

Йог Рамананта

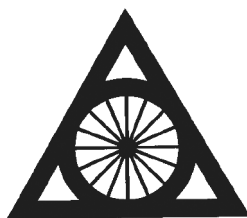
УПРАЖНЕНИЯ ЙОГИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СИЛЫ МЫСЛИ

ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО
ДЛЯ ОБРЕТЕНИЯ ЯСНОСТИ МЫШЛЕНИЯ,

А ТАКЖЕ

ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ И РАЗВИТИЯ УСПЕХА
В ДЕЛОВОЙ И ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ

*Сборник материалов для практических занятий
Раджа-Йогой и Карма-Йогой*



Нижний Новгород



Издатель Москвичев А. Г.

2021 Год

*Настоящая публикация подготовлена к печати Йогом Раманантатой.
В издании сохранены характерные особенности
авторской орфографии, пунктуации и стиля.*

УДК 294.527

ББК 86.41

КТК 001

P21

Раманантата, Йог

P21 Упражнения Йоги развития силы мысли. Практическое руководство для обретения ясности мышления, а также для достижения и развития успеха в деловой и повседневной жизни / Йог Раманантата, Н. Новгород: А. Г. Москвичев, 2021. — 362 с.

ISBN 978-5-6046049-9-1

Успех в жизни, как известно каждому, в значительной мере зависит от способности привлекать к себе людей, заинтересовывать их, влиять на них, руководить ими. Как добиться этих результатов, не причиняя вреда ни себе, ни другим, указано в этой книге. Она имеет целью дать общепонятные указания для развития «магнетизма» личности и применения духовного влияния в деловой и повседневной жизни. В ней автор даёт упражнения для развития и укрепления силы мысли, которые «отшлифовывались» многими поколениями мудрецов, практикующих йогу. Данная книга, без сомнения, облегчит жизнь каждому, так как в ней заключаются глубокие истины.

Для практических занятий Карма-Йогой автор сборника предлагает мысли и изречения двух величайших учителей человечества – Будды и Иисуса Христа. Мысли эти в высшем смысле слова благодатны, и медитация на их тему производит величайший переворот в душе человека.

Для широкого круга читателей.

ISBN 978-5-6046049-9-1

© Москвичев А. Г., издание,
оформление, 2021

© Йог Раманантата: авторские
права, 2021

СКЛАД УМА, СКУДОСТЬ И СИЛА МЫСЛИ

Каждый мерит ум другого по своему уму. Это, собственно, и объясняет все недоразумения в человеческих отношениях.

Нетрудно увидеть, что различие в образе мыслей и интересах, как правило, не позволяет вести сколько-нибудь длительную беседу. Так, будь у собаки и коровы общий язык, то в результате короткого разговора собака бы смертельно обидела корову, рассказав ей о своих гастрономических пристрастиях. Именно это между людьми и происходит на каждом шагу.

Различие в складе ума значит очень многое. В самом деле, ум философа – это одно, ум учёного – другое, ум художника – третье, а вот умы политика, махинатора, деляги, жулика – нечто совершенно иное. Но обыватель этих оттенков не чувствует, для него всякий ум завиден, ибо его собственный нуль – всего лишь точка отсчёта на умственной шкале. Он считает всех умных людей *почтенными*. Хотя у него и есть свои предпочтения. Именно: умы второго сорта ему понятнее и ближе, так как их полезность ему вполне очевидна. Поэтому ум деляги внушает ему куда большее уважение, чем ум действительно умного человека. А стало быть, судьба опального банкира волнует его куда больше, чем бедственное положение людей, составляющих «соль земли».

Благодаря стараниям психоанализа, самые примитивные двуногие существа имеют теперь право воображать, что они невероятно сложны. Но подобная их мысленная интенция даёт нам право утверждать, что сам психоанализ чудовищно примитивен.

Говоря об уме и силе мысли, имеет смысл говорить, конечно же, о вещах гораздо более глубоких. Например, всякий мало-мальски чуткий и вдумчивый человек, наверняка, знаком с проблемой, которую Александр Блок формулирует такими словами:

Ты и сам иногда не поймёшь,
Отчего так бывает порой,
Что собою ты к людям придёшь,
А уйдёшь от людей – не собой?

Выяснению этого вопроса, а также уразумению того, как «остаться собой», продолжая общаться с людьми, и как до известной степени «превратить их в самого себя», и посвящена данная книга.

Не секрет, что всякий, посвятивший себя изучению того, что известно под именем «окультизма», «мистики», «новой мысли» и под тому подобными названиями, неизбежно столкнётся с горами литературы, большая часть которой состоит из пустых фраз, клише, штампов и невнятных рассуждений. Это же самое относится и к большей части так называемой «научной» литературы. Не спорим, книги эти порой не лишены определённых достоинств; за скучным тяжеловесным слогом в них временами обнаруживаются неожиданные проблески мысли; то тут, то там мелькают крупницы здравого смысла. Но всё это тонет в необозримых болотах словесной трясины. И так выходит, что ищущие руководства к действию, стремящиеся к идее и здоровой мысли встречают лишь *слова, слова и слова*. И написана вся эта словесная вязкость, главным образом, докторами, профессорами да академиками, а так же магами и магистрами «тайных наук». А что толку?

Умному человеку, для того чтобы его слово имело ценность и вес, необязательно быть академиком или доктором наук, магом или магистром, а достаточно быть самим собой. Глупцу же, как это сплошь и рядом бывает, и звание академика или доктора не оказывается в помощь, и сказанное им так и остаётся глупостью или сплетением небылиц.

При всяком серьёзном рассмотрении той или иной сравнительно новой научной проблемы, к сожалению, приходится считаться с тем фактом, что официальная, «академическая» наука – никакая не наука, но сплошная иезуитская казуистика, а сами академики, если они когда-то и были учёными, давно ими быть перестали и сделались чиновниками: они пригрелись на тёпленьких местечках, напрочь утратили творческие, исследовательские и даже мыслительные способности, пожинают лишь плоды чужих трудов и годны только на то, чтобы «не пущать».

Человек, невежественный в самом главном вопросе жизни – вопросе о том, зачем дана ему жизнь? зачем он явился в этот мир? – невежествен и во всём остальном. При этом он сам и даже другие могут считать его неким авторитетом, считать человеком умным и учёным, но на самом деле он – круглый невежда. И ни борода, ни очки, ни надутые щёки ему не помогут.

Сочинений, на которые действительно стоило бы потратить время, очень мало, и посвятивший себя изучению, увы, не знает, где их найти. Многие желали бы иметь *практичное*, понятное руководство в вопросе о силе мысли и применении её в деловой и повседневной жизни.

Предлагаемая нами работа Йога Рамачараки, надо полагать, и есть руководство подобного толка и по природе своей предназначена заполнить указанный вакуум. Представленные здесь уроки ограничены только изложением доказанных фактов и практических указаний и касаются теории лишь постольку, поскольку это является безусловно необходимым.

Мы исходим из предположения, что читатели пожелают развить в себе покоящиеся в них без дела силы ради достижения успеха. Успех же в жизни, как известно всякому, в значительной мере зависит от способности привлекать к себе людей, заинтересовывать их, влиять на них, руководить ими. Как добиться этих результатов, не причиняя вреда ни себе, ни другим, указано в этой книге. Она, без сомнения, может облегчить жизнь каждому, так как в ней заключается глубокая истина.

Мысль — великая сила; пусть она вторична, эфемерна, несущественна для материалиста (она у него и в самом деле вторична), но в действительности, по самой своей природе, как это ни противно господам марксистам, мысль вещественна и первородна, ибо мысль правит миром, а всё остальное чепуха. Вибрации верно построенной, живой, честной мысли способны пробиться сквозь туманный океан мыслей посредственных, лживых и глупых, способны своей энергией дезорганизовать функционирование этих последних, и в конечном счёте — их уничтожить, претворив их в себя. Так одному непьющему атому под силу протрезвить всю пьяную вселенную. Мысленный Мир — состояние очень справедливое, и он — не область для тех, кто мыслит механистично. В данной книге содержится ключ к сокровенной тайне человеческой жизни, и каждый, кто готов пробудиться от многовековой спячки, поспешит усвоить содержащиеся в ней уроки.

