

## О страхах и переживаниях.

Мне опять захотелось заглянуть в себя и поискать там очередную порцию умственных уплотнений для своих размышлений. Сегодня мне хочется пойти в себя туда, где живут страхи и переживания.

Но начну я, пожалуй, не сразу, а через некоторое постепенное приближение к тому, что позволит мне подойти к рассмотрению причин страхов и переживаний.

Для этого я задам себе главный вопрос, на который постараюсь ответить. «Что заставляет меня бояться?» Здесь очень много всяких причин, и сразу к ясному ответу на этот вопрос не подобраться. И чтобы хоть как-то придвинуться к возможности ответа на поставленный вопрос, мне думается, необходимо разделить всё, что вызывает во мне страх, на две половины. Хотя это и неправильно, потому что любое разделение отдаляет нас от истины. Но так уж мы сегодня устроены, что наше понимание целого приходит после освоения и принятия его частей.

Первая группа страхов связана с моим телом, здоровьем и душой. Вторая группа – это страхи, опирающиеся на мои проявления себя в Мире через общество. Всем видам страхов свойственно такое состояние как переживание. При этом переживание может сопровождаться новыми приступами уже прошедшего страха. Предлагаю рассмотреть каждую группу страхов, а затем остановиться на таком состоянии Души как переживание.

В глубинной природе всех страхов лежит незнание себя и недоверие к Миру. Мы всегда боимся того, что для нас опасно. Если мы не знаем себя, то для нас представляет опасность любая ситуация, которая не может нами быть предварительно внутри просмотрена на основе устоявшихся для нас образцов поведения и укоренившихся привычек. Когда мы теряем контроль над ситуацией, появляется почва для возникновения страха и тому состоянию во мне, где выскакивает неуверенность в собственных силах. Страхи, связанные с телом и с обществом, живут в нашем сознании с детских лет до глубокой старости и всё это время мы не свободны в себе. Потому что мы носим внутри себя как постоянные, так и временные страхи, которые укладываются различными слоями в нашем сознании и не дают нам возможности обретения себя в жизни. Постоянными можно назвать страхи, в которых я даю оценку себе и другим и через завышенные ожидания не получаю того, что желаю. Временные страхи возникают в определённых обстоятельствах, в которых моя картина Мира может быть разрушена складывающимися в данный период времени событиями. Все эти страхи и являются настоящими хозяевами моей Жизни. Это они указывают мне мой выбор и способы взаимодействия с Миром. Поскольку страхи населяют наши души и составляют основное содержание нашего сознания, то именно они становятся нашими главными учителями, приказчиками и оценщиками того поведения, которое мы демонстрируем себе и обществу.

Любой страх – это пограничник, стоящий на границе восприятия нашего Мира и тем самым ограничивающий наши возможности. Страхи, таким образом, создают в нашем сознании невидимые нити запретов на то, что нам встречается в Жизни. И закрывают от нас наши способности, с помо-

щью которых мы могли бы постоянно расширять себя в Мире. Благодаря страхам, мы накладываем на себя внутренние оковы ограничений и состояния постоянного недоверия в возможности обрести что-либо для себя легко и просто, без сопротивления Миру и сомнения в своих возможностях. Именно поэтому многое в Мире становится для нас невозможным. Страхи – это жители различных миров, в которых мы бываем в течение своей Жизни. И, когда мы приходим в новый для себя Мир, которыми наполнена наша Жизнь, нас и там сопровождают страхи, чуткие к нашим сомнениям и переживаниям. В данном случае такими Мирами я называю различные сообщества людей, а также обстоятельств, где проявляются наши привычки и привязанности. Поскольку различные страхи являются для нас поводырями в жизни и указывают нам направление движения, со временем вся наша жизнь незаметно пропитывается страхами и переживаниями. Мы так крепко привязываемся к страхам, или они так крепко привязывают нас к себе, что не в состоянии жить по душе. Вот почему мы боимся жить в Жизни, которая дарует нам полноту способностей и возможностей. И проходим мимо того, что открывает нам понимание и приятие Мира.

Когда мы живём интересами тела, то становимся его пленниками, мы также остаемся в плену, когда живём интересами общества. Получается, что страхи постоянно удерживают нашу Душу в плену и не позволяют ей раскрыть в себе свои божественные качества.

Закрываясь страхами от Жизни, мы убиваем её в себе и медленно ещё при Жизни умираем.

Не подозревая об этом, мы боимся умереть в теле, а потому сторонимся разговоров и размышлений о Смерти, и это толкает нас на то, чтобы отказаться от Жизни в Душе и Духе. Для нас страх Смерти становится страшнее самой Смерти, которая неизбежна для всех живущих в этом Мире. Однако, с помощью уговоров, мы пытаемся убедить себя в том, что Смерть всегда будет далека от нас, и поэтому, отказав ей в своём праве забирать в Мире то, что не имеет Жизни, мы стараемся обмануть себя и саму Жизнь в том, что всегда будем жить так, как хотим.

