

Не коротко о методике ДФС

Субъект и Присутствие

В постоянном диалектическом противоречии между личностью и индивидуальностью (как совокупном опыте жизни человека, как природного существа), существует еще нечто третье. Это третье мы называем по-разному: ну, скажем, эмоционально-чувственная сфера. По-старинному душа, по-модному — психоэнергетика. Если принять, что наши эмоции — это информационное явление, связанное с дефицитом или избытком информации, а наши чувства — это фиксирование уровня удовлетворенности доминантных потребностей, то что же такое «чувствилище», что составляет его основу? В его основе лежит факт, независящий от нашей воли и желания, — что мы объективно присутствуем в пространстве и являемся его частью. Человек — это физико-биологическое тело в пространстве. А тело в пространстве, изучаемое наукой физикой, обладает массой разнообразных свойств. Так вот, некая совокупность этих свойств, вероятно, является базисом того, что дает возможность человеку воспринимать наполняющую пространство энергию и вступать в отношения с такими базовыми элементами реальности, как пространство и энергия. Эта наполняющая пространство энергия есть первичное ощущение чего-то, что можно назвать Дух.

Таким образом, прослеживаются две тенденции. Одна — убрать из восприятия человека тот факт, что он живет и действует в объеме и свести все к максимально предсказуемой, максимально нормальной с позиции Великого Среднего конкретности. Вторая тенденция — разрушение конкретности и возвращение к неполноте, но в хаосе, в стихии. И тут мы обращаемся к духовности, которая гласит, что **человек имеет возможность обрести некий управляющий собой и своими отношениями с реальностью центр за пределами всего, что в нем является явленным**. Этот гипотетический центр мы назвали Субъект, то есть Я, не имеющее никаких рациональных, словесно-логических признаков кроме того, что оно есть. Но оно доступно в переживании. Наличие такого центра дает возможность преодолеть хаос при переходе к объемному восприятию себя. Единственный базис Субъекта или «Я истинного» в том, что люди присутствуют в пространстве. И в этом пространстве человек переходит к восприятию себя как некой сферы и на уровне тела, и на уровне энергетике, и на уровне сознания; начинает воспринимать себя, как некую сферу, которая может расширяться, которая может резонировать с окружающей бесконечностью, не разрушаясь при этом структурно.

Это и называется «Присутствие» — человек, который осознал себя присутствующим в мироздании. Это первые шаги. Но почему их бывает так трудно сделать? Проблема в том, что эти усилия никому во внешней жизни не нужны и никакими внешними плюсами-подкреплениями не поддерживаются; они могут быть нужны только самому человеку. Это не имеет отношения к жизни как устройству, к социальным достижениям, социальному статусу, территории. Это имеет отношение к бытию, к самореализации. Почему богатые тоже плачут? Потому что никакой уровень потребления ни на миллиметр не приближает человека к уровню реализации. Мы живем в таком мире, где главное — это внешние достижения — социальная карьера, уровень материального достатка, объем социального признания. Это внешнее. К внутреннему миру все это не имеет отношения. Большинство не понимает о чем идет речь, когда пытаешься говорить с ними о внутренней жизни. Один человек сказал мне очень искренне: «Это то, что о чем я не хочу, чтобы кто-нибудь узнал?». Жить внутри себя, то есть внутри своего субъективного мира, нас никто не учит, потому что социуму это не нужно. Так и получается, что все, что мы называем жизнью, находится «вовне», поэтому тело, в конечном итоге — помеха. У нас даже Бог,

если мы веруем — вовне, хотя Иисус сказал: «Храм Божий внутри тебя и Бог в тебе». У нас все вовне: вера, любовь. А что тогда тут, в теле? Мясо, кровь, лимфа, кости, жилочки, желудочки... и то плохо работает: то жарко, то холодно, то голодный, то переел, то мало сил, то много сил...