योग रामचरणाचार्य

10 января 2008 г., Москва

Й о г Р а м а ч а р а к а

МЫСЛЬ ПРЕВОЗМОГАЕТ ВСЁ

*перевод с английского
Йога Раманантаты*

Глава Первая

ТЕОРИИ – ТОЛЬКО МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ, КОИМИ ЗАБАВЛЯЮТСЯ ПОДРОСТКИ ОТ НАУКИ

*Взгляды различных писателей. – Неверные теории. –
Вегетарианство. – Безбрачие. – Жизненный ток. – Глубокое дыхание. –
Действительный прогресс зависит не от теории, а от практических
исследований. – Существование личного магнетизма. – Очевидная
истина. – Результаты, а не теории. – Излюбленные теории мало
помогают. – Относитесь с недоверием ко всему, что нельзя доказать. –
Теории подобны мыльным пузырям, которыми забавляются профаны в
науке.*

Большая часть писателей, занимаясь настоящим вопросом, посвящали всё своё время и труды, дабы доказать: во-первых, что личный магнетизм действительно существует; а во-вторых, что таковой наилучше объясним их собственной излюбленной теорией. Некоторые приписывают силу влияния на людей следованию вегетарианской диете, нимало не смущаясь тем фактом, что многие из наиболее «магнетичных» людей на деле превращают свои желудки в некое подобие свалочного места. Другие же берутся утверждать, будто эта тайна заключается в безбрачии и в половом воздержании, невзирая на то, что большинство «магнетических» лиц в этом отношении ничуть не отличается от своих менее магнетических собратьев. Иные же допускают, что «магнетическая» сила наполняет воздух вокруг нас и что поэтому глубокое дыхание даёт нам возможность поглотить наибольшее количество сего жизненного тока, заряжая нас его силою наподобие аккумулятора. Словом, всякий предлагает свою излюбленную теорию.

Все вышеупомянутые системы мы отнюдь не имеем в виду вполне отвергать. Не будучи истинным вегетарианцем, можно симпатизировать последователям этого учения; и, не ведя жизнь

холостяка, можно видеть много хорошего в учении о воздержании, да и едва ли существуют два различных мнения относительно достоинств целомудрия; не принимая безоговорочно теории поглощения «магнетической силы» из земной атмосферы, мы всё-таки решительно защищаем «глубокое дыхание», полагая, что многие болезни и душевные слабости исчезли бы с лица земли, следуй люди повсеместно этому способу дышать. Все эти вещи, разумеется, хороши сами по себе, однако уже незначительное размышление покажет всякому, что не оне являются первичными факторами в проявлении свойства, известного под именем «личного магнетизма». Писатели, разбирая этот вопрос, обыкновенно заканчивают тем, что рассказывают своим читателям об удивительных возможностях, доступных всякому, кто приобретёт такую силу и научится ею пользоваться. Во всяком случае они говорят мало или совсем ничего о том, как именно эту силу возможно приобрести; вопрос этот, повидимому, стоит вне их теории. Они произносят речи, но не учат делу. Они скорее проповедники, чем учителя. Они успокаиваются на теориях, пренебрегая фактами.

Истинный прогресс в этой области научного изыскания был сделан не писателями или теоретиками, но немногими действительными исследователями, произведшими многочисленные опыты и испробовавшими все пути изыскания, чтобы вынести этот удивительный предмет из области отвлечённых умозрений на твёрдую научную почву.

В течение многих лет мы и сами были как учениками, так и исследователями данного предмета, и настоящий труд является всего лишь попыткой дать нашим читателям некоторые из основных принципов, добытых из исследований и практических опытов как самого автора, так и прочих лиц, работавших на данном поприще. Поэтому наши уроки будут ограничены, по возможности, только изложением доказанных фактов и практических указаний, касаясь теории лишь постольку, поскольку это является безусловно необходимым.

По нашему мнению, попросту оскорбительно тратить ваше время на то, чтоб пытаться доказать вам существование той

чудесной, скрытой в человеке силы, которая хотя и развита только у некоторых, но может быть приобретена всеми. Мы имеем в виду то таинственное свойство, которое за недостатком более подходящего названия именуют «личным магнетизмом». Соответствующие доказательства представлены уже давно, и вам, при желании, не составит труда с ними ознакомиться.

Мы считаем, что на сегодняшний день всякое стремление снова и снова доказывать существование этой силы по сути дела равносильно попыткам убеждать современного культурного человека в том, что магнит влияет на иглу; что рентгеновские лучи проникают сквозь тело человека или даже сквозь ещё более плотную среду; что текстовое сообщение может быть передано при помощи электричества, лучей света или даже по беспроводному телеграфу. Каждый образованный человек знает о существовании вышеуказанных явлений и не нуждается в том, чтобы ему снова всё это доказывали. Если же он интересуется таким предметом, то и захочет знать, как действовать этими силами, чтобы иметь возможность самому производить опыты. То же самое относится и к читателю, интересующемуся личным магнетизмом. Он уже давно знает, что такая сила существует. Он ежедневно её видит вокруг себя и знает о чудесах, произведённых благодаря последней. Может быть, он уже сознаёт, что до некоторой степени развил в себе эту силу, и во всяком случае желает или стремится ознакомиться с теми средствами, при помощи которых он мог бы полнее развить и разумнее применить эту скрытую в нём силу. Поэтому мы не будем пытаться доказывать существование таковой в уверенности, что это очевидно уже само по себе.

Мы намерены избегать также и утомительных изложений многочисленных теорий, которые предлагались до сей поры, чтобы как-то объяснить явление личного магнетизма. Не выставляем и своей лично излюбленной теории за неимением последней. Мы хотим лишь постараться научить вас, как достигнуть *практических результатов*, а потом уже вы сами можете изучить в теории предмет или даже создать свою собственную относительно него теорию. Мы лишь вкратце представим наше понимание причины явления, разбираемого в настоящей книге, но отнюдь не намерены

навязывать вам своих личных взглядов. Вы вольны принять или отвергнуть ту или иную теорию, так как результат ни в коем случае не зависит от какой-нибудь определённой формы убеждения. Многие из тех, кто достиг наилучших результатов, отвергали одну теорию за другой, в конце концов говоря, что они уже и не пытаются объяснить себе истинную причину, производящую эти явления, так как довольны работой самой по себе и не имеют нужды в какой бы то ни было догматической теории, раз они знают, как добиться нужных им результатов.

Дав такое разъяснение, мы покидаем область теории и вступаем в сферу практики. Попытаемся ознакомить вас с развитием и использованием этой могущественной силы, дабы вы имели возможность сами воспроизвести результаты, достигнутые другими, и, может быть, сделаться исследователями и двигателями в работе по расчистке пути чрез лес заблуждений и таинственности, которыми так долго был окружён данный предмет. Кроме того, мы просили бы вас не принимать ничего на веру, коль вы, собрав достаточные сведения по данному вопросу, не можете доказать этого себе своими личными опытами.

В ближайшей лекции мы станем говорить о самой природе этой силы.

* * *

Глава Вторая

ПРИРОДА «ЛИЧНОГО МАГНЕТИЗМА»

Личный магнетизм по своей природе не имеет никакого отношения к магнитам. – Неуловимый ток мыслительных волн. – Мысли-вещи. – Равное действие наших мыслей на нас и на других. – Влияние занятий на внешний вид. – Мысль выражается в действии. – Мысль является величайшей силой в мире. – «Я могу» и «я хочу» должны заменять «я не могу». – Практические советы, а не отвлечённые рассуждения. – Притягательная сила мысли. – Боязливые мысли являются причиной ненормального мышления.

В представлении большей части людей термин «личный магнетизм» является чем-то вроде особого истечения энергии, исходящего от магнетической личности и притягивающего к себе всех находящихся в сфере её магнетического влияния. Такая мысль, хотя в общем и ошибочна, тем не менее содержит в себе некоторую долю истины. И действительно, истечение притягательной силы от человека *существует*, но она не есть «магнитная» сила, поскольку термин «магнетизм» предполагает какую-то связь с магнитом или электричеством. Магнетический ток человека хотя и порождает некоторое сходство с этими двумя родственными по своим проявлениям силами, однако не имеет с ними ничего общего в том, что касается его происхождения и истинной природы.

То, что мы называем «личным магнетизмом», является тончайшим истечением мыслительных волн и колебаний, отражаемых мозгом человека. Всякая мысль, порождаемая нашим умом, является силой большего или меньшего напряжения, изменяющейся по величине в зависимости от скорости, сообщённой в момент её возникновения. Когда мы думаем, мы посылаем от себя тончайший ток, поступательнодвигающийся подобно лучу света и влияющий на умы других лиц, часто удалённых от нас на большое расстояние; властная мысль, снабжённая могучей силой,

понесётся исполнять своё поручение и часто сможет преодолеть инстинктивное сопротивление других умов от внешнего влияния, тогда как слабая мысль не в состоянии будет завоевать доступ в духовную крепость других, разве только последняя совсем не охраняется. Повторные мысли, посылаемые одна за другой по одному и тому же направлению, часто в состоянии приобрести доступ там, где единичная волна мысли, хотя бы и более сильная, встретила бы отпор. Это является лишь применением физического закона в мире психическом, объясняющим старую пословицу о том, что «капля камень долбит».

