, изменить порядок встречи, отказаться от обязательного тоста или выбрать другую дату. Это не всегда легко, особенно когда форма связана с умершим близким. Тогда важно различить любовь к человеку и неприкосновенность каждого элемента церемонии. Иногда уважение выражается сохранением формы; иногда — вниманием к тому, кто не может сейчас её повторить.

Для общей формы можно заранее обозначить простые условия: длительность, смысл, возможность молчать, право выйти и отсутствие наказания за иной способ участия. Это редакционное предложение, а не универсальный порядок религиозных общин. Там, где обряд имеет установленное значение, честнее назвать его принадлежность, чем представить нейтральным действием для всех. Человек сможет решить, как относиться к приглашению. Ясность не уничтожает общность; она помогает понять, какая общность действительно возможна между людьми с разными основаниями, не присваивая их согласие заранее.

VIII. Когда пересмотр сохраняет важное

Повседневную форму можно пересматривать без тотального решения о своей вере, семье или личности. Иногда меняется место, время или физическая возможность. Человек больше не может стоять у окна, семья живёт в разных городах, привычный день занят необходимой работой. Тогда вопрос состоит в том, что именно хочется сохранить: присутствие, память, разговор, благодарность. Если значение названо, появляется выбор другого действия. Это не означает, что любая религиозная форма свободно заменима; о её установленном порядке нужно узнавать внутри соответствующей традиции, а не выводить разрешение из нашей статьи.

Предположим, двое близких привыкли гулять в воскресенье и обсуждать неделю. После изменения графика один начинает воспринимать прогулку как новую обязанность. Можно защищать точную дату и каждый раз спорить; можно спросить, что прогулка давала каждому. Возможно, важнее было время вдвоём, а не маршрут. Возможно, для одного именно место хранит особую память. Тогда решение потребует разговора о разных ценностях, а не одного удобного заменителя. Пересмотр полезен, когда он делает различия видимыми, вместо того чтобы объявить неудобство одного участника неправильным отношением.

Можно временно оставить форму и снять с неё обещание. Утреннее чтение перестанет быть условием «правильного дня» и останется временем знакомства с текстом. Памятный ужин перестанет требовать радости от каждого участника. Запись в дневнике станет необязательной, если сегодня человеку нужен сон. Это небольшие изменения договора с собой или другими. Их не следует выдавать за терапию или способ исправить любое напряжение. Но они позволяют проверить, поддерживает ли выбранное действие важное сейчас, и увидеть цену, которая раньше казалась неотделимой от самого значения.

Если нарушение последовательности вызывает сильный страх, мешает повседневным делам или требует всё новых повторений, не стоит усиливать ритуал по совету статьи. Мы не устанавливаем причину такого опыта и не называем его диагнозом. Здесь разумнее обсудить затруднение с подходящим специалистом, описав конкретно, что происходит и как это ограничивает жизнь. Религиозный собеседник может помочь понять смысл предписания, но это не автоматически заменяет помощь по другому вопросу. Выбор поддержки зависит от самой трудности, а не от красивого названия практики.

IX. Небольшой знак и большое право выбора

Рассмотренные тексты не говорят одним голосом. Второзаконие связывает повседневную память с заветом; конфуцианский текст ставит вопрос о человечности и форме; Марк показывает конкретный конфликт соблюдения и обязанности; AN 6.63 рассматривает намеренное действие в буддийском учении; Эпиктет готовит отношение к возможным обстоятельствам. Сопоставление не доказывает их тождество. Оно даёт несколько разных вопросов к одному современному жесту. Какое значение он хранит? Как относится к людям? Что не может заменить? Какое намерение выражает? К какой действительности готовит? Ответы остаются нашими, а различия — реальными.

Хороший итог разговора о личном ритуале может быть очень скромным. Человек понимает, почему оставляет фотографию у рабочего стола; другой решает не делать обязательный тост; третий сохраняет молитву в её собственной религиозной принадлежности. Не нужен единый набор действий для всех читателей. Наличие ритуала не делает жизнь глубже по определению, а отсутствие не доказывает недостаток смысла. Иногда внимание выражается повторяемым жестом, иногда — изменением расписания, честным ответом или выполненным обещанием. Форму можно выбирать по тому, чему она действительно служит.

Особенно важно оставить человеку право на несовершенное участие. Можно забыть памятную дату и всё же любить, молчать и всё же быть благодарным, изменить форму и всё же хранить связь. Это не оправдание нарушенных обещаний; обещания обсуждаются отдельно. Речь о том, чтобы знак не стал единственным доказательством внутреннего отношения. Когда от него требуют такой власти, участники начинают защищать внешний порядок вместо разговора о важном. Более открытая форма допускает уточнение: «Я это помню, хотя сегодня хочу выразить иначе». Другой человек вправе услышать и ответить.

