ВСТУП

Японські монахи описують *вабі-сабі* як «досягнення стану вдячності за те, що насправді є значущим у житті, шляхом усунення всього, що не є істотним».

У кінострічці «Краса по-американськи» вабі-сабі — це старий поліетиленовий пакет, який кружляє у повітрі за хвилину до того, як випаде перший сніг. Оповідач мало не зі сльозами на очах дивиться на це місце, де два дорівнюють одному.

Навіть незважаючи на те, що чіткого визначення, яке виражає глибину поняття *вабі-сабі*, немає, якби воно було, то це було б уже не вабі-сабі, — я з великою обережністю наважився описати неописуване (як я люблю це називати) — задача, яку я сподіваюсь розділити з тими,

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

хто прагне зрозуміти навколишній світ, відкинути зайве і зосередитися на дійсно важливому, мріє навчитися отримувати задоволення і натхнення від простих речей, хто втомився від суєти, конкуренції, нескінченного тиску і неможливості досягти досконалості.

Ця спроба відокремити мудрість дивовижно асиметричного, невидимого світу, який серпанково рухається, стала можливою лише після того, як я перейнявся цим неминучим дисонансом, розладом і дисфункцією, що ховаються в усьому, що я бачу, чую, думаю, відчуваю, роблю, говорю і чого торкаюся. Одного разу усвідомлена, ця запаморочлива складність поступилася місцем глибокій простоті, яка привела мене до розуміння, що сенс вабі-сабі — це дух змін, плин часу, усвідомлення, визнання і прийняття тимчасового і плинного характеру всіх речей у життєвому циклі.

Я хотів би, щоб ви знайшли у цій книзі філософію, яка допоможе вам зрозуміти власний розум, тіло і дух, які перебувають у процесі постійних змін. Я щиро зичу, щоб дух вабі-сабі омивав вас, коли ви спостерігатимете, як ваші стосунки, творчі практики, робота і хобі змінюються із часом.

Олівер Люк Делорі

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

1

ЩО ВИ БАЧИТЕ?

За допомогою органів чуття ви сприймаєте та аналізуєте інформацію з довкілля. Вона є джерелом ваших уявлень про навколишній світ. Техніки та розмах — на ваш розсуд. Щоб бачити, потрібні не лише очі.

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

ПРИДИВІТЬСЯ УВАЖНІШЕ

На перший погляд, пліснявий грибок і гниль справляють на пересічного спостерігача неприваблиле, навіть відразливе враження. Коли ми стикаємося з життям з усіма його вадами, то нерідко виявляємо, що воно не таке вже й чарівне. Звичайно, важко побачити красу в тому, що здається гнилим та відразливим. Однак, якщо ви зосередитесь на основних функціях людини, місця або речі, то, безсумнівно, розкриєте їх невід'ємну сутність і найвищу цінність. Щодня ми маємо великі можливості хоча б мигцем побачити унікальну красу в усіх речах. Тож наступного разу, коли ви відчуєте відразу чи огиду до чогось, просто подивіться на це уважніше.

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Танець двоїстості

Протилежність кожному предмету пов'язана з двома різними якостями, які часто суперечать одна одній. Бачите ви її, чи ні, — це не має жодного значення; протилежно заряджена сутність того, у що ви вірите, терпляче очікує, щоб поставити вам підніжку, або зруйнувати ваші ідеально вибудовані плани. Але обізнаність — це вже половина справи, тому впишіть своє ім'я у «танцювальну карту» вабі-сабі й очікуйте своєї черги.

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

ПОРЯДОК проти ХАОСУ

Порядком називають правильне або звичне розташування чи класифікацію людей чи речей по відношенню одне до одного відповідно до якоїсь послідовності, шаблону або методу.
Хаосом називають цілковите безладдя і плутанину. Якщо вже і те, й інше живе і процвітає, як це часто буває, чому б не прийняти цю неминучу взаємодію й не оцінити велич кожного? Це на крок наближить вас до розуміння принципу вабі-сабі.

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

“Я бачу красу в зламаному, гнилому, зів’ялому та розбитому. Я знаходжу досконалість у речах, які більшості видаються жахливими. Я вважаю пошкоджені речі унікальними, бо знаю, що вони — як я. Вони не зруйновані назавжди; зламані речі мають цікаву властивість бути полагодженими, і після цього стають ще кращими, ніж раніше.”

Джордан Сара Везерхед,
авторка книги «Оголена правда»

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Реальність — в очах того, хто дивиться

Реальність — це людський вимисел. Якщо сприйняття є фактом, то реальне життя повністю залежить від вас; ви вільні вірити в те, що бачите, щоб побачити те, у що вірите. Шукайте красу, і ви її знайдете, як знаходять поховані на дні моря скарби, які вважались втраченими впродовж століть. Ваші уподобання — суто особиста річ; принади і чесноти, які їх визначають, спрацьовують не для всіх, а для когось персонально. Таким чином, істинною метою є реальність, чи не так?

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>