На нас всех воздействуют мысли других и гораздо более, чем мы это предполагаем. Мы не говорим про *мнения* других, но про *мысли* их. Какой-то писатель по этому предмету очень метко выразился, сказав: «Мысли – это вещи». И действительно, «мысли суть вещи», и к тому же вещи весьма сильного действия. Пока мы не уразумеем этого факта, мы всегда будем находиться в кругу властной силы, о природе которой мы ничего не ведаем, да и само существование которой многими из нас отрицается. С другой стороны, поняв природу этой удивительной силы и законы, управляющие ею, мы окажемся в состоянии подчинить её себе и сделать нашим орудием и помощником.*

Всякая мысль, возникшая в нас, будет ли она слабой или сильной, хорошей или дурной, здоровой или больной, посылает от себя колебательные волны, влияющие в большей или меньшей степени на всех тех, с кем мы приходим в соприкосновение или кто захватывается в кругу колебательных волн наших мыслей. Мыслительные волны очень схожи с теми кругами на поверхности воды, которые образуются от брошенного в неё камня. Волны эти двигаются расширяющимися кругами, которые расходятся от центра. Конечно, если натиск мысли направляет сильные волны на известный предмет, то и сила их будет наиболее чувствоваться на нём.

* А.Конан-Дойль также говорит: «Мысль материальна. Когда вы представляете себе какой-то предмет, вы его творите. Довольно о чём-то подумать — и вы создадите то, что никогда не существовало. Это данность, которая лежит в основе всех других данностей. Вот почему дурная мысль так же опасна, как дурной поступок».

С другой стороны, наши мысли, действуя на других, влияют и на нас самих не только время от времени, но постоянно. В присущих человеку мыслях и проявляется его «Я»; вследствие этого библейское выражение – «что мыслит человек в сердце своём, то он на самом деле и есть», следует понимать буквально. Мы все представляем собою продукты нашего духовного творчества. Вы знаете, как легко воображением видеть себя в розовом свете или наоборот, но вам ещё непонятно, как планомерно направленная на один и тот же предмет мысль проглядывает не только в характере (что, конечно, неоспоримо), но даже и во внешности человека. Между тем, это доказанный факт: вам стоит только оглянуться вокруг, чтобы убедиться в нём. Вы уже, вероятно, замечали, как занятие человека отражается в его наружности и общем характере. Какая же, по-вашему, причина этого явления? Причина сия – не что иное, как известный образ мыслей. Если когда-нибудь вы меняли свою деятельность, то и общий ваш характер, равно как и ваша внешность, следовали той же перемене. Ваше новое занятие приносило с собою новый ряд мыслей, а последние «реализовывались в действиях». Может быть, вы ещё никогда не смотрели так на этот вопрос, но это однако безусловная истина, полное подтверждение которой всегда перед вами, стоит вам лишь внимательно оглядеться кругом себя.

Человек, энергично думающий, обнаружит и энергию. Человек, мужественный в мыслях, проявит мужество и в действии. Человек, думающий: «*я могу и я хочу*», воплотит эту мысль и на деле, между тем как человек с мыслью о себе: «*я не могу*», едва ли предпримет что-либо. Такая истина, конечно, известна вам. От чего же происходит такое различие? Исключительно только от мысли, от повседневного образа мышления. Конечно, за мыслью воспоследует и самое действие. Но почему? Да потому, что иначе не может быть, ибо действие является естественным результатом настойчивого мышления. Раз вы думаете настойчиво, то и исполнение не замедлит явиться. Мышление представляет величайшее явление в мире. Если теперь вы этого ещё не знаете, то узнаете прежде, чем даже пройдёте весь курс этих уроков. Может быть, вы скажете, что это не ново для вас, что о «развитии

воли» и прочих подобных вещах вы давно уже знали. Тогда почему же вы не воспользовались этим и не проявили ничего на деле в отношении себя? А мы вам сейчас скажем почему: вы думали «*я не могу*» вместо «*я могу*». Теперь же ваше «*не могу*» мы изменяем в положительное «*могу*» и в ещё более решительное «*я хочу*». Именно это мы и имеем в виду и намерены вложить в вас прежде, чем мы расстанемся.

Вы, наверное, уже думаете, будто мы хотим предложить вам разработанное, отвлечённое рассуждение о каких-то заоблачных вещах, и, вероятно, надеетесь, что мы разъясним вам, как вы можете приобрести себе долю магнетизма, чтобы быть способным зажать кончиками своих пальцев, например, газовый рожок или же притягивать к себе других подобно магниту. Не правда ли, что так? Однако мы говорим не про это, мы намерены указать вам, как вы можете развить в себе силу, перед которой магнетизм – ничто; силу, которая образует из вас *человека*; силу, которая проявит в вас ваше «Я». Силу, которая будет способствовать вам стать человеком высоких личных качеств, человеком влиятельным, во всём преуспевающим. Мы вам хотим указать, как вы можете приобрести себе так называемый «личный магнетизм», в том предположении, что вы непременно воспользуетесь нашим указанием. Для этого стоит работать, и когда вы почувствуете развивающуюся в вас новую силу, вы уже не променяете своё новое знание ни на какое сокровище.

Не правдали, уже теперь вы чувствуете себя несколько сильнее? Конечно, так. Мы никогда не говорили слушателям в аудитории более пяти минут о «*я могу*» и «*я хочу*» и о самосознании их «Я» без того, что бы они не расправили своих плеч, не приподняли голову, не стали глубже дышать и не смотрели нам в глаза так, как и подобает смотреть мужчине или женщине. Это именно и было «проявление мысли в действии». Понимаете ли вы, в чём дело? Мы посадили лишь маленькое зерно самопознания, и оно уже дало ростки.

Прежде чем закончить настоящий урок, нам желательно обратить ваше внимание на другое весьма важное явление относительно

мысли, именно: на притягательную её силу. Повторяем, обратите на это внимание, так как это чрезвычайно важно.

Избегая всяких попыток к «научному» объяснению данного вопроса и устранив также техническую терминологию, мы сжато объясняем всё так: мысли притягивают к себе подобные же им мысли. Хорошие мысли притягивают другие хорошие мысли, дурные же – дурные; бодрые мысли – им подобные; унылые мысли и мысли сомнения следуют тому же правилу, и так происходит это с целым рядом мыслей.

Ваша мысль привлекает к себе соответствующие мысли других и тем увеличивает ваш запас данного рода мыслей. Понимаете ли вы, в чём вся суть? Если у вас образовалась боязливая мысль, то вы сами привлечёте к себе все трусливые мысли окружающей вас среды. Чем настойчивее вы будете мыслить об этом, тем больший будет приток таких нежелательных мыслей. Но подумайте только: «я не боюсь» – и каждая смелая мысль в окружающей вас среде, как сила, устремится в вас и будет вам помогать. Испробуйте это, в особенности же последнее. Устраните трусливые мысли. Разве вам неизвестно, что страх со своим старшим детищем – печалью – является причиною наибольшей бедности, несчастья, неудач, чем что-либо иное на свете? Страх и ненависть являются родителями всех дурных мыслей. В последующих уроках мы подробнее коснёмся этого вопроса, но теперь убедительно просим вас вырвать с корнем такие злые плевелы, как страх и ненависть. Вырвите их, они портят весь сад вместе и с другими сорными травами, как-то: печалью, сомнением, трусостью, самоунижением, ревностью, злобой, завистью, клеветой и прочими навязчивыми мыслями; мы не пытаемся проповедовать вам какое-то «слово», нам просто известно, что такие вредные мысли много мешают вашему успеху, и вы тотчас же убедитесь в этом, если хоть на минуту поразмыслите об этом. Поднимите же умственные шторы, и пусть лучезарный поток чистых мыслей радости и счастья невозбранно вливается в вас, и тогда вибрионы отчаяния и неудачи навсегда оставят вас в покое.

Будь вы нашим самым близким другом и окажись для нас эти слова последними на земле, мы закричали бы вам так громко, как только смогли: «Оставьте навсегда все мысли страха и ненависти!».

