

# Красавица И ЧУДОВИЩЕ

*Высшее предназначение брачного союза*



Камлеш Д. Патель делится своими мыслями о том, как брак облагораживает и обогащает нашу жизнь, поддерживает нашу эволюцию и обеспечивает счастливую, прочную основу для семейной жизни.

Как-то раз мне посчастливилось наблюдать за пожилой парой, которая прогуливалась вдоль реки в Принстоне, их движение было совершенно синхронным. Можно было видеть, что они давно вместе. Они почти ничего не говорили, их общение проявлялось более тонко. Через некоторое время они дошли до скамейки с видом на реку, достали термос с чаем и бутерброды и стали наслаждаться своим небольшим пиршеством в совершенной тишине. Их движения были настолько созвучны, что на мгновение могло показаться, что это движения одного человека. То, как она наливала чай, было наполнено нежностью и заботой, и он так же принимал чашку. Они ели бутерброды и наслаждались спокойствием реки.

В своем браке они достигли чистоты общения и взаимоотношений. Является ли это результатом жизни, проведенной в совершенной гармонии и легкости? Я сомневаюсь. Были ли у них споры о том, как воспитывать детей и сколько денег было потрачено в прошлом месяце? Возможно. Большинство пар достигают этого уровня в своих отношениях, проходя через борьбу и трудности, жертвуя личными интересами, воспитывая детей, внуков, а иногда и правнуков.

Это другой край спектра, противоположный пьянящим дням юной любви молодоженов, когда пара нуждается в гораздо более физическом и словесном выражении любви. Это в том случае, если в отношениях есть любовь. Мы рассмотрим это позже.

Что лучше — волнующие дни ранней влюбленности или безмятежная жизнь пожилой пары? Вопрос кажется глупым, поскольку очевидно, что это разные стадии в эволюции брачного союза — обе важны и необходимы. Это был бы глупый вопрос, если бы не тот факт, что сегодня большинство браков на Западе, а также всё больше и больше браков на Востоке недолговечны!

Стоит разобраться, почему это так. Что происходит между началом и концом? Почему в сегодняшнем мире так много брачных союзов заканчиваются разводом? Может быть, из-за того, что институт брака устарел? Я бы сказал «нет». Это происходит потому, что мы не понимаем цели и стадий брачного союза, мы не понимаем природы любви.

Легко видеть, как возникают проблемы. Ежедневная рутина современной жизни не располагает к отношениям. Часто обоим родителям приходится помногу работать, чтобы накопить достаточно денег на образование детей и покупку жилья, а городские жители подвергаются всевозможным загрязнениям окружающей среды и стрессам. Таким образом, к концу напряженного дня почти не остается энергии на доброту и заботу друг о друге.



Но разве это труднее, чем во времена войн, голода, чумы или рабства — всего того, что выпало на долю наших предков? Можно с легкостью винить обстоятельства за сегодняшние распады браков, но во многом людям никогда не было легче, чем сейчас.

Причина также в том, что после радостного и головокружительного свадебного торжества наступает реальность совместной жизни, где необходимо принимать несовершенства друг друга и учиться тому, как приспособливаться к новой динамике отношений. Когда сходятся вместе два несовершенных существа, обязательно будет некоторое трение и приспособливание. А если пара живет с родителями жены или мужа, в эту новую динамику добавляется еще больше элементов.

Часто сбой в браке происходит не в начале или в конце, но в середине, когда наступают самые большие трудности. Тогда в чем отличие пары, которая способна продолжать эволюционный процесс брака, от той, которая этого сделать не может?

По мере того как всё больше молодых людей ищут ответы на такие вопросы, в которых логика смешивается с эмоциями, традиции пересекаются с современным мышлением и, возможно, наука соприкасается с духовностью, появляется потребность в актуальном и практическом подходе к отношениям, который также включал бы в себя и мудрость веков.

Начнем с некоторых учений древней мудрости, которые могут быть полезными.

В философии йоги говорится о трех видах людей: *саттвическом*, *раджасичном* и *тамасичном*. Мы все представляем собой смесь этих трех видов, но обычно один из них преобладает, и это может изменяться по мере нашей эволюции.

*Тамасичное* поведение характеризуется невежеством и инертностью. Обычно *тамасичный* человек летаргичен, недоверчив и склонен к насилию. *Раджасичное* поведение характеризуется действием и страстью. *Раджасичный* человек — тот, кто часто нацелен на удовлетворение собственных желаний, на личную выгоду и свое процветание. *Саттвическое* поведение характеризуется чистотой и мудростью. *Саттвический* человек радостно служит другим без каких-либо ожиданий личной выгоды.

Эти три качества проявляются во всем, что мы делаем: в нашей походке, в том, как мы говорим, как мы едим и даже как мы дышим! Что происходит с нашим дыханием, когда мы испытываем сильный гнев? Ноздри раздуваются, наше дыхание становится глубоким, громким и хаотичным — *тамасичным* по своей природе. С другой стороны, когда мы в состоянии *самадхи*, или глубокой медитации, наше дыхание насколько тихое и спокойное, что мы его почти не замечаем. Оно происходит так естественно и легко, то есть *саттвично* по своей природе.

Эти качества играют свою роль во всех наших взаимоотношениях и наиболее заметны в наших самых близких отношениях. Поэтому браки также ассоциируются с одним из этих трех типов.

