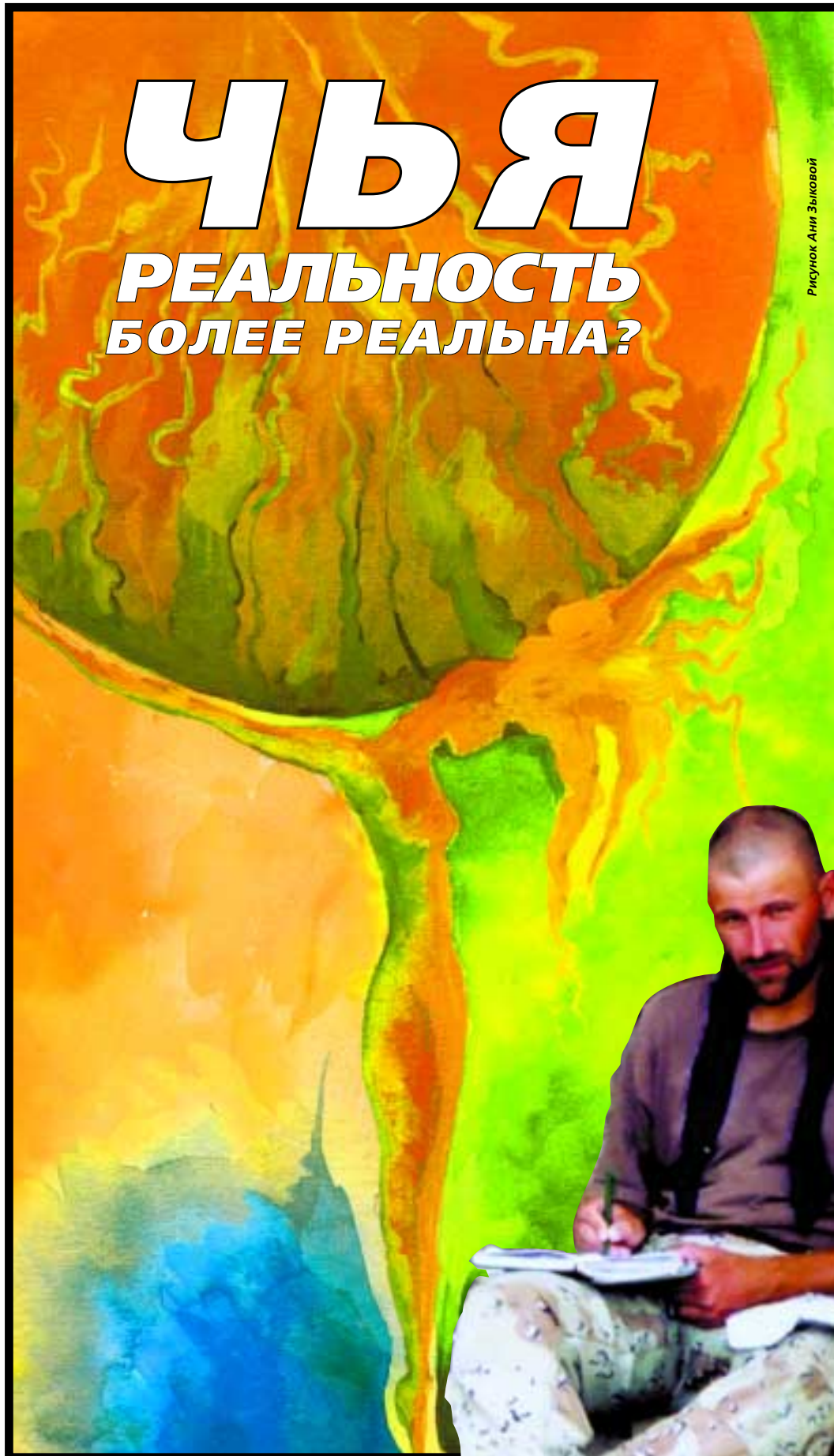


# ЧЬЯ РЕАЛЬНОСТЬ БОЛЕЕ РЕАЛЬНА?

Рисунок Анн Зыковой



Шип вынимают шипом, потом оба выбрасывают. Евгений Рязанцев

Люди разные, поэтому они по-разному воспринимают одни и те же факты и имеют разные мнения по поводу одних и тех же событий. Философия и теология уже пришли к заключению, что и фактов никаких нет, а есть лишь интерпретации, так, например, считал Ницше. А христианский теолог Сантьяна высказался по этому поводу совсем в дзенском духе: "Нет никакого Бога, а Мария - Его мать".