* * *

Глава Третья

КАК ПОМОГАЕТ НАМ МЫСЛЕННАЯ СИЛА. ЗАВИСИМОСТЬ УСПЕХА ОТ ЛИЧНОГО ВЛИЯНИЯ

*Настойчивый человек обыкновенно достигает своей цели. –
Исключения. – Выгоды получают положительные лица, отрицательные
же только готовят почву, создавая что-нибудь. –
Доказательством успеха служат деньги. – Деньги являются средством,
но не целью. – Закон духовного господства (преобладания). – Влияние
при помощи внушения. – Влияние с помощью мыслительных колебаний. –
Влияние, обусловливаемое притягательной силой мысли. – Влияние,
основывающееся на развитии характера.*

Мы обращаемся к вам в том предположении, что вы желаете развить в себе покоящиеся в вас силы для достижения успеха. Успех же в жизни зависит весьма часто от способности привлекать к себе людей или же влиять на них. При этом не имеет никакого значения, что вы владеете ещё другими качествами, раз вы не обладаете той неуловимой силой, которую мы называем «личным магнетизмом». Оглянитесь – и вы заметите, что всякий «достигающий» своей цели человек обладает в то же время и способностью привлекать, убеждать людей, влиять на них и руководить ими. Все они известны под названием «властных людей». Мало есть исключений из этого общего правила, а если и есть, то они лишь подтверждают собою это правило. Такие исключения обыкновенно встречаются между людьми, проявившими свой успех в области искусства, научного изыскания, изобретательства, литературы и прочая, и вполне понятно по самой сущности вещей, что успех их более зависит от замкнутого, сосредоточенного и упорного внимания и труда, чем от порыва, энергии, силы и знания человеческой души или умения руководить людьми. Действительно, такие люди преуспевают в области своих стремлений, но результаты их кропотливого труда становятся добычей других, более изворотливых житейских умов.

Если же эти полуночные светочи и пользуются иногда материальным успехом, то это лишь потому, что более положительная личность берёт на себя деловую сторону их работы и двигает её вперёд, причём и львиная доля добычи достаётся обыкновенно этой же личности, называемой «практичным человеком».*

Ввиду такого положения дел мы вполне правы, рассматривая материальное благополучие как показатель успеха; последний же всецело зависит от «личного магнетизма» искателя счастья. Изобретатель, учёный, писатель и человек науки могли бы быть весьма благодетельствованы уяснением разумного применения силы духовного господства над людьми, но всё-таки преимущество в достижении лучших результатов от этой удивительной силы остаётся за «практичным» человеком, ибо оно приносит ему не только успех, но и реальное его проявление – деньги.**

Деньги ради денег, разумеется, весьма невысокий идеал, но взятые в смысле средства для достижения лучших условий жизни они едва ли являются недостойной целью человеческих

* Никак не можем согласиться с этим пассажем автора. Не скроем, такое смещение акцентов, такая перестановка полярности вызывают полнейшее наше недоумение. Ведь по самой природе вещей исследованием, созиданием, творчеством занимается как раз личность положительная, а не отрицательная. Отрицательная вполне бездарна и не приспособлена для кропотливой работы, требующей большой степени сосредоточения. И паразитировать на результатах чужого труда или на чужой заслуге может опять-таки лишь личность отрицательная, а не положительная. Положительной это попросту неинтересно, у неё совершенно иные понятия и наклонности. И мы не читаем здесь «мораль», а просто называем вещи своими именами. (И.Р.)

** Действительно, деньги – реальное проявление успеха, но отнюдь не мерило реального достоинства. Например, горькая истина сегодняшнего дня гласит: любая посредственность и крайняя бездарность может добиться реального успеха в шоу- и калчер-бизнесе, ибо здесь продажность и невежество, руководствуясь вкусами толпы, всегда присуждают пальму первенства полному ничтожеству, если только оно сумело превзойти конкурентов в степени мерзости. Примеров этому прискорбному правилу – бесконечность. (И.Р.)

стремлений. Поэтому мы вправе рассматривать их как цель наших стремлений.

Снова повторяем, успех в жизни много зависит от способности привлекать, интересовать людей, влиять на них, руководить ими. Мы не думаем, чтобы вы потребовали каких-нибудь доказательств по поводу этого, если только вы сколько-нибудь знаете свет и людей.

Ближайшей задачей поэтому является научиться, как приобрести эту чудную, ценную силу. А приобрести её возможно лишь посредством приложения *закона духовного господства*. Это есть тайна не только личного магнетизма, но и тайна успеха в жизни и счастья вообще. Для мужчины или женщины, уяснивших себе этот закон, мир является чем-то вроде устрицы, которую можно вскрыть и с удобством полакомиться ею. Даже те, которым недостаёт прилежания и настойчивости, чтобы следовать этому учению о развитии скрытых в них сил, всё-таки будут много энергичнее и положительнее лишь от одного знакомства с настоящим предметом.

«Всё это хорошо, – скажете вы, – но объясните нам, как мы можем развить эту силу». Вот именно это мы и предполагаем сделать. Мы будем вести вас к уразумению этой теории шаг за шагом, желая, чтобы идея эта усвоилась естественно, без умственного переутомления. Теперь же, не переходя пока к подробностям, мы рассмотрим эту теорию в её целом.

Мы уже говорили вам, что сила мысли может быть прилагается различным образом в смысле воздействия на людей и приобретения успеха, а равно и дали вам представление о том, как она воздействует в указанном направлении. Прежде чем перейти к следующему уроку, нам кажется, будет хорошо снова обратить ваше внимание на те многие и различные пути, на которых для достижения успеха вам может помочь мысль в смысле влияния ею на людей.

Мысль может помогать вам следующим образом:

1. Применением силы вашей положительной мысли для прямого, личного воздействия на людей при посредстве закона внушения. Под этим мы разумеем, что вы будете способны заинтересовать других своими замыслами и намерениями,

заручиться их помощью, снискать у них покровительства и вообще повлиять на них. Эта способность, присущая уже от природы некоторым людям, может свободно быть приобретена каждым мужчиной и женщиной, если только у них явится сила воли и настойчивость, дабы развить её в себе. Ввиду того, что большая часть изучающих данный предмет людей желает обыкновенно ознакомиться именно с этим видом духовного господства прежде, чем с другими разновидностями его, то в следующем уроке начнём с него и мы.

2. Силою непосредственных мыслительных волн, приведённых в колебание вашим умом, которые окажут мощное воздействие на умы других, хотя бы последние и знали тайну предохранения себя от такого влияния и могли оказать сопротивление. Но в любом случае знание этого закона много будет способствовать оказанию решительного духовного сопротивления мыслительным волнам, исходящим от умов других.

3. Путём притягательного свойства мысли, воздействующей на основании теории: «сходное притягивает сходное». Постоянно держа в уме своём некоторые определённые мысли, вы притягиваете к себе мысли и убеждения того же рода из громадной среды окружающих вас мыслей, хотя и неуловимых, но могучих. Это свойство одно из величайших в природе, которое, если применять его должным образом, привлечёт помощь из источников, совершенно неожиданных. «Мысли – это вещественные реальности», обладающие свойством привлекать другие мыслительные волны того же самого колебания и качества.*

* Буквальное значение английского подлинника «Thoughts are things» будет: «Мысли суть вещи (или предметы)». Такой перевод данного изречения (он встречается и в других сочинениях, и мы прибегли к нему чуть выше), мы всё же считаем не вполне ясным для русских читателей, почему и заменяем его данным здесь выражением как более понятным, и при этом предлагаем нижеследующее объяснение:

Учёные уже давно провели деятельное исследование различных психических процессов, относящихся к душевной жизни человека, в том числе и процесса мышления, с точки зрения точной положительной науки, исключаяющей какие бы то ни было отвлечённые «метафизические» рас-

4. Посредством силы мысли в отношении изменения вашего характера и темперамента с целью самоусовершенствования. Ведь чтобы достигнуть успеха, вам просто недостаёт каких-то известных качеств. Вы хорошо, если не лучше других, знаете это обстоятельство, но вас связывает убеждение, будто эти недостатки вам присущи и что «леопард не может избавиться от своих пятен». Изучение закона духовного господства станет вашим властным союзником, ибо ваше «могу» преодолеет такие недостатки и вы приобретёте новые черты характера и качества точно так же, как научились развивать и укреплять те, которыми уже обладаете сейчас. Своими уроками мы постараемся поставить вас на верный путь, но, указывая вам дорогу, предлагаем работать уже вам самим. В этом ли деле или в какой-нибудь другой области человеческих стремлений каждый человек для собственного же блага должен трудиться сам.

