

В совершенном равновесии

Мишель Нануш (Michelle Nanouche)

Тьма депрессии в сознании человека часто описывается языком сражения; и для тех, кто таким образом выражал свою борьбу, это нечто большее, чем преходящий упадок настроения или хандра. В этой борьбе могут быть эпизоды подъемов и падений, ударов и давления, потерь и непрочных завоеваний. Но имеют ли эти состояния какое-либо отношение к нашим истинным историям жизни или истинным историям других людей?

Поразмыслите над этой радикальной идеей, что ничем непрерываемое поступательное разворачивание духовного добра – это единственная история, заслуживающая того, чтобы знать и рассказывать ее, и что самые точные ответы из истинной истории человека мы находим в молитве.

Когда мне было около 18-25 лет, мне приходилось иметь дело с тем, что можно было назвать хронической депрессией средней тяжести. Будучи студенткой, молодой женой, а затем работающей матерью, я привыкла к унынию, проблемам со сном, переменам в весе, нарушению концентрации внимания и общему беспокойному состоянию. Но по мере того, как проходило время, нечто во мне восстало против приговора, осуждающего меня всю жизнь страдать от депрессии и неуравновешенности.

Однако мне никогда не приходило в голову обратиться за лечением к врачу, потому что я привыкла полагаться на молитву, приносящую эффективное исцеление. Хотя клинический диагноз «депрессия» может привести к облегчению симптомов благодаря лекарственной терапии и психоанализу, но они ведь не обещают излечить человека навсегда. В основе этого лежало мое убеждение, что поиск конкретной материальной причины и последующий прием лекарств будет означать уход в сторону от духовного роста, который решительно и навсегда искоренит проблему.

Поэтому я избрала для себя ежедневный режим молитвы и изучения Библии и открылась той силе Христа, которая постоянно приносила в мою жизнь равновесие. Христос – это Божье божественное послание здоровья каждому из нас, раскрывающее силу единого божественного Разума, вечно содержащего человека (мужчин, женщин подростков и детей) в состоянии совершенного равновесия.

Мое изучение Библии привело меня к тому, чтобы глубже поразмыслить над равновесием и силой, приходящими от Бога. Я задумалась над «равновесием силы» Бога и моим местом в Его творении. Этимологически *равносильность* означает «равная сила». По определению два утверждения, имеющие равное или синонимичное значение в истине, равносильны. А в метафизике Христианской Науки Божье равновесие силы описывает равную ценность и совершенный баланс силы каждого из семи синонимов Бога, которые мы находим в «Науке и Здравье с Ключом к Священному Писанию» Мэри Бэйкер Эдди – Разума, Духа, Души, Принципа, Жизни, Любви и Истины. Эти метафизические термины помогают нам понять целостность божественной природы, а также свойства божества, составляющие то, как каждый из нас создан по подобию Божьему.

Исследуя эти синонимы многими способами посредством конкретной молитвы, я нашла свое исцеление всего лишь за несколько дней, когда поняла, что жизнь полностью отражает стабильность и силу Бога. С тех пор (а это было почти 25 лет назад) жизнь подбросила мне немало неприятных сюрпризов, и ответственность, лежащая на меня на работе и в семье, продолжает нарастать. Однако исцеление симптомов, ассоциирующихся с хронической депрессией, оказалось постоянным, а усвоенные духовные уроки очень полезны в том, чтобы помогать другим в моей практике Христианской Науки.

Одна божественная причина

Когда мы открываем свои помыслы силе Христова послания, то верование, будто бы материя через мозг, гены или гормоны обладает абсолютным контролем над умами и

телами людей, начинает разрушаться. Лишенное надежды восприятие, согласно которому депрессия – это постоянная борьба, может быть встречено и покорено могущественным влиянием божественного Разума, то есть Бога. Когда вы основываетесь на более твердом понимании природы Божьей как бесконечного добра, а также того, что Он полностью контролирует все, становится ясно, что божественный Разум – превыше всего и является единственной Причиной. Этот Разум не занят борьбой с материей, мозгом, за владычество ни над кем. «Наука и Здоровье» объясняет, что божественный Разум регулирует всякое сознание и действие: «Один только разум может чувствовать, действовать или препятствовать действию» (стр.166).

Твердо придерживаясь этого взгляда, человек обнаруживает, что элементы человеческого тела можно считать невинными в «преступлениях» (расстройствах и отклонениях), приписываемых им. «Тайным вдохновителем» психических и физических проблем скорее является то, что Христианская Наука называет «*смертным разумом*» (который является подделкой Разума божественного). Это обманщик, порождающий страх и верование, что Бога не присутствует с нами. От этого смертного разума, то есть ограниченного взгляда на реальность, происходят мысли, пытающиеся обвинять нас в том, что мы поддаемся всякого рода сумятице, и порождающие болезни и несоответствия, которые общество принимает не только как возможные, но даже типичные. Однако к счастью, этот взгляд никогда не является истинным состоянием или условием бытия, и молитва, которая обращается к заблуждающейся мысли и исправляет ее пониманием Христа, Истины, снимает бремя с наших помышлений и нашей жизни. С духовным преображением и лучшим пониманием Бога приходит и естественное восстановление доброго здоровья и здорового разума.

Строительные камни духовного равновесия

Хотя она и чисто духовна, метафизика Христианской Науки не абстрактна, когда она применяется в повседневной жизни. Апостол Павел призывал: «Ибо в вас должны быть те же чувствования [«тот же разум» - букв. с англ.], какие и во Христе Иисусе... Потому что Бог производит в вас и хотение и действие по Своему благоволению» (Фил. 2:5,13).

