

UNITED WISDOM

«Меня не слышат»: какой ответ действительно отсутствует

Отношения и близость

Andrey Zarinsh & Maria Evilkut

R-09-N01 · RU

@andrey.zarinsh @ilkutki

«Меня не слышат»: какой ответ действительно отсутствует

Эпиграф

> *«чего я хочу»*

Чарльз Диккенс, «Тяжёлые времена», книга I, глава I, 1854. Фрагмент речи Грэдграйнда; собственный перевод. Голос персонажа внутри сатирической сцены, не рекомендация автора.

О чём эта статья

После длинного разговора один человек говорит, что его опять не услышали. Другой удивлён: он внимательно слушал, может повторить просьбу и даже ответил на неё. Иногда за одной фразой скрываются разные отсутствующие результаты. Смысл не поняли; личную значимость не признали; с предложением не согласились; обещанное действие не произошло. Всё это может быть важно, но это разные вопросы. Если они соединены, собеседнику трудно понять, что именно ещё нужно ответить, а говорящий снова переживает, что разговор обошёл его настоящую трудность.

Статья предлагает уточнить своё ожидание через доступный ответ или действие. Это авторская карта различений, а не тест отношений, диагноз или обязательная модель общения. Все бытовые сцены вымышлены. Переживание человека заслуживает внимания, но само по себе не устанавливает, какую именно часть другой понял или не понял. Мы сохраняем право на разногласие, отказ и неполный ответ. При угрозах, принуждении или опасности за несогласие совместное упражнение не требуется; доступная местная помощь и безопасность имеют отдельный приоритет. В спокойной ситуации можно начать с небольшого вопроса: какое наблюдаемое изменение позволило бы мне точнее назвать, что в этом разговоре отсутствует?

@andrey.zarinsh @ilkutki

I. Одна фраза, четыре возможных предмета

Выражение меня не слышат может описывать реальный болезненный опыт и оставаться слишком общим для следующего шага. Полезно сохранить его как собственное переживание, затем выбрать предмет. Возможно, собеседник отвечает на другую тему. Возможно, он понял факты, но не заметил, почему событие важно. Возможно, отказал в просьбе. Возможно, принял её, но ничего не сделал. Мы не устанавливаем, какая версия правильна заранее. Карта помогает узнать, какой вопрос сейчас требует ответа, не заставляя человека отказаться от общего чувства или назвать его ошибочным.

Представим, что Вера говорит Илье о поздних изменениях планов. Он отвечает, что поездка всё равно состоялась. Она хотела обсудить отсутствие предупреждения, а он оценил конечный результат. Здесь может отсутствовать понимание предмета. В другом варианте он точно понял её просьбу предупреждать заранее, но считает её излишней. Тогда присутствует разногласие. Если он согласился, однако опять изменил время без сообщения, возникает вопрос о выполнении. Одно и то же переживание Веры может сопровождать все три сцены, но практический ответ потребуется разный.

Выбор предмета не обязан быть окончательным. Человек может обнаружить две трудности одновременно и назвать их отдельно. Например, мне важно, чтобы вы поняли, о чём я спрашиваю, и чтобы мы затем обсудили доступный способ предупреждения. Это ещё не принятие способа. Это порядок вопросов, который можно предложить добровольно. Собеседник вправе согласиться с порядком, изменить его или остановить разговор. Мы не назначаем единственную верную последовательность, но не скрываем разные ожидания за требованием услышать всё сразу и ответить одним общим жестом.

Полезно также знать, что не станет достаточным ответом. Повторение слов может проверить понимание, но не заменить действие. Помощь действием может не дать необходимого признания значимости. Если ожидается всё вместе, это стоит назвать, сохраняя различия. Тогда человек не меняет критерий незаметно после каждого ответа. Он может сказать, что один пункт выполнен, другой остаётся открытым. Такая точность не делает разговор бухгалтерией. Она помогает не обнулить частичный реальный ответ и не объявить всю трудность решённой только потому, что одна её часть получила внимание.

II. Когда не понят предмет

Первый вопрос касается того, что собеседник считает вашим сообщением. Если он отвечает на другое, можно уточнить одну различающую деталь. Речь о времени предупреждения, а не о том, состоялась ли поездка. Речь о шуме ночью, а не о праве вообще слушать музыку. Предмет становится конкретнее через событие и желаемую часть ответа. Не требуется обвинять человека в намеренном игнорировании, чтобы сделать поправку. Он мог понять иначе; его причина пока неизвестна. Сначала можно узнать, изменилось ли понимание после уточнения.