* * *

суждения или положения. На основании этих опытов и исследований был твёрдо установлен факт, что процесс мышления, т.е. как род известных определённых мыслей, может быть сфотографирован, причём на воспринимающих пластинках остаются следы в виде различных узоров, линий, углов, фигур и прочая. Кроме того, было замечено, что чем настойчивее и сильнее мысль, тем более резок и сложен её отпечаток. На основании этого вполне прав автор, называя мысли «предметами», подразумевая под своим things не столько грубые, вещественные предметы, имеющие массу и форму, сколько такие реальности, как радиоволны, звуковые или световые волны, имеющие вполне вещественное происхождение. Обладая мы специальным органом для восприятия мыслей других, как, например, воспринимаем глазами свет, мы бы фактически осязали их и человек казался бы нам окружённым ими вроде какого-нибудь «ореола». Подробнее см. монографию полковника Альбера Дерошэ «Световые излучения человека и перемещение чувствительности наружу», изданную по-русски в 1915г. (Й.Р.)

Глава Четвёртая

ПРЯМОЕ ПСИХИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ

Влияние при разговоре. – Три великих метода. – Непосредственное внушение. – Мыслительные волны. – Притягательная сила мысли. – Сущность внушения. – Двойственное сознание. – Гипнотическое внушение. – Функции активного и пассивного внушения. – Свойства тех и других функций. – Сходство известных людей с овцами. – Братья-компаньоны. – Пассивный компаньон. – Активный компаньон. – Их различие. – Непостоянный человек. – Человек, обладающий характером. – Как обмануть осмотрительного компаньона. – Ни в делах, ни в любви никогда не следует обращать внимание на слово «нет». – Сходство судьбы с женщиной. – Неловкость всегда возбуждает смех. – Доверие содействует успеху.

В этой и в следующей лекции мы попытаемся объяснить вам способ, посредством которого можно влиять на других людей при личном свидании и заинтересовать их в своих замыслах и намерениях, приобретая при этом их помощь и поддержку, обеспечивая себе их покровительство, словом, воздействуя на них. Людей, умеющих добиваться таких результатов, мы знаем, конечно, и однако ограничиваемся лишь тем, что удивляемся их странной способности, не пытаясь самим приобрести таковую.

Умение влиять на мужчин и женщин, раз мы находимся в их присутствии, по необходимости содержит в себе также и многие другие способы духовного воздействия, о которых говорилось в предшествовавших лекциях и с которыми оно имеет уже по природе своей ту или иную связь. Вообще трудно ясно высказаться по поводу этого вида духовного воздействия, не ознакомившись с вопросом в его целом, подробно развиваемом лишь в последующих лекциях. Поэтому мы ограничиваемся лишь общей ссылкой на эти различные отрасли предмета, тем более и потому, что вы ещё встретитесь с ними и нам придётся останавливаться на них с

большой подробностью. Наш же совет вам был бы по прочтении всех этих лекций снова вернуться к настоящей и тщательно пройти её во второй раз. Тогда у вас явится более полное представление об этом предмете, и многое, кажущееся теперь более или менее смутным и неудовлетворительным, стало бы ясным и удобопонятным.

Воздействуя на людей, встречаемых нами лицом к лицу, мы влияем на них многими способами, но все они, однако, могут быть приблизительно сведены к следующим трём:

1. *Непосредственным внушением* при помощи голоса, приёмов обращения, внешности и глаз. Такой способ включает в себе не только произвольные, идущие с нашей стороны внушения, но также и непроизвольные, исходящие от каждого серьёзного человека.

2. *Мыслительными волнами*, направленными на другое лицо преднамеренным усилием нашего ума.

3. *Притягательным свойством мысли* как следствием процесса настойчивого мышления, о чём мы уже говорили в предшествующей лекции. Такая сила, раз приобретённая, действует уже независимо и в высшем своём проявлении образует то, что мы называем «личным магнетизмом».

В настоящей лекции мы ограничимся лишь первым указанным выше способом личного влияния, другими же займёмся в последующих.

Крайне трудная для нас задача дать вам полное и ясное представление о сущности внушения в тех узких рамках, в которые мы сейчас поставлены. Но если читатель несколько знаком с принципами гипнотизма или гипнотического внушения, то он, конечно, сразу поймёт, *что* мы подразумеваем под словом «внушение». Тем же, которые не имеют такого преимущества, мы скажем только: «Внушение есть впечатление, воспринятое нами *сознательно* или *бессознательно* чрез одно из наших внешних чувств». Мы постоянно воспринимаем или отвергаем внушения; такое обстоятельство находится в зависимости от степени нашей восприимчивости к внушению и от степени невосприимчивых свойств нашего ума. Мы не можем подробно касаться здесь

вопроса, известного под названием «двоякого ума» в человеке, а также под такими наименованиями, как «субъективный или объективный разум», «произвольное и произвольное мышление», «сознательное и бессознательное восприятие» и прочая. Пожелай читатель полнее ознакомиться с этим предметом, мы посоветовали бы ему прочитать какой-нибудь хороший труд по гипнотизму и гипнотическому внушению.

Чтобы читателю стала понятнее наша мысль о применении внушения как средства для проявления личного воздействия, мы ему скажем, что наш разум имеет две основные функции, которые, согласно употребляемой нами в других наших сочинениях терминологии, известны под названием *активной* и *пассивной*. Активная функция выражается в сознательном и волевом мышлении, а также проявляется в том, что мы называем «силою воли». Именно такая функция и применяется часто деятельным, энергичным, бодрым и бдительным человеком в его деловые часы. Пассивная же функция состоит в инстинктивном, автоматическом, безотчётном мышлении, без всякого проявления «силы воли» и является полной противоположностью активной функции. Пассивная функция есть наиболее ценный слуга человека и действительно совершает большую часть его умственного труда; она выполняет всю его чёрную работу и, совершая такую подёнщину, не получает никакой награды или похвалы. Она работает безропотно и, повидимому, без усилия и, кажется, никогда не устаёт. Активная же функция, наоборот, работает только по принуждению воли и употребляет большее количество нервной силы, чем её пассивный сотрудник. Она выполняет действительную, деятельную работу ума и, после затраченных усилий, устаёт и требует отдыха. Пользуясь активной функцией, вы в большей или меньшей степени сознаёте такое усилие, и ничего подобного не бывает у вас, когда вы употребляете в дело покладистую, верную, спокойную пассивную функцию. Думаем, что из такого краткого объяснения вы достаточно уясняете себе отличительные черты этих обеих функций.

Некоторые личности почти свою мыслительную работу совершают пассивным процессом. Такие личности находят

для себя слишком трудной задачей мыслить самостоятельно и предпочитают «готовые» мысли других своим собственным. Оне на деле являются как бы стадом овец; будучи крайне доверчивыми, оне примут почти всякое утверждение за истину, лишь бы оно было выражено в настойчивой убедительной форме. Эти люди очень восприимчивы к внушению и в действительности всегда находятся во власти других более положительных умов. Они находят трудным для себя сказать «нет» и склонны ответить «да», если только это удобно для них и требует меньше обдумывания. Другие же восприимчивы к внушению не вполне, а некоторые даже совсем невосприимчивы, разве только «по временам». Последнее случается с ними только тогда, когда они утомлены и дают отдых своей активной функции и из-за того оказываются более восприимчивыми к внушению, чем во всякое другое время.

Чтобы вам было удобнее составить представление об этих двух функциях и применять на деле данные в настоящей книге указания, мы попросили бы вас вообразить двух братьев-близнецов, участвующих компаньонами в каком-нибудь деловом предприятии. С виду они поразительно похожи друг на друга, но обладают различными качествами, и каждый из них пригоден для выполнения лишь той обязанности, которую на себя взял. Они делят поровну прибыли и убытки предприятия. Пассивный брат занимается приёмкой товаров, исполнением заказов, упаковкой их, бухгалтерией и прочая; активный же брат занят продажей товаров, общим ведением дела, финансовыми операциями, даёт всему делу ход, короче говоря, является руководителем предприятия, живой его душой. Когда же дело идёт о закупке товаров, то оба брата работают совместно.

