

Ум новичка

В японском языке есть слово сёсин, означающее «сознание начинающего». Цель нашей практики – постоянно сохранять сознание начинающего. Наше «изначальное сознание» заключает в себе всё. Оно всегда неисчерпаемо и самодостаточно. Надо не утратить эту самодостаточность сознания. Это означает, что ваше сознание должно быть поистине пустым и готовым к восприятию, но не закрытым. Если ваше сознание пусто, оно всегда готово ко всему; оно открыто для всего. У сознания начинающего – много возможностей; у сознания знатока – лишь несколько.

Вероятно, сейчас вы подумали «Да, но я не хочу быть новичком», поскольку этот термин ассоциируется у вас с любительством, дилетантством, ученичеством или неопытностью. Это абсолютно естественная реакция, ведь наш аналитический ум натренирован по формуле «да, но», чтобы заранее просчитывать все риски и потенциальные проблемы. Такая постоянная готовность к анализу имеет свои преимущества, но очень мешает, если речь идет о беспрепятственном проникновении нового в наше сознание.

И именно для этого необходимо иногда включать «режим новичка»: если ваша голова не обременена мыслями, вы внимательнее смотрите на мир и готовы ко всему. «Новичок» прежде всего во всем видит возможности получения нового опыта. Он обладает харизмой, поскольку открыт, любопытен, не имеет предрассудков, искренен и следует велениям своего сердца. Тот, кто считает себя экспертом, наоборот, склонен к тому, чтобы видеть в любом проекте прежде всего ограничивающие моменты, так как он сразу же думает о подводных камнях и результатах, еще не начав работу. Все это создает негативный настрой и ведет к напряженности.

В «режиме новичка» вы переходите от слов к действию. Вы чувствуете себя свободными и живыми, потому что не имеете никаких предубеждений и активно болеете за дело, которым заняты, поэтому и результаты даются вам легко и просто.