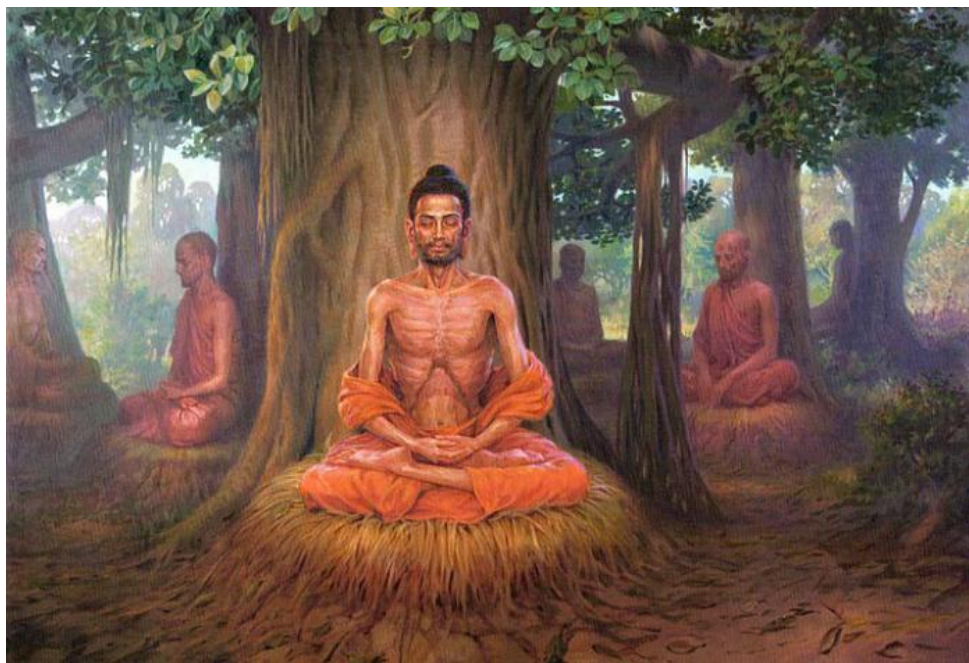


ЗАКОН АСКЕТИЗМА

(Как обрести энергию для достижения жизненных целей)

Торсунов О.Г.



Что такое закон аскетизма?

Закон аскетизма предполагает добровольное лишение себя комфорта. Из-за незнания этого закона возникают большие проблемы в жизни. Что такое аскеза?

Аскеза означает добровольное принятие того, что не очень удобно для тела, но благоприятно для души, для самоосознания.

Второе определение аскезы – это добровольное причинение страданий себе ради достижения высшей цели жизни.

Есть четыре основных принципа культуры, которая существует во вселенной:

1. Способность идти на какие-то лишения ради достижения своей цели.
2. Чистота.
3. Милосердие.
4. Правдивость.

Если убрать такое качество характера, как
ПРАВДИВОСТЬ,
то Вселенная немедленно будет уничтожена.

На этом качестве характера
держатся все законы Вселенной.

**Правдивость является
основой деятельности всех законов.**

youtube.com/user/torsunov

facebook.com/groups/torsunov

vk.com/o_torsunov

www.torsunov.ru



О. Г. Торсунов, из лекции
«Воспитание хороших качеств характера»

Причины неспособности совершать аскезы:

- одурманивающие средства (курение, выпивка, наркотики);
- не уважение времени.

Признаки желания жить

- рано вставать
- вовремя ложиться спать
- есть вовремя то, что нужно
- не спать днём
- простить всем
- по-доброму относиться к людям
- нацеленность в жизни
- есть любимое дело
- есть желание сидеть прямо и ходить выпрямившись

Признаки желания умереть

- поздно вставать
- поздно ложится
- есть то, что не нужно, не вовремя
- спать днём
- обида на других
- злость , ненависть, лень
- нет нацеленности
- нет любимого дела
- нет желания прямо сидеть и ходить

Чего можно достичь с помощью аскезы?

Аскезы приводят к **свободе от жадности**, от стремления использовать в своих целях чужое богатство. У человека, который совершает аскезу, **чувства становятся контролируемыми** и он может не привязываться к чужим вещам. **Ему сопутствует удача.**

Как совершать аскезу женщине?

Необходимо следование режиму дня, режиму питания, лёгкая гимнастика. Не надо напрягаться.



Про женские аскезы.

Женская аскеза направлена на формирование характера, мужская связана с лишениями. Женщина не должна голодать, слишком рано вставать, водой холодной обливаться. Но женщины в основном это делают, потому что это проще для них. Но такие аскезы, мужские, огрубляют женское сердце.

Женские аскезы – это стирать с любовью, не просто стирать, а с любовью; не просто готовить, а с любовью, бескорыстно, не жадничать.

Учиться благословлять: муж пошел на работу – благословить его: чтобы у тебя все хорошо было... Ребенок пошел гулять – то же самое. Женские аскезы связаны с женской жизнью: любить, заботиться, кормить голодных... Жертвовать, отдавать что-то из дому.

Женские аскезы очищают семью.