Пассивный брат – это добродушный, покладистый, что называется *уступчивый* человек; он работает автоматически, как машина. Есть что-то «остановившееся» в его представлениях; хотя он суверен и слепо предан своему брату, но всё-таки очень доверчив и склонен верить почти всему, что ему говорят, лишь бы новое утверждение не было прямо противоположно его предвзятым мнениям. Чтобы ввести в его голову новую идею, необходимо постепенно и долго её втолковывать. Он привык

полагаться на мнения своего брата, если последний при нём, в отсутствии же его – на мнения других лиц. Он готов оказать всем всякую услугу и дать вам почти всё, что вы ни попросите, лишь бы ваше требование было выражено в твёрдой и уверенной форме. Он боится оскорбить ваши чувства и будет обещать вам всё, чтобы отвязаться от вас и избежать сделать вам прямой отказ. Вы можете продать ему почти всё, если только его брат не следит за ним и если вы сумеете приступить к этому. Всего, что вам нужно сделать, вы достигнете, если только облечёте это в смелую *уверенную* форму, как будто соглашение уже состоялось. Вам, конечно, известен такой тип людей.

Активный брат – совершенно другого рода человек. Он подозрителен, осторожен, бодр, «твёрд как кремь». Для него не существует пустяков. Он находит необходимым тайно, но зорко следить за своим пассивным братом, чтобы интересы фирмы не пострадали. Пассивного брата всегда можно изловить на «удочку», если только он сам не наклонится на неё, и, действительно, он как будто нуждается в своего рода няньке. Если его активному брату случится несколько забыть или же всецело заняться работой и перестать следить за своим братом, то с последним наверное что-нибудь да приключится. Вот почему активный сотрудник не особенно склонен к вашему знакомству с его пассивным братом, разве только, если он хорошо знает вас или думает, что вы не имеете никаких видов на его слабоватого родственника. Он зорко наблюдает за вами, осведомляется о ваших делах, стараясь угадать, что у вас на уме, прежде чем позволить вам увидаться с ним. Если же он предполагает, что вы имеете виды на его слабого родственника, то он скажет что-нибудь вроде того, что его нет дома и т.п. Даже, если он позволит вам увидаться со своим братом, он всё-таки будет смотреть за каждым вашим шагом и прислушиваться к каждому слову; стоит ему заметить, что вы собираетесь устроить доверчивому человеку ловушку, как он тотчас же встанет между вами и расстроит дело. Он рассматривает каждое предложение, принимая его, если только оно благоразумно, в противном же случае решительно отклоняет его. Подозрение его к вам уменьшится, раз он привыкнет к вашему присутствию, и даже он

может возыметь к вам значительное доверие: ведь он также готов поразвлечься и повеселиться, а стало быть, ослабить свой надзор и уменьшить подозрительность. Если хоть раз его подозрения будут рассеяны и вы сможете переговорить с другим братом – это очень значительный успех для вас, потому что сговорчивый брат, познакомившись с вами, вторично уже сам захочет сделать свидание удобнее. Он чувствует своё одиночество и возмущается насильственной опекой брата, и если он однажды познакомится с вами, то будет стараться найти случай снова поболтать с вами. Труден лишь первый шаг.

Просим иметь в виду, что ум каждого мужчины и каждой женщины является как бы товарищеским союзом двух функций, представляющих два различных характера, с которыми мы вас только что пытались познакомить. Конечно, не все умы или, так сказать, «фирмы» одинаковы. Пассивный участник отличается теми же свойствами почти во всех случаях, хотя в одних фирмах он более самостоятелен, тогда как в других значительно стеснён; различие же зависит лишь от степени положительности активного участника. В этих активных участниках, надо прямо сказать, наблюдается «громадное» различие. Некоторые из них являются настоящими образцами осторожности, бдительности и рассудительности, тогда как другие владеют этими качествами в меньшей мере и даже иногда столь же «слабы», как и их пассивные компаньоны. Одних можно изловить врасплох, других уговором, иных лестью, а некоторых благодаря их усталости и, соответственно, ослабленной бдительности. Иные из них так заинтересовываются чем-нибудь, что не замечают, как посетитель втихомолку знакомится с их пассивным товарищем, и позволяют последнему распоряжаться делом по своему усмотрению. У каждого есть свои особенности, свои слабости. Так как ни один человек не оказывается сильнее своих слабостей, то, стало быть, и следует найти эту слабую его сторону и повести атаку прямо на неё.

Вы тотчас же увидите, что главная суть в том, чтобы обойти бдительность активного товарища. Для этого есть многие пути – дело лишь в том, чтобы найти наилучший. Если один путь неудобен, пробуйте другой. Если вы будете придерживаться этого

принципа, то, безусловно, достигнете цели. «Робкий сердцем не покорит красавицы». Но это *может* произойти, если взяться за дело как следует. Ведь это *делается* почти каждый день. С одними легче, с другими труднее, но это может быть проделано со «всеми» такими бдительными компаньонами, лишь бы вы сами твёрдо держались своего.

Никогда слово «нет» не принимайте за ответ. Придерживайтесь этого правила в своих делах так же, как если бы ухаживали за любимой девушкой. В последнем случае одно «нет», или два, или даже, наконец, целая дюжина в расчёт не принимаются. Проводя такую тактику в своих делах, вы добьётесь-таки успеха. Удача – женщина, как вы знаете, и, следовательно, обладает всеми признаками её пола.

Внушения приобретают себе силу путём повторения. Человек может отвергнуть какое-нибудь предложение, если оно только раз сделано, но, слушая одно и то же несколько раз, он наконец начинает верить услышанному. Да в том и нет никакого чуда; вы сами верили чему-нибудь после многих вам повторений, так почему же не поверить и этому? Кроме того, внушение может и не произвести заметного действия в ту минуту, как оно сделано, но подобно семени, посаженному в плодородную почву, оно может произрасти как раз к тому времени, когда вы снова вернётесь к данному лицу. Поговорив как следует с активным участником и заинтересовав его, вы подготовили и пассивного брата к тому, чтобы он, побуждаемый любопытством (которого у него, кстати сказать, предостаточно), постарался подойти поближе и послушать ваш разговор. После вашего ухода он станет долго обдумывать услышанное, и в следующий раз, когда вы снова явитесь, он уже сам заведёт разговор с вами вопреки запрещениям своего строгого брата. «Любовь насмехается над преградами», точно так же и пассивный участник *иногда* подсмеивается над своим бдительным братом. Так запомните же эту выше очерченную воображаемую картину двух функций или проявлений ума в лице как бы двух братьев-компаньонов с активным и пассивным характером. С таким представлением в уме вы будете способны направить ваше внушение с большей для себя пользой, а также и предохранить себя от внушения других.

Желая повлиять на человека, с которым вы вступаете в непосредственное сношение, вы не будете зависеть исключительно от силы внушения для того, чтобы сломить бдительность активного участника его разума. У вас будут два могучих союзника: непосредственные мыслительные волны, сознательно излучаемые вашим умом, и бессознательные притягивающие свойства мыслей. Эти силы могут быть развиты в высшей степени упражнениями, которые будут даны вам на протяжении этого курса уроков. А также вы научитесь и приобретать те нужные качества, которые могли бы помогать вам производить хорошее впечатление на активного брата, который, между прочим, склонен подпадать под это влияние и в зависимости от внешности человека.

Однако есть ещё одно, что вы *должны* выработать в себе; это – уверенность в самом себе и веру в вашу личную способность оказывать прямое психическое воздействие. Это всего более похоже на мальчика, который учится плавать. Умение плавать прирождённо каждому, но мальчик не уверен в этом. Как только он убедится в своём умении – он будет и плавать; но пока он верит в то, что он «не может», он и в самом деле не может плавать. Понятно, с практикой вырабатывается искусство плавать лучше, но всё же умение плавать было *в нём* с самого начала, ему недоставало лишь уверенности. Точно так же вы заключаете в себе искусство влиять на других, но у вас нет пока веры в это и уверенности в себе, почему это и является для вас трудным. Но, однако, вы *можете* это сделать, стоит лишь испробовать. Начните прежде с лёгких упражнений, только уверенность должна быть у вас с самого начала. Некоторые люди открыли это случайно и даже не знают причины своих успехов. Вы же *теперь знаете* причину и можете действовать так же хорошо (если не лучше), как и человек, случайно натолкнувшийся на истину.

* * *

Глава Пятая

КОЕ-ЧТО ИЗ ЖИТЕЙСКОЙ МУДРОСТИ

Умение действовать на активного компаньона. – Разговор. – Искусство слушать. – Карлейль и его посетитель. – Приятный разговор. – Сохранение спокойствия. – Внешность. – Платье. – Чистое бельё. – Духи. – Опрятность. – Приятное обращение. – Сдержанность. – Расположение духа. – Смелость. – Самоуважение. – Предупредительность. – Откровенность. – Серьёзность. – Умелое рукопожатие. – Взгляд. – Голос. – Полезное правило. – Устранение дурных манер.

