

Духовность в потоке.

Автор: Д. Де мин

Истрчник: <http://ha-tha.ru/duhovnost-v-potoke/>

В среде «духовно-ориентированных» и т.н. «ищущих» часто приходится сталкиваться с одной интересной идеей. Резюме ее таково: расслабься. Не надо напрягаться, не надо что-то специально делать. Не надо ни с чем в себе бороться – это лишь приведет к дополнительному напряжению. Просто ищи себя, «слушай Душу», а все остальное неважно. Или даже вредно – закопаться в своих внутренних тараканах, взвоешь. Лучше живи себе «свободно», «в потоке», что называется. И будет тебе счастье.

Хорошая идея. Пригожая. Очень нам подходящая. Удобная.

Это, конечно, не совсем, прямо скажем, соответствует тому, о чем писали и говорили мудрецы всех времен и народов. Но... у них же даже айфонов не было с триджи! Стоит ли их вообще вспоминать? Времена-то меняются.

Но если мы все-таки вдохнем-выдохнем, и хотя бы на минуту представим, что не совсем уж дураки писали все великие и вечные Книги, дошедшие до нас, то... интересно получится.



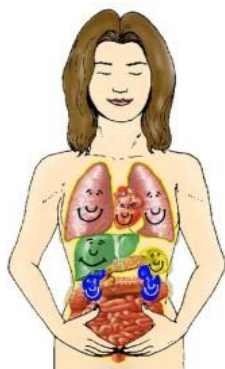
Бхагавад Гита говорит о грехах человека – о том, что человек совершает их «помимо воли, словно влекомый силой». И сила эта – омрачения человеческого сознания. Вожделение. Гнев. Привязанности. Рожденные «гунной страсти, всепожирающей, всегреховной» (слово «страсти» сразу галочкой в голове пометим – скоро к нему вернемся). Результат? Страдание. Чье, кого? Да этого же человека, этого же! Того, кого окутала эта сила. Того, кто действует, подчиняясь ей. Что делать? Практиковать йогу. Как? Кришна это объясняет.



Йога-сутры говорят о принципах «ямы» как о «Великом Обете», выполнение которого обязательно и не зависит от места, времени, обстоятельств, пола, возраста... И в одном из самых длинных стихов всего текста (II-34) конкретизируют практику «развития противоположностей», к которой нужно прибегать, если в сознании активизируются «витарки» – своего рода «анти-ямы». Патанджали пишет, что если в сознании возникает «химса и т.д.» (т.е. стремление причинить кому-то «вред и т.д.»), необходимо начать размышление о возможных плодах подобного и развивать противоположные состояния сознания. Что такое «и т.д.»? Только что перечисленные ямы – наоборот. Ложь. Воровство. Несдержанность. Материальные привязанности. Итак, вот такая практика ямы. Если этого не делать? Получим клишта-вритти в сознании, т.е. в нем проявятся такие колебания, которые будут болезненны. Будут нести нам страдание. Мне, мне будут нести! Мне, тому, кто не хочет вот так «практиковать яму». И вообще – практиковать йогу.



Евангелие и труды святых отцов в православии твердят о том же. О страстях человеческих (вспомнили «гуну страсти, всепожирающую и всегреховную» из Гиты? «Страсти» – это же даже по-русски в первую очередь означает «страдание», не задумывались? «Страсти Христовы». А мы-то уже привыкли к другому: «Chicago – ах какой страстный мюзикл, красота...») О том, что страсти приводят в греховной деятельности. И грех – да упаси же ты Бог думать, что это нечто, спущенное сверху, как директива! «Не грехи, дитяtko, боженька так приказал». Да нет же! Любой грех – это попрание законов духовной жизни, прописанных в том же Евангелии. Нарушаешь – ты же будешь страдать! Ты же. Не он – которому ты завидуешь, которого осуждаешь, которого ненавидишь. Твое это будет мучение, твое страдание. Откуда оно? Нарушение законов мироздания. Так же как прыжок с 10го этажа (так ведь до магазина быстрее, чем на лифте...) не приведет ни к чему другому, как к страданию. Закон тяготения... Что делать? Правильная православная духовная жизнь и практика.