Страх постоянно находится там, где мы что-то имеем и боимся это потерять. Поэтому пока мы будем накапливать в Жизни для себя, нам не освободиться от страхов.

И пока мы будем бояться чего-то, что может случиться, что я не хочу принимать, это всегда будет случаться.

Многих постоянно преследуют страхи, связанные со здоровьем. По большей части они мнимые и надуманные нашим вечно боящимся умом. Эти страхи определённым образом формируют наше поведение и мысли.

В таком поведении присутствует опасение или ожидание каких-либо неприятностей, которые могут причинить ущерб здоровью. Из-за этих страхов некоторые из нас очень много времени отдают поддержанию своего здоровья через посещение саун, бассейнов, спортзалов и фитнес-клубов, считая это благом для себя. Общество всеми доступными способами поддерживает и поощряет такое поведение. Страх потерять здоровье, как ни странно, лишает нас возможности принять болезнь как урок Жизни для исправления в чём-то себя. Убегание от болезни через укоренённые в обществе приёмы и формы не позволяет нашему Телу и Душе побыть

с собой наедине и задать себе вопросы: «Где настоящие причины моих болезней?», – и «Почему я, вообще, болею?». Любое выздоровление приводит к исцелению и обновлению моей Души и Тела. И если я принимаю болезнь как накопление моих неправильных поступков по отношению к Миру, я стараюсь исцелиться, т. е. прийти к состоянию целостности и оживить свою природу. Ибо какой смысл лечить в себе то, что не имеет Жизни, а, значит, не может быть приведено к исцелению.

Теперь могу задать себе следующие вопросы. А где во мне живут страхи? Как они во мне рождаются? И почему они появляются на свет в определённое мной время? На это могу ответить следующее. Все страхи живут в моей Душе, питаюсь моей болью. Той болью, которую я получаю в процессе познания Мира и общества. И чем более я себя проживаю в отведённое для меня Судьбой время, тем большее количество боли я в себе накапливаю. Вот почему боль является основной пищей для страхов. Она даёт мне постоянные сигналы, что во мне, что-то может быть разрушено и утрачено, т. е. что я могу что-то потерять, что имел до прихода боли. И приходит страх, который напоминает мне о моей возможной потере. Таким образом, страх несёт за собой предполагаемую утрату того, что я себе присвоил через Мир. Боязнь потери заставляет меня сопротивляться Миру и ограничивать себя в его понимании. Всякий страх лишает меня связи с той его частью, которая могла бы расширить мой уровень восприятия происходящего и приятия своего жизненного урока. Поскольку через страх, я отказался от проживания и выполнения своего урока, который посылается мне Миром для усвоения, необходимого для Души, я становлюсь должником у жизни и останусь в своих переживаниях и страхах, пока не верну ей и не отработаю свой долг. Этот долг может тянуться через всю мою Жизнь как шрам на Душе, который она получила в какой-то миг своего пребывания на Земле. И он постоянно будет напоминать мне о том, что Мир не справедлив ко мне, потому что однажды нарушил состояние моей божественности через требования общества. Несправедливость Мира и душевная боль ведёт меня по Жизни и заставляет выбирать те дороги, которые далеки от прямых жизненных путей. Я стараюсь обойти препятствия, которыми мир обучает меня в Жизни, тем самым постоянно обманывая себя и других и показывая себя совсем не таким, какой я есть на самом деле. Пропитанный изнутри различными страхами, я заявляю себя перед другими уверенным и самодостаточным, чтобы быть принятым в различных мирах общества. Таким я предстою перед Миром и сам себя убеждаю в том, что именно таким я настоящим и являюсь. А потом приходит незаметный страх показать себя настоящим и явить Миру свои слабости и несовершенства. Я начинаю бояться той части себя, которая может меня выставить незнакомцем перед теми, кто меня уже принял в определённом образе, и начинаю бояться того, что буду не нужен им в своих настоящих проявлениях и побуждениях. И тогда я впадаю в постоянное предательство самого себя и Мира. Так страх становится моей второй натурой, без которой мне уже трудно принимать самостоятельные решения. Я каждый день начинаю переживать по поводу и без повода о себе и состоянии своих близких. Мне трудно избавиться от постоянного чувства контроля, который, как радар, определяет моё правильное поведение, под которое я желаю подстроить и поведение близких и знакомых мне людей. Я станов-