Вера поясняет, что хочет знать о новом времени раньше, чем начинает готовиться. Илья может пересказать предмет своими словами, если готов. Вера вправе исправить его версию или подтвердить, что это именно её вопрос. Такое подтверждение относится к смыслу, не к общему соглашению. Если Илья после точного пересказа отказывается предупреждать, теперь известно другое расхождение. Мы не продолжаем автоматически утверждать, что он ничего не понял. Отказ может быть неприемлем для Веры, но оценка его оснований и её дальнейшего выбора требует отдельного рассмотрения.

Иногда человека просят повторить всё сказанное, а любое несовпадение слов считают провалом. Это слишком строгий критерий для обычного разговора. Можно проверить существенную часть смысла, не требуя дословного воспроизведения. Для бытового вопроса важнее различить два предмета, которые приводят к разным решениям. Собеседник сохраняет собственный язык. Если его пересказ точен по делу, непривычная формулировка не обязательно означает отсутствие понимания. Одновременно человек вправе уточнить важную деталь, которую общий пересказ потерял. Проверка относится к этому сообщению, а не к экзамену на идеальное внимание.

Не всегда понимание удаётся установить. Другой может не хотеть пересказывать, быть не готовым к теме или отвечать неопределённо. Тогда доступен ограниченный итог: подтверждения пока нет. Это не доказательство лжи, отсутствия любви или сознательной стратегии. Можно выбрать другое время, собственный план или остановить обмен. Статья не требует добиться подтверждения любой ценой. Её различение помогает назвать отсутствующее свидетельство, а не заменить его уверенностью в чужом внутреннем состоянии. Точный предмет может остаться без общего ответа, и такую незавершённость тоже полезно сохранить видимой.

III. Когда не признана личная значимость

Можно понять событие и всё же не ответить на то, почему оно важно человеку. Собеседник знает, что встреча перенесена, но не заметил потерянный день подготовки. Он может согласиться с фактом и оценивать его иначе. Признание личной значимости не обязательно означает одинаковое переживание. Можно сообщить, что услышано: для вас это важное условие, даже если для меня оно менее существенно. Такая возможность является авторским примером ответа, а не доказанным скриптом, который обязан вызывать чувство близости или заменять дальнейшее решение вопроса.

Вера объясняет, что неопределённость планов мешает ей распределять рабочее время. Илья отвечает, что это всего лишь небольшая задержка. Возможно, здесь не отсутствует знание события; отсутствует ответ на его значение для Веры. Она может попросить обсуждать не величину задержки вообще, а то, как она влияет на её день. Он вправе сохранять другую оценку. Однако у них появляется понятный предмет: значение конкретного условия. Вера не назначает ему такое же чувство и не требует признать любую её интерпретацию объективной истиной обо всём событии.

В работе Лорансо, Фельдман Барретт и Пьетромонако 1998 года изучались раскрытие личного и воспринимаемый ответ партнёра через дневники взаимодействий. В модели понимание, принятие и забота различались внутри воспринимаемой отзывчивости. Это ограниченная исследовательская опора, не проверка нашей четырёхчастной карты и не гарантия эффекта фразы. Самоотчёты о взаимодействиях не устанавливают мотив конкретного собеседника или его обязанность согласиться с просьбой. Здесь важно лишь не сводить переживание ответа к одному повторению фактов.

Значимость можно назвать неполно. Не обязательно раскрывать всю историю, чтобы сообщить, что данный вопрос важен. Человек может сказать, что пока не готов объяснить подробнее. Другой вправе признать этот предел, не обещая того, что не понял или не может выполнить. Мы сохраняем два вида самостоятельности: право человека определять собственный опыт и право собеседника выбирать доступное участие. Если они не находят подходящей формы признания, это реальное расхождение, а не повод объявить одну сторону лишённой чувств или другую слишком требовательной по одному эпизоду.