Размышления над концепцией «равновесия силы», концепцией, которая помогла мне обрести победу над депрессией, являются ключом к пониманию духовного существования. Мэри Бэйкер Эдди упомянула этот термин лишь однажды в «Науке и Здоровье»: «Равносильность Бога обнаружила и другое великолепное положение: способность человека к совершенствованию, и установление Царства Небесного на земле» (стр. 110).

Когда мы видим, что каждый синоним Бога совершенно уравнивает и подкрепляет следующий, мы понимаем: в божественной природе нет никакого недостатка и ничего излишнего, и мы становимся способны увидеть, как это применяется к нам в качестве Его отражения.

Например: Бог есть Разум и Дух. Разум и Дух – равносильные понятия. Когда мы думаем о Духе, мы можем размышлять о неподдающейся уничтожению субстанции – осязаемой и реальной. Будучи полностью духовным, человек не является существом, состоящим из химических элементов, вступающих друг с другом в реакции. И терапии, а также режимы питания и т.п., предназначенные манипулировать и регулировать биохимический состав, не объясняют присущего нам по природе духовного происхождения и истинного существа.

Библия говорит, что Иисус исцелял силой Духа. Сила Духа, или субстанции, включает понимание нашей неуязвимости для материи и ее притязаний. Это сделало Иисуса бесстрашным и твердым. Не имея страха, он мог исцелять недуг в любой его форме – психический, физический, эмоциональный или нравственный.

Собственно говоря, к Иисусу однажды подошел человек с явным психическим дисбалансом. Этот случай сегодня считался бы чрезвычайным и сложным (думали, что у него «легион», то есть тысячи проблем, и странное поведение, порождавшее страх у тех, кто знал его). Однако Иисус исцелил этого человека быстро и полностью, не будучи напуган никакими мыслями, связанными с этим случаем, которые продлили бы страдание или сопротивлялись бы исцелению (см. Марк 5:1- 20).

Бог есть Разум, Дух, Душа. Когда мы размышляем о Душе, мы можем познать, что духовная и божественная индивидуальность, а не наследственные черты, определяют и выражают то, кем мы являемся. Мы не запрограммированы генетически находиться под контролем индивидуальных особенностей характера и наших уязвимых сторон. Каждый из нас уже включает в себя все элементы, необходимые для здоровья и гармонии, благодаря совершенному замыслу Души. «Наука и Здоровье» объясняет: «Божественный Разум - это Душа человека, и он делает человека владыкой над всем» (стр.307).

Бог есть Разум, Дух, Душа и Принцип. Принцип не подобен человеческому законодателю, создающему материальные кодексы поведения и осуждающему нарушения закона. Принцип и Любовь идут рука об руку. Божественный Принцип, Любовь, поддерживает, утешает и защищает нас посредством неизменных правил. Разумный божественный Принцип является одновременно духовным законодателем и сострадательным исполнителем закона. Собственно говоря, Принцип есть ненарушимый закон Любви, ободряющий и подкрепляющий послушание и самоконтроль в каждом из нас.

Равновесие в наших мыслях

Когда мы сталкиваемся с тревожными недисциплинированными мыслями (особенно агрессивным симптомом депрессии), это может потребовать от нас осознания, что никто не может быть в плену мышления, подобного верчению белки в колесе (или даже молитвы таким образом). Мышление, подобное крутящейся в колесе белке, – процесс, при котором мысли все крутятся и крутятся и никуда нас не приводят. Однако исцеляющая молитва подразумевает верный (исполненный верой) взгляд на господство, Всебытие Божьего присутствия и Божьей силы.

В моем собственном случае я припоминаю особенно мрачный момент, когда негативные мысли угрожали мне полным падением. Как я ни стремилась к этому, казалось, я никак не могла слезть с этого беличьего колеса. И сколько бы другие ни призывали меня «взбодриться» или «встряхнуться», это не помогало стряхнуть с себя мрак и роковое чувство. Однако я хорошо помню духовный стимул, побуждавший меня совершенно успокоиться.

Затем ко мне пришло спокойное осознание, что у меня нет личного разума с личными мыслями, которые нужно контролировать. Я могу довериться единому божественному Разуму, и он будет знать все, что необходимо для меня и обо мне. Я могу иметь уверенность, что Бог знает меня как Своего ребенка, и могу доверять Ему подробности того, как раскроется, что это означает. Я уснула. А проснувшись, я обнаружила, что освободилась от беличьего колеса. Сосредоточенность на негативном исчезла, и мои мысли стали ясными и четко направленными.

Нет необходимости, чтобы освобождение от депрессии занимало целую жизнь. Бесконечные попытки совладать с жизнью, сопровождаемые разнообразными стрессами, могут притязать на власть. Однако молитва и доверие к закону Бога могут высвободить духовную власть, которая освободит нас от депрессии быстро и навсегда.

Равносильность Бога уже установила гармонию для каждого из нас. Каждому может помочь этот свет, который Христианская Наука отбрасывает на совершенный баланс Бога, который отражается во всем творении. В вечном «сейчас», в непрерывной реальности добра мы действительно имеем духовную власть соглашаться с истинной

историей, со сбалансированным взглядом на жизнь, который мы всегда находим в исцеляющей молитве.

Мишель Нануш живет в Сен-Жермен-ан-Лез, Франция, где она практикует Христианскую Науку.