Тогда женщина становится счастливой в жизни.

vk.com/og_torsunov - Законы счастливой жизни. Торсунов.рф



- ❖ Готовить с любовью
- ❖ Убирать с любовью
- ❖ Стирать с любовью
- ❖ Заботиться о домашних
- ❖ Рукодельничать
- ❖ Гладить с любовью

- ❖ Мыть посуду с любовью
- ❖ Строить со всеми хорошие отношения
- ❖ Кормить всех
- ❖ Просить помощи
- ❖ Помогать другим

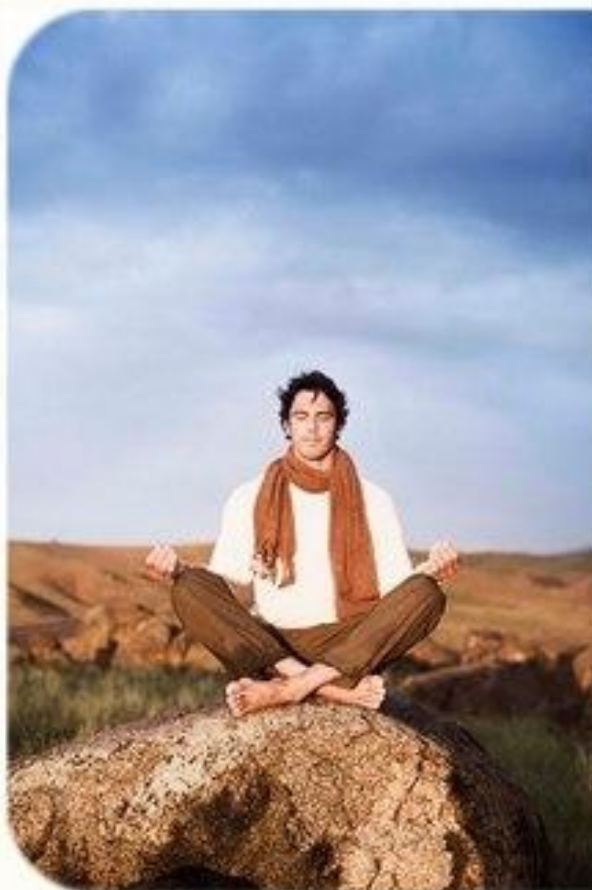


ЖЕНЩИНА СОЗДАНА ДЛЯ ЛЮБВИ,
ОНА НЕ ДЛЯ АСКЕЗ СОЗДАНА.
ГЛАВНАЯ АСКЕЗА ДЛЯ НЕЕ,
ЭТО ПОДДЕРЖИВАТЬ
ЭНЕРГИЮ ЛЮБВИ
В АТМОСФЕРЕ,
КОТОРОЙ ОНА ЖИВЁТ.

Как совершать аскезу мужчине?

Он должен направить аскезу на свою деятельность:

- физические упражнения по утрам;
- заниматься дыхательными
- упражнениями, которые концентрируют ум;
- заниматься хатха-йогой, которая очищает организм.



МУЖСКИЕ АСКЕЗЫ -

**ЭТО СПОСОБНОСТЬ ПРОТИВОСТОЯТЬ ТРУДНОСТЯМ,
СПОСОБНОСТЬ НАКАЗАТЬ СПРАВЕДЛИВО,
СПОСОБНОСТЬ СПАТЬ НА ЖЁСТКОМ,
СПОСОБНОСТЬ ОБЛИВАТЬСЯ ЛЕДЯНОЙ ВОДОЙ,
СПОСОБНОСТЬ БЫТЬ ВСЕГДА БОДРЫМ,
СПОСОБНОСТЬ СОВЕРШАТЬ ФИЗИЧЕСКИЙ ТРУД.
ЭТО ВСЁ АСКЕТИЗМ МУЖЧИНЫ.**

**СПОСОБНОСТЬ ЗАНИМАТЬСЯ
ДУХОВНОЙ ПРАКТИКОЙ АКТИВНО
ТОЖЕ МУЖСКАЯ АСКЕЗА.**

www.torsunov.ru vk.com/og_torsunov youtube.com/user/torsunov

Виды аскетизма:

Аскезы в благости:

- аскетизм тела (почитание старших, чистота внешняя и внутренняя, простота, целомудрие, неприменение насилия);
- аскетизм языка (правдивость, говорить приятные слова, чтение);
- аскетизм ума (удовлетворенность, самообладание).

Считается, что аскетизм языка наиболее важен, потому что он приводит автоматически к двум остальным.

Аскезы в страсти:

- Аскеза совершается из гордыни ("Я могу");
- Аскеза ради почёта и поклонения;
- Аскеза через обман.

Аскезы в страсти дают временный результат.

Аскезы в невежестве:

Аскезы в невежестве – это аскезы совершаемые по глупости.

Аскезы, совершаемые по глупости, всегда приводят к увеличению страданий и несчастья в жизни человека. Не к увеличению силы, а к ее уменьшению.

Главная цель аскез

Самая главная цель – это обретение смысла жизни, познание истины. То есть самая главная цель – продвигаться вперёд в своей жизни.

Поэтому человек для того, чтобы достичь любой цели в жизни, даже самой простой, должен высвободить время для самоосознания.



*Я желаю всем
счастья!*