*Тамасичный* брак основан на личной выгоде. Пара сходится ради выгоды. Например, жених может быть сфокусирован исключительно на финансовом статусе семьи невесты, или получении «статусной жены». Или невеста, возможно, выходит за кого-то, кто гораздо старше ее, ради денег, статуса или чтобы легко получить визу. Такие браки — деловые по своей природе, они основаны на нарциссическом, или эгоцентрическом, поведении и легко могут привести к взаимному недоверию и разногласиям. Здесь супруг (или супруга) представляет собой предмет потребления, предоставляющий статус, удовольствие или услугу.

Сегодня многие браки являются *раджасичными*, основанными на взаимной любви и уважении, а также на взаимном желании и выгоде. И хотя у них может быть взаимное уважение, их любовь не совсем чиста и бескорыстна, поскольку присутствует ожидание. Поэтому, когда оказывается, что супруг несовершенно и у него есть недостатки, как и у всех нас, приходит разочарование и начинаются «проблемы в раю».

*Саттвические* взаимоотношения — это те, в которых оба партнера думают о себе не как об отдельных личностях, но как о едином целом. Они радостно жертвуют всем ради своей совместной жизни и ради друг друга. У О. Генри есть прекрасный рассказ о такой молодой паре, который называется «Дары волхвов». В *саттвических* браках есть чистота намерений, и не имеют значения физические недостатки или финансовое положение. Единство, совместный рост и безусловная любовь являются сутью такого брачного союза. В *саттвических* браках наилучшее проявляется с течением времени, поскольку семья основана на любви и самоотдаче, и поэтому брак прочный.

Когда появляются дети, внимание друг к другу перерастает в отношения сотрудничества, где центром внимания становятся дети. Разные типы людей по-разному реагируют на эту переменную. Что вы думаете произойдет с человеком, который сосредоточен на себе и хочет, чтобы его супруга постоянно уделяла ему внимание? И что произойдет с человеком, который всегда рад отдавать и не нуждается в том, чтобы быть в центре внимания? Это примеры разных реакций, приводящих к разным результатам.

Можно рассмотреть много других ситуаций: финансовые трудности, слабое здоровье, проблемы с детьми, смерть в семье, проблемы на работе и т.д. Как каждый из этих типов людей будет реагировать на такие трудности в браке?

Чтобы брак был успешным, в нем всегда должен быть как минимум один дающий, а если их двое, то брак будет процветать. Поэтому в сегодняшнем мире, где реклама и средства информации поддерживают и поощряют нарциссизм и корысть, неудивительно, что очень многие браки распадаются или наполнены страданием, а не радостью. Когда мы намерены винить в проблемах и критиковать другого человека вместо того, чтобы посмотреть на себя и принять трудности, не произойдет никакого изменения. Основой нашей культуры стало «я» вместо «мы».

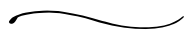
Но именно поэтому институт брака дает столько надежды на будущее. Давайте вернемся к нашей пожилой паре в Принстоне. Начали ли они свою брачную жизнь в *саттвическом* состоянии? Не обязательно. Совместная жизнь с течением лет приводит к совместной эволюции. Острые края сглаживаются, со временем развивается принятие, и они учатся друг у друга, как пребывать в гармонии и тишине. Но это при условии, что они оба хотят быть вместе, проходя все «взлеты и падения» семейной жизни.



Брак и семейная жизнь учат нас становиться всё более и более дающими, если мы готовы пройти это путешествие от начала до конца. Есть французская сказка «Красавица и Чудовище», в которой Чудовище поначалу очень *тамасичный*, он запирает Красавицу под замок, как трофей. Но со временем доброта, любовь и принятие Красавицы превращают его в прекрасного и доброго принца. Мы любим эти народные сказки именно за то, что они пробуждают что-то в нашем подсознании, и мы знаем, что это возможно.

Брак дает всем нам эту возможность — возможность вырасти, облагородить себя и научиться любить. В брачном союзе мы можем развиваться в *саттвическое* состояние общности, которое я наблюдал в тот день у пожилой пары на берегу реки — очень тонкое, нежное и совершенно естественное. Я надеюсь, что всё больше и больше людей получат возможность испытать это состояние.

Вот почему в йоге XXI века жизнь семейного человека занимает гораздо более почетное место, чем целибат монаха. Именно благодаря любви и жертвенности, трудностям и принятию, готовности расти, которые предлагает брак, мы улучшаем себя настолько, чтобы реализовать свой наивысший человеческий потенциал.



## О Камлеше Д. Пателе:

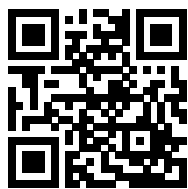


Камлеш Д. Патель, также известный как Дааджи, — четвертый духовный лидер системы медитации Heartfulness. Исполняя многочисленные обязанности современного учителя, он обладает редкой способностью глубоко погрузиться в центр своего существования в сердце и в то же время использовать научный подход к новым исследованиям в области медитации, духовности и эволюции человека. Он часто выступает и много пишет. Самые свежие его статьи можно читать на сайте [www.daaji.org](http://www.daaji.org).

## О медитации Heartfulness:

Heartfulness — это подход к системе медитации раджа-йоги, которая называется Сахадж Марг. Она была основана в начале XX века и стала официальной организацией в 1945 г. Спустя семьдесят лет медитацию Heartfulness стали вводить в организациях, государственных учреждениях, школах, университетах и компаниях во многих странах мира.

Более миллиона людей в 130 странах практикуют медитацию Heartfulness при поддержке 7 тысяч сертифицированных тренеров-волонтеров и сотен центров Heartfulness по всему миру, и количество практикантов постоянно растет.



[www.heartfulness.org](http://www.heartfulness.org)



[www.heartfulnessmagazine.com](http://www.heartfulnessmagazine.com)