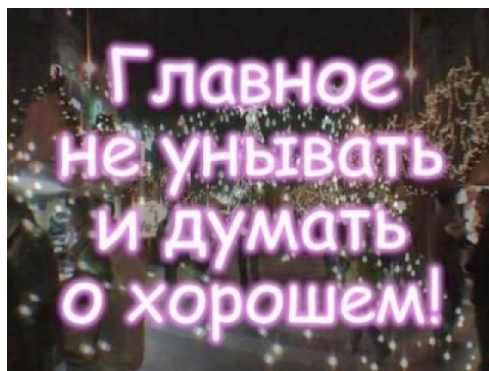




ПОЧЕМУ ВАЖНО НЕ ДУМАТЬ ПЛОХО НИ О КОМ?

АВТОР: РАМИ БЛЕКТ

Давно замечено, что мы приобретаем качества того человека, о котором думаем и, следовательно, говорим. Поэтому даже западные психологи советуют думать и говорить об успешных и гармоничных людях. Но чем больше в нас эгоизма и зависти, тем тяжелее нам говорить о ком-то хорошо.

Мы должны учиться никого не критиковать. Тот, кто нас критикует, отдает нам свою положительную карму и забирает нашу плохую. Поэтому в Ведах всегда считалось, что это хорошо, когда нас критикуют.

Если вы что-то наметили, что-то хотите сделать, никому об этом не говорите. Как только вы об этом сказали, на 80% уменьшается вероятность, что это произойдет, особенно если вы поделились с завистливым, жадным человеком.

Почему люди, говорящие мало и продуманно, достигают больше? Они не теряют энергию.

Другое простое правило, связанное с речью, - если мы сделали кому-то что-то хорошее и похвастались этим перед другими, то в этот момент мы теряем положительную карму и все свои плоды благочестия, которые заработали этим поступком. Хвастуны мало чего достигают. Поэтому мы не должны никогда хвастаться своими достижениями, так как в этот момент мы теряем все плоды, которые до этого заработали.

- *Вы советуете жить с открытым умом. Но тогда весь ум может улететь, так?*

- *Ты просто крепко рот закрой. И все будет хорошо.*

Мысли определяют речь, поэтому важно не думать плохо ни о ком. Чем больше у нас хаотичных мыслей в голове, тем больше они проявляются на языке и тем более будет беспорядочная речь. Тот, кто ясно мыслит, тот ясно говорит.

Есть еще один уровень - научиться принимать критику. Одно из качеств ума - то, что он способен оправдать себя в любом положении. Чем ниже уровень человека, тем больше оправданий вы от него слышите. Даже совершив самое гнусное преступление, такой человек, не краснея, оправдывает себя. Один из главных показателей личности, которая находится на высоком уровне развития, определяется тем, что она спокойно выслушивает критику в свой адрес.

Правила разумной речи

Первое правило разумной речи - перед тем как что-то сказать резкое, досчитайте до 10. Это может показаться глупым. Первое время мы вряд ли сможем досчитать до 3-х. Но с другой стороны, если вы ответите после небольшой паузы, то ваш ответ будет намного разумней, потому что первое, что приходит в голову, когда нас критикуют, ругают - это желание оправдаться и ответить резко в ответ.

Поэтому, научитесь 5-10 секунд думать перед тем, как отвечать. Помимо всего прочего - это собьет ненужный накал эмоций.

Человек, который занимается самореализацией, очень мало и продуманно говорит. В жизнеописании некоторых великих людей говорится, что они никогда не отвечали сразу на обвинения и вообще старались ничего не говорить в гневе. Они откладывали разговор на другой день или вообще до того момента пока не успокоятся страсти. Ибо знали - пока гнев и раздражение влияют на их речь, последствия будут печальные, а порой просто разрушительны.

Второе правило разумной речи - не нужно впадать в крайности. Бог проявляется в мелочах, а Сатана - в крайностях. Не следует давать обет - «Буду нем как рыба». Особенно, если по вашей природе вы яркий экстраверт, то вам это может только навредить. Если ваша психофизическая природа в том, что вы должны много говорить, так говорите так, чтобы вы и окружающие получали от этого благо. Поэтому будьте открыты и доброжелательны, и главное - живите осознанно. Важно помнить, что наш уровень определяется по мелким, незначительным поступкам - как мы отреагировали на

грубость в магазине, какие эмоции начинают нас переполнять, когда нас «незаслуженно» критикуют и т. д.

Три уровня речи

Человеку на высоком духовном уровне, в благости, которому, что-то про кого-то говорят плохое, или он что-то оскверняющее увидел или услышал, может даже физически стать плохо. У него может возникнуть ощущение, что его грязью облили. Такой человек всегда говорит правду приятными словами. Осознанно говорит каждое слово, и каждое слово приносит гармонию в этот мир. В речи много безобидного юмора, часто над собой. Такие люди практически всегда здоровы и счастливы. Люди в страсти очень чувствительны к критике в свой адрес, они с большим удовольствием могут часами говорить о темах, связанных с сексом, деньгами, экономическим процветанием, политикой, обсуждением покупок, рассказывать о себе хорошем, язвительно обсуждать кого-то и т. д. Говорят они обычно быстро.