IV. Когда отсутствует согласие

Третий предмет — решение принять предложение. Понимание и признание значимости не создают его автоматически. Человек может точно знать, чего хотят, уважать причину и отказать. Тогда просьба услышана в одном смысле, но не принята в другом. Это может быть существенным и болезненным различием. Полезно назвать его прямо, вместо утверждения, что любой отрицательный ответ доказывает отсутствие понимания. Согласие остаётся самостоятельным ответом. Уважение к участнику не превращает его желание в готовое обязательство другого, как и отказ не делает желание недействительным.

Илья говорит, что понял потребность Веры в предупреждении, но не обещает сообщать за день, потому что сам узнаёт изменения поздно. Вера может считать такой порядок неподходящим. Можно обсудить другой доступный срок, если оба готовы. Возможен вариант, который не удовлетворит полностью. Можно признать несовпадение без принуждения к удобному ответу. Условная сцена показывает различие предметов, а не правильный исход. Статья не решает, стоит ли Вере принять условия, изменить совместные планы или вообще отказаться от определённой формы участия в дальнейших поездках.

Когда отказ называют доказательством, что человек не услышал, у него может не остаться доступного способа показать понимание без подчинения. Полезно проверить, какой ответ действительно допускается. Если единственный достаточный результат — выполнение желания, речь идёт о согласии или действии, а не только о понимании. Это не обвинение говорящему. Оно помогает честно назвать масштаб ожидания. Человек вправе хотеть определённого результата и считать его необходимым для своего участия. Но эта необходимость не создаёт права назначать чужой внутренний ответ или принуждать к новому добровольному предложению.

Есть и действительные обязанности из ранее принятого соглашения, роли или иных оснований. Их нельзя отменить простым отказом и нельзя вывести из одного чувства. Статья не определяет юридическую ответственность. Она предлагает различить новую просьбу, спор об условиях и уже существующее обещание. Если основание требования реально, его содержание обсуждают отдельно от того, насколько красиво человек признал значимость. Если основание не установлено, не стоит придумывать его ради убедительности. Ясный разговор помогает увидеть, о каком именно решении идёт речь, но не заменяет проверку реальных обстоятельств обязанности.

V. Когда не произошло действие

Четвёртый предмет появляется после принятого предложения: что действительно было сделано? Слова о понимании не доказывают исполнения. Даже искреннее намерение может остаться намерением. Если человек обещал сообщить время, а сообщение не пришло, это наблюдаемое отсутствие конкретного действия. Можно назвать его без вывода, что все предыдущие слова были ложью. Причина может быть неизвестна, но сам результат уже доступен проверке. Здесь полезно вернуться к точному обещанию, сроку и условиям, а не начинать заново общий спор о способности слышать и нравственном качестве всей личности.

Вера и Илья условно согласовали сообщение до вечера, когда время известно. Сообщение не поступило. Прежде чем говорить о нарушении, можно уточнить, наступило ли оговорённое условие. Если Илья время знал, вопрос относится к невыполнению. Если не знал, возможно, отсутствовала договорённость сообщать о неопределённости. Это разные сведения. Уточнение не обязано оправдать отсутствие действия; оно позволяет оценить реальное содержание обещания. Вера может предложить изменённое условие, а может выбрать собственный порядок подготовки. Её решение остаётся самостоятельным и не требует доказать худший возможный мотив.

Для действия достаточно соразмерной проверки. Не нужно превращать одно условие в постоянное наблюдение за человеком, требовать доступ к переписке или собирать тайные записи. Можно посмотреть, пришло ли ожидаемое сообщение, выполнена ли конкретная задача, наступил ли согласованный срок. Если сведений мало, назвать предел. Проверка результата относится к действию, а не к скрытому внутреннему намерению. При этом повторяющиеся известные невыполнения могут быть значимы для собственных решений. Статья не требует бесконечного терпения и не устанавливает, сколько попыток читатель обязан дать другому человеку.

Если действие произошло, оно не обязано автоматически разрешить остальные вопросы. Вера может получить сообщение и по-прежнему считать общий порядок несправедливым. Это отдельный предмет. Полезно признать сделанную часть, не объявляя её достаточной для всего. Тогда фактический результат не исчезает от продолжающегося разногласия. И наоборот, извинение за невыполнение может быть важным ответом, но оно не является выполнением. Разные результаты получают собственные названия. Такая точность не отменяет эмоционального опыта; она помогает понять, что действительно произошло и чего ещё не произошло в конкретной совместной задаче.