Повседневный ритуал удерживает важное в памяти в ограниченном, человеческом смысле: человек вновь обращается к значению через выбранное действие. Он не распоряжается будущим и не освобождает от следующего поступка. Поэтому можно относиться к нему серьёзно, не делая неприкосновенным. Назвать смысл, увидеть цену, спросить участников, отличить память от исполненного обещания — уже достаточно для внимательного начала. После этого решение может звучать просто: сохранить, изменить, отложить или отказаться. Важное не всегда исчезает вместе с формой; иногда именно право пересмотра помогает узнать, что хотелось сохранить.

Что это значит на практике

Выберите один небольшой повторяемый жест, который уже есть в вашей жизни. Не нужно создавать новый ритуал или выбирать религиозную форму, к которой вы не принадлежите. Это добровольное размышление; его можно пропустить. Запишите обычными словами, что вы делаете, когда и вместе с кем. Затем отдельно назовите значение: что хотите помнить? Лучше одно конкретное значение, чем требование стать другим человеком целиком.

Посмотрите на последний случай. Что произошло после жеста? Если значение связано с отношением к другому, было ли ему доступно соответствующее внимание? Если это память о человеке или событии, не требуйте от неё полезного результата. Различите назначение формы и обещание, которое вы могли незаметно к ней добавить. Не оценивайте всю жизнь по одному эпизоду.

Назовите цену: время, деньги, усилие, участие других. Есть ли у них право отказаться? Если вы не знаете, можно спросить без убеждения и без проверки лояльности. Затем выберите один вариант на ближайший случай: сохранить форму, сделать проще, объяснить значение, предоставить иной способ участия или сделать паузу. Ваша задача — уточнить связь действия с важным, а не добиться сильного переживания.

После следующего случая достаточно двух коротких заметок: что я хотел помнить и что фактически сделал. Несовпадение не является приговором; оно может показать, какое обещание требует отдельного действия. Если упражнение усиливает страх нарушения формы или заставляет повторять её против желания, остановитесь. Эта практика не является лечением и не заменяет помощь по трудности, которая заметно мешает жить.

Ключевая цитата

> *Да будут в сердце твоём.*

— Второзаконие 6:6, короткий фрагмент; собственный перевод United Wisdom с KJV. В исходном тексте речь о словах заповеди в контексте завета, а не о любом личном напоминании.

Связи между традициями

Источник или традиция	Основание в прочитанном	Вопрос к повседневной форме	Существенная граница
Иудейский библейский текст	Второзаконие 6:4–9 помещает память о заповеди в обычный день	Что знак сохраняет?	Завет перед Богом не равен личной технике памяти
Конфуцианство	«Лунь юй» 3.3–3.4 соотносит форму с человечностью и настоящим горем	Как форма относится к людям?	Ли не сводится к привычке; сохраняется исторический нормативный контекст
Христианский текст	Марка 7:1–23 обсуждает соблюдение, корван и обязанность	Не замещает ли знак ответственность?	Конкретная полемика не характеризует всех иудеев или все обряды
Ранний буддийский текст	AN 6.63, §5 связывает камму с намерением	Ради чего совершается действие?	Это учение не обещает управлять событиями бытовым жестом
Стоицизм	«Энхиридион» 4 предлагает предварительно вспомнить возможные обстоятельства и направление действия	К чему готовит начало?	Отношение к обстоятельствам не гарантирует их благоприятность
Редакционное сопоставление UW	Современные сцены в этой статье созданы авторами	Кто выбирает форму и несёт её цену?	Аналогии не доказывают тождество учений и не являются исследованием эффективности

Первоисточники

1. Второзаконие 6:4–9, KJV. Прочитан указанный фрагмент; память о заповеди, повседневность и знаки. Собственный RU-перевод короткой цитаты.

2. «Лунь юй», книга 3, перевод James Legge. Прочитаны 3.3–3.17, особенно 3.3–3.4; историческая связь формы, человечности и горя.

3. Марка 7:1–23, KJV. Прочитан весь указанный отрывок; корван в 7:10–13 и контекст спора.

4. AN 6.63, перевод Thanissaro Bhikkhu, 1997. Прочитана страница, в особенности §5. Сохраняется буддийское учение о намерении; бытовой эффект ритуала не установлен.

5. Эпиктет, «Энхиридион», §4, перевод Thomas W. Higginson. Прочитаны §1–4 и издательские сведения; пример предварительного напоминания перед баней. Современные сцены и практика статьи являются редакционными предложениями, а не доказанным вмешательством.

Теги

ритуал, повседневность, память, внимание, символ, жест, привычка, смысл, намерение, человечность, отношения, семья, традиция, добровольность, границы, обещание, ответственность, благодарность, горе, заповедь, завет, конфуцианство, буддизм, христианство, иудаизм, стоицизм, первоисточники, сопоставление, пересмотр, практика

Про авторов

Andrey Zarinsh — автор и основатель проекта United Wisdom. Исследует темы внутренней трансформации, единства традиций, межкультурного диалога и современной духовной дисциплины. Instagram: @andrey.zarinsh.

Maria Evilkut — соавтор United Wisdom. Помимо исследовательской работы, она стремится проверять эти идеи на практике и наблюдать, как принципы единства и взаимопонимания работают в реальной жизни между людьми и культурами. Instagram: @ilkutki.