В предшествующем уроке мы сравнили две функции человеческого разума с двумя братьями – участниками какого-нибудь предприятия. Для удобства объяснения мы будем и далее держаться этого сравнения, так как оно вполне подходит к действительному положению дел.

Активный участник – это очень «своеобразный» пожилой господин, требующий для себя некоторой доли уважения и осторожного обращения. В известной степени на него можно повлиять разговором, внешностью, обхождением, голосом, глазами и т.д.; каждый активный участник имеет свои собственные вкусы и особенности, хотя некоторые черты у них являются общими для всех.

Что же касается до разговора, то мы, по возможности, должны установить, что именно интересует этого почтенного господина. Если вы угодите ему в этом отношении, то весьма возможно, что он и потеряет из вида опекунские обязанности по отношению к своему слабому брату. Вам следует научиться говорить с ним о вещах, которыми он интересуется, но не сделайте ошибки, говоря слишком много: ведь нужно дать высказаться и «почтенному господину». Говорите с ним до тех пор, пока не натолкнёте его на его излюбленную тему, и тогда – молчите. Вам следовало бы

выработать в себе также и искусство слушать, потому что оно является одним из наиболее ценных талантов в жизни. Многие мужчины и женщины достигали до высокого положения просто благодаря умению слушать. Может быть, вы помните старый рассказ про Томаса Карлейля. Однажды к нему явился какой-то посетитель, умелый слушатель и столь же хороший знаток человеческой натуры; в своей беседе он незаметно коснулся любимой темы хозяина и замолчал. Тогда Карлейль уже один говорил в течение трёх часов, не давая посетителю вставить хотя бы слово. Когда же гость встал, чтобы наконец проститься, то Карлейль, в удивительно хорошем расположении духа, проводил его до дверей и, прощаясь, сказал: «Наша беседа оказалась истинным наслаждением. Заходите как-нибудь ещё!» Вы понимаете, конечно, в чём здесь суть? Слушайте внимательно почтенного активного участника и демонстрируйте к его словам такое участие, словно каждое из них было бы блестящим червонцем, прямо с монетного двора, – и, однако, не давайте провести себя. Внимайте почтительно тому, что он говорит, но не позволяйте его мыслям на самом деле производить на вас впечатление, иначе как раз он сбудет свой лежалый товар *вашему* пассивному компаньону. Будьте сами положительны и устойчивы, потому что вам ещё следует поговорить с покладистым братом почтенного господина, когда последний, опьянившись собственным же красноречием, наконец умолкнет и ослабит свою бдительность. Итак, всеми средствами развивайте в себе искусство *умело* слушать.*

В отношении же внешности мы бы посоветовали вам избегать двух крайностей – излишнего лоска и неряшливости. Придерживайтесь середины. В особенности вы должны избегать одежды, привлекающей исключительное внимание в силу её чрезвычайной модности или противоположных свойств. Платье должно быть простым, чистым и изящным. Не следует надевать

* Резюмируем сказанное ввиду его исключительной важности: умение слушать совсем не состоит в том, чтобы позволить убедить себя в чём бы то ни было, а в том, чтобы, демонстрируя интерес и участие к словам собеседника, не дать провести себя, памятуя, что ваша цель – не ему позволить убедить вас, а вам навязать ему своё убеждение. (Й.Р.)

поношенную шляпу и такую же обувь, потому что это прежде всего бросается в глаза. Человек с хорошей шляпой и в вычищенной толком обуви может вполне произвести благоприятное впечатление, даже если его платье хотя и несколько поношенное, но всё-таки чистое, тогда как поношенной шляпой и нечищеными, стоптанными ботинками портится весь эффект даже вполне изящных частей прочего костюма. Бельё носить всегда нужно чистое. Это также имеет своё значение. Избегайте употребления сильных духов; для большинства мужчин в них есть нечто унижительное. Едва ли нужно добавлять, что приличная внешность неизменно служит лучшей гарантией для получения одобрительного отзыва со стороны большинства активных компаньонов, пусть бы они сами и не отличались ею.

Ваши манеры должны быть изысканны и приятны, но отнюдь не легкомысленны. Сдержанность в некоторой степени всегда желательна, а также и умение управлять своим настроением. Раздражительность есть признак слабости, но не силы характера, и раздражительный человек остаётся всегда в убытке. Вы должны быть безусловно бесстрашны как физически, так и морально, хотя последнее – редкое качество. Если вы легко раздражаетесь или склонны пугаться несчастий, печали и прочая, то вы должны с особым вниманием остановиться на уроке о выработке характера и исправить эти недостатки.

Ваши манеры должны всегда выражать собою чувство собственного достоинства, но в то же время в них должно отражаться некоторое внимание к чувствам и вкусам других. Если вам недостаёт последнего качества, то вы должны всеми средствами развить его в себе, так как оно является чрезвычайно важным в деле приобретения друзей и достижения благосклонности активного участника, которому также свойственно что-нибудь человеческое, несмотря на его суровую наружность. Если вы всегда будете держать в своём уме мысль: «Я буду поступать в отношении вас так, как хотел бы, чтобы вы поступали со мной», *и данную мысль превратите в действие*, то вы скоро приобретёте и это ценное свойство. Воспитайте в себе свободные и открытые манеры обращения; большинству людей это нравится. Будьте серьёзны,

когда говорите. Это не только овладевает вниманием тех, с кем вы говорите, но и является для вас ценной подмогой при отражении делаемых вами внушений и, помимо того, придаёт значительную силу волнам вашей мысли. Выработайте твёрдое, благородное, мужественное рукопожатие. Никому не нравится пожимать слабую, вялую руку, и прежде всего вам самим. Не забывайте этого. Если вы не обладаете таким рукопожатием, то скорее выработайте и усвойте его. Пожимайте кому-нибудь руку так, как будто он был отцом прелестной девушки, да к тому же миллионером. Затем всякому смотрите прямо в глаза. Мы будем ещё говорить о силе взгляда в следующем уроке, но здесь обращаем ваше внимание на это в связи с сердечным рукопожатием: они дополняют друг друга.

Выработайте приятный тон голоса, избегая как невнятного бормотания, так и резкого крика. Превосходное правило – это соизмерять тон своего голоса с голосом собеседника, но всё же не стараться перекричать его. Если ваш собеседник действительно будет говорить громко, то вы говорите тише, понизьте тон своего голоса – и он вскоре также заговорит спокойно. Это является отличным приёмом, кстати сказать, в отношении особы с «острым языком» или слишком возбуждённой.* В подобном случае сохраняйте всегда спокойствие, стараясь говорить сдержанно, но уверенно – и вы увидите, как голос другого, мужчины или женщины, постепенно понизится до тона вашего. С понижением громкости голоса проходит и его возбуждённость, и человек почувствует себя пристыженным, а вы от этого выиграли. Испытайте это; в голосе многое заключается. Гибкий, искусно меняющийся в тоне голос чрезвычайно нравится и доставляет много побед его счастливому обладателю. Пусть ваш голос выражает все оттенки чувств, которые бы вы желали ему придать. Это является одной из

* В самом деле превосходный приём. Про Шаляпина рассказывают, что он в знаменитом дуэте короля Филиппа и Великого Инквизитора, будучи не в силах перекричать громоподобный голос исполнителя роли последнего, ответил на его сокрушительную реплику громким шёпотом и тем, по свидетельству зрителей, вышел победителем из этой своеобразной вокальной дуэли. (Й.Р.)

самых сильных форм внушения. Выразительный голос есть одно из главных орудий для успеха того, кто делает внушение.

Читателю не следует отчаиваться, если ему из вышеупомянутых вспомогательных средств, важных для успеха, некоторых всё же недостаёт. Он должен знать, что каждый из этих талантов в его власти, если только он побеспокоится приобрести или отыскать его. Полнее мы объясним это в лекции о выработке характера.

Другим очень важным фактором влияния на других, не исключая и нашего уважаемого активного участника, является взгляд. Взгляд человека! Кто не знает его силы и, однако, как мало людей, сумевших приобрести искусство пользоваться им! Можно было бы написать целые тома о его могуществе как орудия нападения и защиты и его помощи в деле влияния на людей и животных, и тем не менее предмет этим не был бы исчерпан.