VI. Как перевести общее переживание в доступный вопрос

Для уточнения можно спросить себя, какой ответ сейчас изменил бы описание ситуации. Если собеседник точно назовёт предмет, станет ли понятно, что он понял? Если признает его значение, будет ли это достаточным ответом на данную часть? Если согласится, что останется проверить действием? Эти вопросы не требуют найти идеальный критерий близости. Они ограничены одним разговором. Человек может назвать, что ему нужно несколько результатов, и удерживать их отдельно. Тогда просьба услышать становится доступнее без обещания, что вся сложность отношений исчезнет после одного уточнения.

Вера может сказать, что сейчас хочет понять, услышал ли Илья именно вопрос о предупреждении. Позже она хочет обсудить срок. Ещё позже будет смотреть, пришло ли сообщение. Такой порядок является предложением, не общей обязанностью. Если Илья не готов, можно сохранить отсутствующий ответ и решить, что делать самой. Важно, что критерий не меняется незаметно. Понимание признаётся пониманием, когда оно подтверждено; отказ остаётся отказом; исполнение проверяется по действию. Частичный результат не требуется ни завышать до гармонии, ни обнулять до полного отсутствия контакта.

Полезная просьба относится к наблюдаемому ответу, но не обязана быть холодной. Можно объяснить, почему именно такой ответ важен, и назвать боль. Собеседник сохраняет право ответить своим языком. Не нужно требовать обязательной интонации, полного эмоционального совпадения или определённого выражения лица как единственного признака внимания. Возможно, человеку важна и форма ответа; тогда её следует назвать отдельным предпочтением. Мы не устанавливаем универсальный стандарт, по которому любой спокойный голос означает равнодушие, а любая эмоциональная реакция — понимание и признание настоящего смысла сообщения.

Вопрос должен допускать обнаружение нежелательного результата. Если собеседник действительно понял и не согласен, уточнение не должно скрывать это новым обвинением. Если он согласился и не выполнил, нельзя объявить слова достаточной заменой действия. Если признал значимость, но не понял деталь, можно принять одну часть и проверить другую. Такая открытость делает карту полезной для оценки, а не способом привести человека к заранее правильному ответу. Она сохраняет право на неудовлетворённость и одновременно требует честно назвать, какой результат уже имеется и какой всё ещё отсутствует.

VII. Не подменять слушание единственно правильной реакцией

Ощущение быть услышанным иногда связано с ожидаемыми словами, знакомой интонацией или привычным способом поддержки. Эти ожидания можно обсуждать, но нельзя автоматически объявить их универсальной мерой. Другой участник может выражать внимание иначе. Это не доказывает, что его ответ подходит; это лишь сохраняет возможность уточнения. Можно назвать, какая часть была понятной, а какой отклик пока отсутствует. Статья не обязывает довольствоваться любым стилем, но не позволяет из одного непривычного ответа вывести, что человек ничего не понял и не способен учитывать чужое значение.

Представим, что Вера хотела сочувствия, а Илья начал составлять расписание. Он мог пытаться помочь, но ответил не на её нынешний запрос. Она может сказать, что решение нужно позже, а сейчас важен короткий ответ о том, почему день был трудным. Это предложение доступного отклика, а не назначение ему одинакового чувства. Он может согласиться, ответить иначе или сказать, что сейчас не способен продолжать. Возможность поправить формат сохраняет обоим голос. Вымышленная сцена не обещает, что точное название предпочтения устранит усталость, конфликт или давнее отсутствие участия.

Также нельзя требовать полной эмоциональной открытости, чтобы признать услышанное. Человек вправе понимать сообщение и не рассказывать собственную историю. Он может назвать свою позицию кратко. Если говорящему нужен более близкий обмен, это отдельное желание, которое допускает ответ. Понимание одного вопроса не становится договором о доступе ко всему внутреннему миру. Такая граница сохраняет самостоятельность участников. Близость может быть важной, но её нельзя доказать через принудительную исповедь или единственную правильную реакцию, выбранную за другого без возможности возразить.

