

Счастливым быть... Молча!

Знаете ли вы, что такое ритрит? Говорят, это одиночество, отшельничество. Что такое ритрит молчания? Говорят, это когда ты молчишь и ни с кем не общаешься. Может быть и так, но как всегда в нашей голове обязательно возникнет свой вопрос: А что это для меня? И вообще, зачем и кому он нужен у нас в Европе, этот ритрит? Это там, в Тибете, никуда не спешат, а у нас просто непонятно, куда девается время.

текст: Андрей Давыдов
фото предоставлено автором



Вот уже пятый год ритрит молчания проводит на берегу одного из латгальских озер учитель рэйки и целитель Михаил Мошенков. Что это, еще одно модное учение, или?.. Вот что Михаил рассказал о ритрите.

– **Ритрит – время для себя, время для Понимания, время для Соединения, время для Возвращения, время для Осознания, время для Тебя в Боге. Ритрит показан каждому, кто Ищет.**

Вообще-то это достаточно трудная работа. Результаты ритрита зависят, к сожалению, от целей и намерений, которые ты лично ставишь перед самим собой, уходя в очередной ритрит.

СЛ: Почему “к сожалению” и почему “очередной”?

– К сожалению, сложно осознать и реально увидеть свои настоящие, возможные лично для тебя цели. Проблема заключается в стереотипах и попытке быть и хотеть, как кто-то другой. Это одна из ошибок.

Прими свои собственные цели ритрита как самые высшие и значительные, какими бы они ни казались тебе в сравнении с целями других людей. Не лги себе – это никуда не приведет, а ритрит – это Путь. Иначе это просто еще одна пустая игра в “духовность”.

Почему очередной? Потому, что если ты познаешь вкус ритритов, никогда не остановишься на прежнем достижении. Или остановишься, тогда ритрит просто игра, признай это и позволь себе поиграть, это тоже здорово, если честно.

МОЙ ПЕРВЫЙ РИТРИТ

– Свой первый личный ритрит, без учителя, судьба мне подарила в виде сорокадневного путешествия в Японию, на священную гору Курама, вблизи Киото. Вообще, каждый ритрит уникален. Особенностью этого было то, что я впервые летел в Страну восходящего солнца, не зная ни японского, ни английского языка.

Я не мог разговаривать, постоянно чувствовал свое одиночество, и... это было прекрасное ощущение! “Ничего не загадывать на завтра, только здесь и сейчас” – таков был мой девиз в Японии. Любые попытки что-либо детально и точно запланировать рушились тут же. Каждый день было путешествие в Храм и на Гору, и каждый день было возвращение в огромный город – и то и другое не противоречило друг другу.

МОЙ ВТОРОЙ РИТРИТ

В 2004 году в Южной Корее я прошел практику ритрита молчания в дзенском монастыре ордена Кван Ум. Практика в монастыре, тем более в дзенском, подразумевала беспрекословную дисциплину и прописанные до мелочей ритуалы абсолютно во всех действиях. Например, ритуал приема пищи был расписан настолько четко, что малейший неправильный жест во время еды или одна незамеченная рисинка после трапезы вызывала неизбежное замечание со стороны ответственного монаха и, естественно, немедленное исправление нарушения на глазах у всех.

Безусловное послушание, трудовая всеобщая повинность, 12 часов ежедневных медитаций, 108 поклонов, молитвы, подъем в 3 часа утра и однообразный ежедневный ритуал были особенностью этого опыта ритрита молчания.

Опыт дзенского монастырского ритрита молчания для Михаила Мошенкова был закончен тем, что ему предложили, в нарушение всех заранее оговоренных сроков, пройти дзен-инициацию. [9]