Человек цельный

Один из идеалов культуры человеческой — идеал цельного человека. Такой человек всегда он, потому что у него нет конфликта между субъективным и объективным, между подсознанием, сознанием и сверхсознанием — он цельный. В чем смысл цельности? В том, чтобы внутреннее, преодолев все внешние барьеры, реализовывалось, объективизировалось, чтобы между внешним и внутренним человеком не было разницы. Как внутри, так и снаружи — таков идеал цельного человека. Но это дорога для смелых, очень смелых и очень рискованных людей, потому что на этих путях большинство пытавшихся заблудилось. Когда мы говорим о цельном человеке, мы попадаем в невыносимое бытие и понимаем, что, с одной стороны, это абсолютная истина, а с другой стороны, мы понимаем, что это абсолютно не достижимо; надо быть безумцем, чтобы попытаться. Мы не безумцы — мы нормальные люди. Поэтому мы говорим об объемном человеке — это выносимо, потому что объемность не отменяет ощущения самоконтроля: человеку остается ведомо то, что с ним происходит. В этих поисках нет и не может быть другой мотивации, кроме внутреннего желания. Человек ищет себя в полноте только для себя — тогда у него есть шанс найти. Поиск себя в полноте — это и есть поиск максимальной степени реализации. С этой точки зрения томление духа, если оно есть, — это ощущение огромного количества свернутой энергии. Внутри каждого из нас есть огромная «черная дыра». Желание, чтобы она превратилась в свет, начала излучать — вот единственная мотивация для такого рода внутренней работы с собой. При таком подходе к себе, прежде всего к себе, а потом и к другим, человек начинает видеть отношения между личностью, индивидуальностью и сущностью совсем по-другому, он начинает этим пользоваться совсем по-другому, и внешнее становится для него другим по содержанию, а не по форме. Человек приходит к переживанию. Переживание — это соединение, некий синтез думанья и чувствования.

Переживание и струны души

Итак, человек думает. Когда он думает, он увязывает результаты своего думанья с тем, что он делает или же говорит — «я сделал это, не подумав». Однако то, что он чувствует, не зависит от того, что он думает или делает. Зачем тогда чувствовать? Чувства как производное от системы отношений только мешают, это некая лишняя составляющая между думаньем и деланьем. Зачем же он чувствует? Не эмоционирует, заметьте, а чувствует? Мало того, что он чувствует, он еще создает культ чувств. Почему? Потому что чувствует человек сам, а думает и делает вместе с другими. Вот почему в современных условиях единственный способ самостоятельности — это чувства. Чувствует человек сам. Он может пытаться выразить свои чувства, поделиться ими с другими, но будьте готовы: в ответ на ваши чувства люди предъявят свои. И избавиться от этой борьбы чувств можно только, оказавшись в полном одиночестве. Есть только один выход, он жеследующий шаг — перейти к объемному чувствованию под названием «переживание». Что это означает? Это означает прием и переработку информации «без слов и картинок». Это означает, что так называемое «ничто» или «пустота» раскрывает нам свое содержание через **переживание**, то содержание, которое мы не можем ни передать словами, ни передать образами, а можем постигнуть только через сопереживание. Путь к этому лежит через то, что мы называли простым техническим словом «резонанс». А чтобы возник резонанс, нужен объем, то, что будет резонировать. Выражение «струны души»

возникло не на пустом месте. Почему же у большинства эти струны защепками защеплены, чтобы не двигались, нешевелились? Потому что они к живому прикреплены, и когда начинают вибрировать— больно. Иногда очень больно. Мы все знаем, в чем секрет того, что у настоящего художника болит там, где у нас ничего не реагирует. У нас этих струн как бы нет. Но это неправда. Они у нас есть, просто они наглухо зафиксированы, чтоб не вибрировали.

Но если человек хочет найти себя в полноте, то ему нужны эти струны и нужно, чтобы они выдержали эту боль, и она постепенно перестала быть болезнью, а стала здоровьем. Чувствительность и сила — вечный вопрос взаимоотношений между человеком и реальностью. У нас либо чувствительность, либо сила. Чувствительный, но слабый, или сильный, но бесчувственный. Крайности. И началимы искать технологию, которая бы позволила сделать инструмент души максимально чувствительным, способным резонировать всем богатством своих струн и при этом не разрушиться.

И из всего, что мы нашли, мы создали практику, которую назвали ДФС. И в полном подлинном своем содержании ДФС — это **способ развития своих объемных качеств, для того, чтобы иметь возможность максимально полно резонировать с реальностью и при этом быть и действующим, и думающим, и чувствующим**. То, что мы условно называем ДФС — это одна из технологий, позволяющая пройти курс от неуправляемого чувствования к переживанию.