При повторяющихся унижениях, угрозах или контроле дело выходит за пределы формы ответа. Не нужно добиваться нужной реакции, чтобы признать наблюдаемые действия серьёзными. При актуальной опасности приоритет у доступной местной экстренной помощи; при принуждении — у подходящей профильной поддержки безопасным способом. Совместная проверка не требуется, отказ не используется как испытание. Статья не составляет индивидуального плана и не измеряет безопасность отношений. Она не должна превращать поиск чувства быть услышанным в обязанность продолжать опасный разговор до тех пор, пока другой наконец назовёт ваше переживание правильным.

VIII. Источники помогают различать, но не дают общей формулы

В начале «Тяжёлых времён» Грэдграйнд требует обучения одним фактам; сатирическое повествование показывает властную узость этого подхода. Его речь нельзя представить как рекомендацию Диккенса убрать чувства из разговора. Для нашего сопоставления важен вопрос о том, что теряется, когда человек принимает только заранее выбранный вид ответа. Это авторское чтение литературной сцены, не исследование слушания. Оно не доказывает четырёхчастную карту, но помогает удержать личную значимость рядом с точностью события, не растворяя одну в другой.

В Иакова 1:19, King James Version внимание к слушанию связано с религиозным нравственным наставлением. Оно не определяет, как измерить понимание конкретной просьбы. Исследовательская работа о воспринимаемой отзывчивости имеет другое основание: она рассматривает оценки взаимодействий, а не устанавливает религиозную обязанность. Наша практика добавляет ещё один уровень — авторское различение результатов. Сопоставление сохраняет общий вопрос о внимании и существенные различия. Оно не объявляет традиции и научную модель единой системой с гарантированным исходом для каждой пары людей.

Читатель может использовать только один вопрос из этой карты. Например, отделить согласие от понимания, не принимая всю исследовательскую модель близости. Или задуматься о внимании через религиозное наставление, не требуя от другого общего мировоззрения. Источники служат опорой размышлению, а не назначают правильную реакцию. Список имён не заменяет проверку того, что действительно произошло в вашем разговоре. Если условия неизвестны, их стоит оставить неизвестными. Авторитет текста не создаёт сведений о конкретном собеседнике и не делает небезопасную практику подходящей только потому, что её связали с хорошим идеалом.

В этом ограничении остаётся место для человеческой сложности. Фактическое событие, его личный смысл, решение и действие связаны, но не совпадают. Кому-то важно прежде получить признание, кому-то — конкретный срок. Можно обсуждать такой порядок без объявления единственного пути к близости. Разные основания источников помогают видеть выбор, если не превращать их в универсальный протокол. Наша статья предлагает различения и добровольный способ уточнить один предмет. Она оставляет дальнейшее решение читателю и сохраняет возможность, что данным людям сейчас нужен другой формат, пауза или отдельная помощь.

IX. Частичный ответ и самостоятельное решение

Разговор может завершиться частичным результатом. Предмет понят, значимость не признана; значимость признана, согласия нет; согласие есть, действие ещё впереди. Можно назвать каждую часть без общего ярлыка успеха или провала. Если человек снова чувствует, что его не слышат, эта точность не запрещает чувство. Она помогает объяснить, чего именно сейчас не хватает. Возможно, отсутствует нужная форма признания, а не знание факта. Возможно, реальное обещание не выполнено. Дальнейший вопрос становится предметнее и не требует вновь доказывать всю историю отношений одним предложением.

В условном примере Илья понял необходимость предупреждения и признал потерю времени, но предложил только сообщение в день поездки. Вера считает этого недостаточным. Они узнали настоящую точку расхождения. Теперь она может решать, подходят ли ей такие планы, хочет ли другой вариант или предпочитает готовиться самостоятельно. Статья не выбирает итог. Важно, что её неудовлетворённость не обязана исчезнуть, а точное понимание Ильи не обязано быть отменено ради объяснения этой неудовлетворённости. Реальные результаты и собственный дальнейший выбор могут оставаться разными, одинаково значимыми частями оценки.

Если ответ отсутствует, человек вправе действовать с этим ограничением. Можно назвать, какие сведения нужны для общего плана и что будет делать сам говорящий, если их не получит. Это сообщение о собственной доступной возможности, а не скрытая угроза. Нельзя превращать отсутствие ответа в согласие с вашим планом. И нельзя требовать бесконечного ожидания ради того, чтобы сохранить образ хорошего слушателя. Самостоятельность включает право закончить обсуждение, отказаться от неопределённого совместного действия и искать другой способ поддержки, не присваивая другому доказанный мотив на основании одного молчания.