С развитием науки и информационных потоков, казалось бы, мир должен становиться более ясным и понятным, но мы с удивлением замечаем, что происходит обратный процесс - вал информации не только не создает унифицированного восприятия, но и выбивает из-под ног устоявшиеся фундаменты ума. Ума, который, в сущности, всегда был, есть и будет всего лишь инструментом легализации наших сущностных устремлений. Та же палка гориллы, которой она сшибает плод манго. Используя ум,

можно доказать любую концепцию или столь же блестяще ее опровергнуть, все дело в "длине палки".

Но в информационном мире логика и рационализм теряют свою эффективность. Даже точные науки не однозначны и "палка" больше не является абсолютным инструментом. В атомарной физике результат опыта напрямую зависит от наблюдателя. В математике Курт Гедель доказал "теорему о неполноте", согласно которой не существует полной формальной теории, где были бы доказуемы все истинные теоремы арифметики. То есть, дважды два уже не всегда четыре.

Все течет и теряет свои очертания. Мы оказываемся подвешенными в вакууме стабильной нестабильности, в плену у полной свободы. Первым об иллюзорности мира заявил Будда, он утверждал, что в основе всех вещей

лежит пустота. Да.

Конечно, предмет, брошенный вверх, непременно упадет на землю, однако ведь известно немало фактов когда предметы не падали, а наоборот взлетали. Это явление называется полтергейст, и оно противоречит известным законам и формулам. Наука больше не претендует на абсолютно точное описание мира. Хотя бы потому, что может дать ответ, какого размера картина и из чего сделаны краски, но не может сказать, хороша эта картина или нет. Например, по мне - творчество Сальвадора Дали просто наркоманский бред, а для вас, возможно, оно является откровением. Мы можем спорить с вами о том, чья интерпретация более реальна. Но, как метко заметил автор замечательной книги "Дао физики" Фридьоф Капра, "действительность не может быть определена и дифференцирована... Все вещи по своей природе не могут

получить адекватное выражение при помощи языка!" И это относится ко всем вещам, а не только к эстетическим вкусам.

Энергия, основа жизни и материи, проявляет себя бесконечно разнообразно и неформально. Киберпсихологу Роберту Антону Уилсону принадлежит замечательный тезис о том, что "единственная вещь или процесс, в точности равняющийся вселенной, - это сама вселенная. Любое описание, или модель, или теория, или произведение искусства, или карта, или туннель реальности, или фразеология, всегда меньше, чем вселенная, и, следовательно, содержит в себе меньше, чем вселенную".

Но люди проводят большую часть жизни в спорах о том, чья реальность более реальна, повторяя чужие и утверждая собственные интерпретации, что, в общем, для людей нормально. Все это говорит о том, что единой картины мира не существует, то есть, не существует и истины в последней инстанции. Если вы примете этот тезис, то жить вам станет гораздо легче. Возможно вы, наконец, займетесь расширением своего восприятия.

Вы можете сказать: "Я существую и, следовательно, вынужден постоянно делать выбор. Если внешняя опора - фундамент отсутствует, на что же тогда мне опереться?" Ответ: на внутренний фундамент - собственное ощущение истины и опыт. Если мы существуем в мире стабильной нестабильности. Если все относительно и непостоянно, значит, в принципе, ничего не меняется, как в течении горного ручья - вода пенится и булькает, рождая замысловатые узоры, исчезающие через мгновение. На смену им приходят другие, и это продолжается бесконечно. Но в сущности ничего не меняется. Изменить мир мы можем, лишь изменив свое восприятие мира, то есть отношение к миру и с миром, определяющиеся нашими явными или скрытыми намерениями. Проживая, переживая или изживая (сжигая)

их, мы можем реально "изменить мир" к лучшему. Для этого в волновой гимнастике существует практика определения и сжигания своего истинного намерения. Наши смутные и явные намерения определяют мир, в котором мы живем. Если, например, человек суетлив и беспокоен, то и мир вокруг него дребезжащий и неустойчивый. Если человек гибок и уравновешен, то все у него получается легко и вовремя. Как же обнаружить свое истинное намерение?