Можно открыть Мантека Чиа и почитать, как на все это смотрят даосские практики. Что-то новое? Расслабься и просто следуй «зову Души»? Да нет же, опять, что ж за неудобство-то такое?! Наше сознание – это свалка эмоциональных «отходов». Ненависть. Страх. Злость. Озабоченность. Многие

другое. Мы наполнены этим. Вот факт. С которого начинается процесс решения – в данном случае, определенные медитации, основанные на связи разных внутренних органов как с позитивными, так и с негативными состояниями сознания. Трансформация отходов – в удобрения. Если этого не делать – постоянный стресс, внутреннее неустройство и страдание...

Можно сходить в буддизм – и снова увидеть, что главное будет вращаться вокруг состояния сознания человека. И именно там – корень страдания индивидуума. И вот вам – восьмеричный путь. Делайте. Если хотите уходить от страдания – вот, пожалуйста. Делайте.

Нигде нет этой идеи – расслабься и доверься «поток». А везде есть другое – источник нашей боли всегда внутри нас самих. И эта внутренняя грязь – она абсолютно объективна и универсальна. И если не очищаться от нее, если не работать с ней – ежедневно, слышите?, если ежедневно не разгребать эти внутренние завалы отходов – никуда особо не уйдешь. Останешься на том же уровне – удовольствия сменяются страданиями, они – снова удовольствиями, чтобы превратиться в страдания. И пока мы молоды (вот уловка какая!) – кажется, что удовольствия из жизни можно выжать больше, чем боли. А когда накапливаются годы, 50, 60, 70, все телесные мучения, все сожаления об «ошибках» и «несовершенном», то тут-то закон свое берет. И выравнивается все. В молодости больше выжимал удовольствий – в старости будет больше боли, чем радости. Мороженого съесть уже не сможешь – диабет, что уж про более серьезные «рады» говорить?

Выйти из этого «просто в потоке» невозможно. Поток этот и будет возить мордой по одному и тому же месту, снова и снова.

Пока не надоест. Пока всерьез не захочется научиться с этим что-то делать. И вот тогда придется обратиться к своему сознанию. И не просто «для развития концентрации» или «управления вниманием» – как разовьем такое, так уже не подходи к нам, опалим огнем своей духовной высоты! А обратиться к сознанию, как к помойке. Мусорке, которая воняет. Никто даже не видит – а внутри – воняет. Еду в метро, губы поджал, вроде лицом неплох – а внутри ВОНЯЕТ, как же он меня толкнул на прошлой остановке, меня (... с такой концентрацией и задержкой дыхания на 2 минуты в позе с ногой за головой...)? И всякий раз, когда эта грязь всплывает – именно я испытываю страдание. И только от этого! Не от пробок. Не от президента. Не от ошибки врача. Только от этого. У меня внутри, всегда – огромная красная мигающая лампочка. Надо просто научить себя ее видеть и понимать ее сигналы. Гордишься и мнишь о себе – сам будешь страдать. Осуждаешь – сам будешь мучиться. Гневаешься – увидишь, к чему это приведет тебя... Система безопасности вшита в каждого. Не хочешь страдать? Хочешь постепенно более радостной, здоровой и счастливой жизни? Менее зависимой от внешних обстоятельств? К Богу хочешь? Очищай эту дрянь. Чем будет чище – тем яснее будет проявляться То, что покрыто этим, «как огонь покрывается дымом, как зеркало – пылью, как зародыш сокрыт утробой» (Гита, III-38)

Как? Решай сам. Молись, со вниманием и покаянием. Медитируй. Развивай противоположности. Занимайся каким-нибудь радикальным прощением. Ищи, находи. И потом – делай.

Как делай? Ежедневно. Лучше ежечасно. Лучше – ежеминутно. Чтобы несчастные 100 метров быстрее всех пробежать на Олимпиаде – годами изводят себя, света белого не видят, только практика-практика-подготовка к соревнованию. Если бы мы могли хоть с десятой частью этого усилия свои внутренние авгиевы конюшни расчищать – давно свет от каждого неземной исходил бы...

если «расслабиться» – ну, тоже можно. Но когда «в потоке» снова изнутри что-нибудь вылезет и всё вдруг заболит и покроется серостью, то... что же, плыви дальше. «Кольцевая» – в сотый раз подумает Штирлиц.