Небольшой итог может звучать так: я лучше понимаю, что именно ожидал; знаю, какая часть получила ответ; сохраняю открытый вопрос; выбираю следующий шаг отдельно. Это не универсальное обещание облегчения. Это точность собственного описания. Она позволяет уважать переживание без завышения знания о чужом внутреннем мире, признавать частичный отклик без обязанности считать его достаточным и сохранять свободу другого без отказа от своих условий участия. Быть услышанным остаётся важным человеческим желанием, а его конкретный смысл становится вопросом, который можно назвать и проверить соразмерно ситуации.

Что это значит на практике

В спокойной ситуации выберите один разговор, который остался для вас незавершённым. Запись необязательна. Назовите известное событие и своё переживание отдельно. Затем выберите отсутствующий результат: понимание предмета, признание его значимости, принятие предложения или действие по реальному обещанию. Можно выбрать два, если они действительно различаются. Не требуйте от себя идеальной классификации. Цель — доступный следующий вопрос, а не правильный ярлык для личности собеседника или доказательство того, что ваш опыт был недостаточно обоснован.

Если обмен добровольен и безопасен, предложите один наблюдаемый ответ. Уточнение предмета, обсуждение личного значения, решение по предложению и проверка действия требуют разных вопросов. Оставьте человеку возможность ответить иначе или отказаться. Не делайте признание значимости согласием, а обещание — выполнением. При угрозах и принуждении совместное упражнение прекращают; не проверяют безопасность отказом. Доступная местная экстренная и профильная помощь имеют отдельный приоритет; статья не заменяет индивидуального плана.

В конце назовите известное без преувеличения: предмет подтверждён, значимость услышана, предложение не принято, действие ещё не произошло. Возможна неопределённость. Вы вправе считать частичный ответ недостаточным и выбирать собственное участие дальше. Эта карта не назначает исход отношений и не требует испытывать удовлетворение по расписанию. Она помогает объяснить своё ожидание так, чтобы следующий шаг касался настоящего отсутствующего ответа, а не бесконечного спора о том, кто вообще способен слышать и чьё чувство должно отменить чужую самостоятельность.

Ключевая цитата

> *«Держитесь фактов»*

Чарльз Диккенс, «Тяжёлые времена», книга I, глава I, 1854; собственный перевод короткого приказа Грэдграйнда. Сатирический контекст сохранён: это не совет исключить личную значимость.

Связи между традициями

Сопоставление	Общий вопрос	Различие
Диккенс и авторская карта	Какие ответы упускаются	Сатира не исследовательский протокол
Исследование отзывчивости и карта	Понимание и признание	Модель близости не проверка всех четырёх результатов
Иаков и внимание	Как относиться к услышанному	Религиозное наставление не измерение понимания
Литература и исследование	Личная значимость рядом с событием	Художественный голос не эмпирическое свидетельство
Все три опоры	Ответ и его пределы	Основания не объединены в универсальную технику

Карта предложена автором. Общая тема не устанавливает консенсус традиций или эффект упражнения.

Первоисточники

• Charles Dickens — Hard Times, 1854, book I chapters I–II. Прочитан выбранный школьный эпизод; цитаты из главы I. Gutenberg воспроизводит издание Chapman & Hall 1905; весь роман не заявлен прочитанным.

• Jean-Philippe Laurenceau, Lisa Feldman Barrett, Paula R. Pietromonaco — Intimacy as an Interpersonal Process, 1998, JPSP 74(5), 1238–1251. Прочитаны аннотация, начало модели и выбранное описание дневникового метода. Полный статистический разбор не заявлен; практика статьи отдельно.

• James 1:19 — King James Version. Прочитан указанный стих как религиозная опора; прямые цитаты в этом комплекте отсутствуют.

Теги

меня не слышат, понимание, признание, согласие, действие, ответ, просьба, значимость, переживание, факт, интерпретация, слушание, отзывчивость, самостоятельность, границы, добровольность, обещание, проверка, неопределённость, разногласие, ожидание, частичный результат, разговор, отношения, Чарльз Диккенс, Лорансо, Фельдман Барретт, Пьетромонако, Иаков, личный смысл

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.