Поскольку сознание и тело человека являются единым и неделимым целым (по крайней мере при жизни), истинное намерение определяется с помощью простых физических упражнений.

Я камни в воду бросаю Смотрю как круги в воде Рождаются и угасают И это нравится мне.

Дмитрий Шарко

## Практика определения и сжигания своего истинного намерения

Сделайте серию из 4-х медленных и глубоких вдохов - выдохов. Такое дыхание успокаивает нервную систему и выравнивает энергию в теле.

Задайте себе вопрос: "Чего я хочу на самом деле, что является моим самым сокровенным желанием?" Не спешите с ответами, думайте не спеша, со вкусом. Будьте искренни сами с собой. Можете записывать ответы на бумаге. Возможно, вам будут приходить мысли типа: "хочу машину", "хочу хорошую работу", "хочу быть любимой или любимым" и т.д. Каждый раз, отвечая себе на вопрос об истинном намерении, представляйте, что вы это уже имеете. Как это бывает обычно, когда долго хочешь какую-то вещь, затем получаешь ее - радуешься какое-то время, а потом эта вещь сливается с фоном тех вещей, которыми уже обладаешь, и хочется уже чего-то другого. Попробуйте пережить этот краткий миг радости обладания желаемым и двигайтесь дальше. Представив себя обладателем намеченной цели, снова сделайте серию дыханий и снова задавайте себе сокровенный вопрос: "Каково же мое истинное намерение?". Повторяйте серию из 4 дыханий попеременно с вопросом к себе минимум 5 раз. Вы доберетесь до самого главного вашего намерения, по крайней мере на текущем этапе жизни. Затем подойдите к зеркалу с едва уловимой улыбкой на лице, сожгите бумажку с вашими желаниями и смотрите на свое отражение минимум 5 минут, не думая ни о чем. Вы переживете интересные моменты и получите полезный опыт. Вот он реальный мир - ваше истинное намерение и ваш взгляд на самого или саму себя. Существует только это и больше ничего. То, что вы генерируете сегодня, определяет, то где вы будете завтра. Если вам удастся погрузить себя достаточно глубоко в состояние, в котором не будет желаний - вы прикоснетесь к той Пустоте, о которой говорил Будда и которая находится в основе всего. Эта Пустота не пустая, но полная. Состояние прикосновения к ней можно определить как целостное. В этом состоянии человек ощущает единство мира, у него нет никаких мыслей и желаний, у него все есть, ему некуда спешить, не о чем беспокоиться и остановиться ему тоже негде и не на чем. Он счастлив, потому что переживает каждый момент как вечность, время останавливается, пространство теряет актуальность. Запомните это состояние. "Не имей намерений. Не строй планов", - писал в своем знаменитом трактате об искусстве Фехтования японский святой меча Сэнмен Мусаси. Самое интересное, что практика сжигания намерений способствует их исполнению.

Дмитрий Шарко

## Чайная МАГИЯ

### Школа Чайного Мастерства

уникальная по структуре, содержанию и подаче материала

История Чая, Виды, Сорта Основные методы работы с чаем - ПхинЧа, Гунфу Ча, варка по ЛуЮю, Вода и Огонь, Чайная утварь и инструменты воздействие Чая на организм и сознание. Жесты, позы, работа с вниманием. Осознанное построение чайного состояния.

с 13 января - первый поток базовая ступень, потом - продвинутая, и мастер-класс на Тайване - в апреле. Параллельно к 20-му числам января - набор на второй поток.

ЧАЙНЫЙ ДВОР "ИНБИ"

Дополнительная информация и запись по телефонам: 284-34-69, 284-39-68, 789-27-39