

Топ 10 заповедей монахов Шаолиня

Многие хотели бы обрести такую же силу духа, волю, бесстрашие и спокойствие, которые есть у монахов Шаолиня.

Шаолиньсы был основан в горах Суньшань в 495 году. Место для постройки было выбрано не случайно – Суньшань считалась священным горным пиком Китая, где жили бессмертные даосы и селились святые отшельники. Каждый монах владеет боевыми искусствами, их возможности можно назвать поистине уникальными...

Может быть, все дело в принципах, которых они придерживаются и никогда не нарушают? Ведь, как известно, самодисциплина и контроль могут сделать очень многое. У шаолиньсов есть свои заповеди, следуя которым, монахи стараются достигнуть просветления. О них мы сейчас и узнаем.

10. Укрепление тела и духа



Основная техника, которую практикуют монахи – это укрепление духа и тела. Они занимаются от рассвета до заката, и не могут прервать занятия по своему желанию.

Не важно, какая на улице погода – монахи просыпаются рано и отправляются на горный склон. Там, повернувшись на юго-восток, они выполняют дыхательные упражнения, чтобы организм наполнился энергией.

В их распорядок дня входит 15-ти минутный загар – причем, не важно, зимой или летом, главное – чтобы было солнечно. Они уверены, что загар помогает

уничтожить паразитов и делает организм более стойким к различным заболеваниям.

9. Боевая техника ради самозащиты



Боевую технику монахи совершенствуют ради самозащиты, в других целях они ее не применяют. Тем самым они укрепляют свою кровь, циркуляцию ци (внутреннюю энергию), воспитывают в себе смелость, а также становятся более отважными в бою.

Монахи занимаются боем в любую погоду, и считают, что лучшие условия для закаливания – это плохая погода. Даже зимой монахи устраивают между собой снежный бой. Для этого каждый лепит 100 снарядов из снега и готовится к битве. Обычно такая битва заканчивается дружественным смехом, их настроение поднимается и в целом улучшается самочувствие.

8. Уважение превыше всего



Общаясь со своим наставником, каждый монах должен быть уважительным к нему и не допускать таких поступков, в которых демонстрировалось бы его пренебрежительное отношение и заносчивость. Своего наставника монахи чтят, ценят и уважают, а, как известно, уважение у них очень сложно заслужить. Его достоин тот монах, который добился духовных плодов. Громко и вызывающе себя вести в местах их служения не принято, никто не рассказывает о своих заслугах.

7. Хорошее отношение к своим братьям



Как уже говорилось в пункте выше – монахам нельзя вести себя громко и вызывающе, кроме того, каждый монах должен быть обходительным со своими братьями. Это значит, что ему нужно быть мягким и искренним, нельзя лгать.

Многим следовало бы ввести заповеди монахов в правила поведения в школе. Ведь, как известно, в школах часто встречаются дети, обижающие тех, кто слабее. Монахи же не могут допустить такого – обижать слабого для них, бравирова силой, это означает потерять свое достоинство. Гуманность – это превыше всего.

6. Обдуманное демонстрирование своей техники



Еще одна заповедь монахов Шаолинь гласит о том, что если встречаешь на своем пути мирянина во время странствования – нужно со всей аккуратностью и терпением удостаивая низшего, попытаться его спасти.

Необдуманно обучать своей технике последователей-мирян – нельзя, потому что это может нанести вред, который впоследствии принесет вред и миру, если неправильно обучать их технике, нарушив основные принципы буддизма. Разрешено только обдуманное демонстрирование техники.

5. Боевые навыки только для благих дел



Те ученики, которые овладели боевыми техниками, не могут растрачивать свои силы на что-то негативное. Каждый, кто познал техники шаолиньских наставников, не должен использовать свою силу, чтобы выяснять отношения с кем-либо из своих братьев.

Но всегда приветствуется желание помочь – монахи могут использовать свою силу только в благих целях. Можно оказывать взаимопомощь, выражать теплые и дружеские чувства к своим братьям по учению.

4. Вино и мясо не разрешаются



Почти все буддисты – вегетарианцы, но это необязательно. Нет никакого обета, который полностью исключал бы употребление мяса, это скорее рекомендация, а не обязательство.

Буддизм имеет широкое распространение в тех регионах, в которых прежде всего люди были вынуждены выживать – это Восточная Сибирь, Тибет, Монголия.

Эти края суровы, и полностью запрещать употребление мяса – это означало бы ограничить рацион монахов, который без того скуден. Такого запрета нет, но употреблять мясо все-таки нежелательно, во-первых, монахи против убийства, а во-вторых, мясо делает дух слабее, а вино отнимает волю и снижает внимательность.

3. Нельзя увлекаться противоположным полом



Монахи не приемлют увлечение женщиной или мужчиной – с точки зрения Буддизма это непростительно. Обет монашества заключается в том, чтобы были исключены любые сексуальные связи.

Мысли монахов занимают совсем другие вещи, быть монахом Шаолиня – означает обладать сильным духом, и под воздействием своей психики мы можем многое сделать и от многого отказаться. Аскетический образ жизни и молитвы, вера и уединение не дают монахам думать о противоположном поле.

2. Технике можно обучать только тех, кто чист и непорочен характером



Необдуманно обучать технике мирян нельзя. Для этого нужно хорошо знать, что природа человека и его характер непорочны и чисты. Но в учении он должен быть дерзким и бесчеловечным, тогда обучение будет благополучным. Если мирянин впадает в такой грех, как увлечение развратными желаниями, употребление вина, то с этого человека нужно взять клятву, что впредь он будет соблюдать правила приличия и не отступит от них.

1. Хвастовство своей техникой недопустимо



Заповедь гласит о том, что нужно не только избегать дух соперничества, но и алчное восхваление. Этим человек убивает не только самого себя, но и отравляет жизни других людей.

Человек с принципами самовосхваления, который практикует боевые искусства, считаются отбросами чаньской школы. Таким поведением человек приносит в этот мир позор, и это ему воздастся смертью. Смысл искусства совсем не в хвастовстве.