люсь контролёром на побегушках у Жизни, вместо того, чтобы строить свою собственную Жизнь как Творец и Хозяин. Мои переживания и представления о том, что может со мной или с находящимися рядом людьми случиться, загоняет меня в ловушку, где нет Жизни и получения Благодати, а есть только борьба под солнцем за сытный кусок хлеба. Мои переживания не пропускают меня в настоящую Жизнь, потому что я боюсь растратить то, что я по крупицам в ней собирал – свой опыт, авторитет, знания, признание окружающих (уважение), профессиональные навыки и всё то, что позволяет мне в обществе считать себя состоятельным и успешным. Мои постоянные переживания о том, насколько моё поведение соответствует ожиданиям общества, закрывает мои способности и возможности проявить свои душевные качества и показать их Миру. Я постоянно стесняю себя или стесняюсь своей искренности и простоты. Я сознательно или неосознанно стараюсь создать тот образ, который позволит мне продемонстрировать свою исключительность и полезность перед другими. Я показываю всем свою уверенность и безошибочность в принятии решений и следовании в совершении поступков. Мои переживания для общества становятся неким клеем создания общих отношений и оценки друг друга. Поэтому через переживания каждый из нас несёт различные образцы поведения, которые способны обучать тому, что необходимо обществу. Так мои переживания удерживают меня в постоянном внутреннем напряжении. Это напряжение кривит Ток моей Жизни и не даёт мне жить Легко. Поэтому вся моя жизнь состоит из трудностей, и, порой, складывается через постоянное преодоление той среды, в которой я живу. Вместо того, чтобы жить, я борюсь с теми событиями и обстоятельствами, которые окружают меня, вопреки моему согласию и желаниям. Вместо лёгкости и радости я живу в Жизни с надрывом, душевной тяжестью и разочарованием в том, что ко мне приходит, и что я имею. Это постоянное недовольство собой и Миром приводит меня к тому, что я становлюсь либо Хищником, который всё способен разрушить и присвоить, либо Жертвой, которая вечно плачется о том, как она мало получает от Жизни, и винит всех окружающих в своей тяжёлой доле. В этом постоянном напряжении я получаю невыносимо трудную жизнь, которую я не желаю принимать, и ежедневная борьба с которой становится моим постоянным вызовом Миру своего несогласия с тем, какое место я в нём занимаю.

При этом я утрачиваю, присущую мне от природы, телесную лёгкость и душевную светлость и становлюсь грузным и «тяжёлым» как снаружи, так и внутри. И всю жизнь я живу с грузом забот о том, как мне поступать в различных ситуациях, чтобы быть понятным и принятым другими, в соответствии с теми общественными укладочками, которые и определяют мой вес в жизни. Я теряю состояние радости и благодарения Миру и становлюсь постоянно озабоченным своим житейским и общественным смыслом. Это ещё более накапливает во мне страхи и бросает в постоянные переживания. Переживания, когда меня нет в настоящем, а значит, я отсутствую в Жизни. Это состояние является основным для многих из нас, когда мы жертвуем себя обществу и отказываемся от себя. Мы становимся слугами и рабами своего существования, при этом, обслуживая многих других, вместо того, чтобы вырастать в Хозяев и Творцов своей собственной Жизни.

Однако мы с вами знаем, что у каждого явления есть минимум две стороны, в которой, как правило, одна – благо, другая – зло. Так выглядит для нас всё, что предстает перед нашим материалистическим умом. И здесь необходимо сказать о том, что многие страхи в Жизни могут сослужить для нас хорошую службу и принести пользу.

Я говорю о той стороне страхов, которая позволяет нам предупредить опасность и выжить. И как ни странно прозвучит, после всего вышесказанного мы должны быть благодарны страхам за то, что они приводят нас в состояние очути и остороги, так раньше называли состояние осознанности и собранности, связанного с моим выживанием в Мире. Другими словами, страхи, как сторожа, указывают нам на возникающую опасность, которая грозит разрушением нашего Мира и Жизни.

Состояние остороги позволяет нам предстать перед Страхом и при наличии в нас сил пройти сквозь него и забрать часть самих себя. Когда мы проходим сквозь страх, мы всегда забираем из него ту Силу, которая в нём живёт. Ибо главными пожирателями нашей силы в Жизни являются страхи, одолевшие нас и воздвигшие перед нами предел нашим возможностям, посеяли зёрна сомнения в наших силах, а значит, отобрали их у нас.

В любом событии, где мной руководит страх, я обмираю, т. е. я временно выпадаю из Мира и на мгновение умираю. Но, если я способен справиться со страхом, моё обмирание ведёт меня через малую Смерть к обновлению и состоянию новизны.

Становясь победителем страхов, я накапливаю в себе уверенность в своих силах и способностях, а при потакании и подчинении страхам я приобретаю растерянность в себе, т. е. я теряю и растрачиваю себя, оставляя свои части там, где остался не пройденный мной страх. Поэтому страхи – это ещё и воспитатели во мне, которые закаляют меня в преодолении того, что мне незнакомо и непонятно в Жизни. Это мои помощники на пути к восхождению за свои пределы и подсказчики мне в том, где живёт моя Сила.