Обычно, в начале разговора они чувствуют большое удовлетворение и подъем, но после таких разговоров - опустошение и омерзение. И чем выше уровень сознания, тем сильнее это чувство. Такой стиль речи ведет к деградации на всех уровнях. Те, кто в невежестве, отличаются тем, что их речь полна оскорблениями, претензиями, осуждениями, угрозами, нецензурными словами и т. д. Все слова пропитаны гневом и ненавистью. Когда такой человек открывает рот, создается ощущение, что комнату наполняет неприятный запах. Поэтому, если такому человеку говорить что-то хорошее о ком-то, он может заболеть. Такие люди, как правило, сами осознанно или не осознанно провоцируют других, пытаясь вызвать у них энергию гнева, раздражения, обиды, зависти, т. к. на эту волну они настроены и питаются этими низшими разрушительными эмоциями. Юмор у них «черный», полный издевательств и радости чужому горю. Они в иллюзии от начала до конца. Таких Вселенная лечит тяжелыми ударами судьбы и болезнями. У них быстро развиваются психические заболевания. С ними нельзя даже рядом находиться, а уж тем более общаться.

Обычно редко встречается человек, который постоянно находится только на одном уровне. Чаще встречаются смешанные типы или тип человека может, довольно быстро меняться.

Это очень зависит от:

1) Общества, которое мы выбираем - на работе, отдыхе. Например, начав общаться со страстным человеком, мы через несколько минут можем обнаружить, что активно втянуты в обсуждение политиков. Хотя еще 10 минут назад нам не было до них дела.

2) Места. Например, в казино, ночных клубах, около пивных ларьков, притоне наркоманов. Обсуждение духовных тем трудно представить. Если место пропитано страстью и невежеством, то и звучащая там речь будет соответствующей.

3) Времени. Например, с 21-00 до 02-00 часов - это время невежества, поэтому именно в это время хочется пойти в невежественное место, посмотреть невежественный фильм, поговорить на невежественные, в лучшем случае на страстные темы.

Утро вечера мудренее - это народная мудрость. Давно замечено, что то о чем ты говорил вечером и, особенно, если принимал какие-то решения, то утром жалеешь или, как минимум, видишь в другом свете. Поэтому следование простому правилу - никогда не принимать решения вечером, и вообще как можно меньше говорить в это время - это сделает нашу жизнь значительно счастливей и избавит от многих проблем и несчастий. Не случайно то, что в природе все спит в это время. Вы когда-нибудь слышали пение птиц в это время?

В конце недели можно провести тест - какая доминировала речь на протяжении недели.

Если в благодати, то легко будет заметить как гармония и счастье входит в нашу жизнь.

Если в страсти и, особенно, в невежестве, то естественным результатом будут болезни, депрессии и несчастия.

Важное правило - избавиться от претензий. Первый шаг к любви - это благодарность. В этом мире мало кто кого благодарит. В основном, все высказывают претензии - либо в скрытой, либо в явной форме. Но важно помнить, если мы кого-то не благодарим, значит, начинаем критиковать, предъявлять претензии, не всегда даже осознавая это.

Служение - это не только какая-то физическая помощь, в первую очередь, это означает - помочь человеку развить сознание Бога, подарить свою любовь, приблизить человека к Божественному. Все, что мы делаем без любви, несет только несчастья и разрушения,

как бы благородно внешне это не выглядело. Учителя учат, что каждую секунду мы либо приближаемся к Богу, либо удаляемся от Него. Каждая ситуация - это урок. И нужно благодарить Бога за каждую посланную нам ситуацию. Всевышний - Всеблагодать и каждую секунду Он желает нам только добра. Каждая секунда направлена на наше обучение. Как только у нас появляются претензии, наш сердечный центр блокируется. Самые частые претензии - на судьбу, на окружающих, недовольство собой и миром. Претензии проявляются не только в словах, но, в первую очередь, в мыслях, тоне, стиле общения и отношении к жизни.

Каждая ситуация дается нам для того, чтобы мы работали над собой:

Чем менее мы гармоничны, тем более напряжены, тем более суровые уроки мы получим.

Но как только у нас возникает принятие ситуации - происходит расслабление и, значит, эта ситуация быстро разрешится.

Вы не сможете избавиться от болезни, если вы ее не принимаете. Это первый шаг к излечению и решению любой проблемы - полное принятие внутри, как милость Бога, эту болезнь и несчастье, а на внешнем плане нужно прикладывать все силы, чтобы ее разрешить. Если мы не принимаем ситуацию, то более 90% нашей энергии пойдет на ее «пережевывание». Наш организм может справиться с любой болезнью. Также мы можем справиться с любой ситуацией и выйти из нее победителем. Если нам дается какое-то испытание, значит, мы можем его вынести. Бог испытаний не по силам не дает. Вместо претензий мы должны привыкнуть благодарить всех. Претензии - это первый шаг к болезням и несчастьям. Вы должны отследить, сколько у вас благодарности и сколько у вас претензий к окружающим. Вы обнаружите, что часто у нас больше претензий, чем благодарности. Претензии идут от ума и ложного эго.

Любые наши претензии имеют деструктивную природу, они забирают нашу энергию и закрывают наше сердце. Истинное смирение выражается в том, что мы принимаем любую ситуацию. Многие понимают смирение, как нечто показное: ударили по одной щеке - подставь другую. Это касается внутреннего состояния. Мы принимаем любой подарок судьбы, каким бы он ни был!