Следующий наш урок мы посвятим объяснению того, как пользоваться взглядом в качестве средства для воздействия на других; каким именно образом приобрести «магнетический взгляд» и как избежать влияния взгляда других.

* * *

Глава Шестая

СИЛА ВЗГЛЯДА

Верное средство влияния на окружающих. – Причины. – Упорный взгляд – могучее оружие. – Передача мыслей взглядом. – Действие взгляда на животных и людей. – Упорный сосредоточенный взгляд. –

Умелое пользование взглядом. – Очарование и гипнотическое обаяние. – Магнетический взгляд. – Как вести себя в начале делового свидания. – Что нужно делать, чтобы привлечь внимание. – Как постоянно поддерживать внимание собеседника. – Как снова пробудить его внимание. – Всегда следует достичь желаемого, прежде чем удалиться. – Самозащита. – Советы о том, как предупредить попытки других повлиять на вас. – Как произносить слово «нет». – Как производить внушения.

Взгляд является одним из могущественнейших средств воздействия на других. Он не только служит для поддержания внимания у тех, кто с вами разговаривает, и облегчает тем проникновение в них ваших внушений, но и сам по себе представляет собой силу, которая при правильном применении позволяет вам внушать свою волю другим. Он привлекает, очаровывает и ослепляет активного участника, предоставляя вам случай поговорить с его покладистым братом.

Взгляд человека, усвоившего закон духовного господства, есть сильнейшее оружие. Он передаёт сильные мыслительные колебания прямо мозгу другого и к тому же кратчайшим путём. Вероятно, вы слышали уже о силе человеческого взгляда в отношении диких животных и людей, а также, может быть, многие из вас и сами встречали людей, которые как будто пронизывают вас взором и пристальный взгляд которых положительно непереносим. В следующей лекции мы предложим вам несколько упражнений, которые помогут вам усвоить так называемый «магнетический взгляд» – очень важное приобретение для всех, изучающих

искусство личного влияния. В этом же уроке мы предположим, что вы как будто уже обладаете «магнетическим взглядом».

Должное применение взгляда при беседах с другими позволит вам производить на них влияние, очень близкое к очаровыванию или гипнотическому внушению. Это есть следствие сильных мыслительных колебаний, действующих на незначительном расстоянии при посредстве усвоенного магнетического взгляда. Понятно, вы будете зависеть от обстоятельств каждого частного случая, и поэтому очень трудно дать вам общие указания, приложимые ко всем случаям. Настоящие же общие наставления вы должны применять, сообразуясь с условиями каждого возникающего случая.

Одно из самых важных требований при начале всякой беседы состоит в том, что вы должны прямо смотреть в глаза собеседнику твёрдым и упорным «магнетическим взглядом». Вам вовсе не следует «установиться на него», просто ваш взгляд должен быть упорен и твёрд и выражать сильную волю и сосредоточенность. В продолжении разговора вы, конечно, можете менять направление взгляда, но как только вы делаете предложение, подтверждение или требование, или же хотите сильнее повлиять на собеседника, вы должны тут же направить на него твёрдый, решительный магнетический взгляд, глядя ему прямо в глаза. Это в высшей степени важно и пренебрегать этим не следует. Говоря о деле, имейте серьёзное, определённое выражение лица и соответствующие манеры и поддерживайте в своём собеседнике внимание. Когда вам бывает нужно выразить своё требование, сделайте это в ясной, определённой, серьёзной форме, не сводя с него глаз и выражая ими в то же время желание, чтобы он сделал так, как вы говорите. Всеми средствами помешайте ему отвернуться от вас в эту минуту. Всеми средствами удерживайте его внимание. Если вы захватите сейчас всё внимание активного брата, ему будет слишком уж затруднительно следить за своим пассивным братом, и этот последний приблизится и послушает, что вы говорите. Если же собеседник станет избегать вашего взгляда, то вы снова можете привлечь его внимание, смотря также в сторону, но наблюдая, однако, за ним углом глаз, и как только он заметит, что вы смотрите

в другую сторону, то захочет бросить на вас взгляд. Вы должны подкараулить этот вороватый взгляд, и в тот момент, когда заметите, что он обращает свои глаза на ваше лицо, вам следует немедленно повернуть глаза, направляя быстрый, острый, решительный взгляд на собеседника и выдерживая его взор усилием своей воли. Это как раз наилучший момент для вас нанести ему верный удар. Вы захватываете его в невыгодном положении, и здесь является удобный психологический момент для решительного внушения.

Если же вы не сможете заставить его посмотреть на вас указанным образом, то очень хорошо будет иметь что-нибудь под рукою, чтобы показать ему: образчик, рисунок или какой-нибудь предмет, относящийся к вашему делу. Вы заметите, что, посмотревши на показанный ему предмет, он невольно взглянет и на вас. Он может сделать это в любой момент, но вы должны всегда быть наготове направить на него твёрдый магнетический взгляд с решительным внушением. Если вы в состоянии будете захватить его внимание и смотреть во время разговора прямо на него, то вы безусловно повлияете на него в большей или меньшей степени, если только он сам незнаком с подобным предметом, в последнем случае, конечно, будет очень трудно повлиять на него непосредственным образом, но ввиду исключительности такого случая – так как немногие обладают таким знанием – вам нет нужды принимать это в расчёт. Может быть, вы заметите, как другой человек начнёт чувствовать некоторое влияние, оказываемое на него вами, и ради самозащиты захочет прекратить разговор, но *вы не должны позволять ему этого*, так как вы уже достигли влияния на него и должны довести его до конца. *Не оставляйте его до тех пор, пока не добьётесь того, зачем пришли.*

В дополнение к этому нелишним будет сказать вам, что вообще для любого человека очень затруднительно рассуждать и ясно обдумывать что-нибудь, находясь под влиянием магнетического взгляда другого. Поэтому хорошо было бы и вам самим беречься от такого влияния других лиц, знающих означенный секрет. Вы должны сохранять устойчивое духовное положение, раз вы замечаете, что кто-нибудь пытается повлиять на вас, и твёрдо держаться той мысли, что вы непоколебимы и вне такого влияния.

Подобное душевное состояние предохранит вас, но вы, конечно, должны сами применять данные вам наставления для влияния на других и притом в обратном направлении. Если какой-нибудь человек пытается заинтересовать вас своим предложением, то не позволяйте ему привлекать ваш взгляд непрерывно в течение всего разговора. Вы можете, не показывая вида, что избегаете его взгляда, смотреть в сторону, хотя и преднамеренно, но непринуждённым образом. Это даст вам время поразмыслить немного и сохранить своё равновесие. Когда же он сделает вам своё предложение, то посмотрите в сторону, как будто вы тщательно обдумываете каждое сказанное им слово. Но если же ему всё-таки удастся вместе с предложением сделать вам и внезапное внушение, поймав ваш взгляд, то не отвечайте ему, пока не отведёте глаз на минуту в сторону и не восстановите своего духовного равновесия. Затем, когда вашим ответом является «нет», посмотрите ему прямо в глаза решительным взглядом и скажите своё «нет» твёрдо и определённо, но, конечно, вежливо.* Помните, что *находясь в сомнении, следует всегда говорить «нет»*. Особенно будьте настороже в отношении коварного внушения, которое даётся в психологический момент, тогда как раз и появляется главная опасность. Пусть ваш собственный «активный участник» будет всегда наготове и не позволяйте своему собеседнику сказать хоть одно слово вашему «пассивному участнику». Они всегда стремятся переговорить друг с другом у вас за спиной, но вы должны наложить на это свой полный запрет.

* Стив Шенкман, один из писателей-поборников физической культуры, в своё время по этому поводу писал: «Научитесь говорить «нет». Если вы не научитесь этому, то окажетесь вовлечёнными в такие дела, которыми никогда не занимались бы по своей воле. Не поддавайтесь чужим настроениям, желаниям и планам, если они идут вразрез с вашими намерениями».

И двумястами годами раньше Шамфором сказано: «Почти все люди – рабы, и это объясняется тем, что они не в силах произнести слово «нет». Умение произносить его и умение жить уединённо – вот способы, какими только и можно отстоять свою независимость и свою личность». (*Примеч. И.Р.*)

Человек, который ведёт разговор, если только он понимает своё дело, всегда является в разговоре положительным фактором, тогда как слушатель – более или менее пассивным. Чем внимательнее и серьёзнее он слушает, тем более пассивным он становится. Положительное сильнее отрицательного, и поэтому всегда следует стараться избегать восприятия положительных внушений, когда сам находишься в пассивном состоянии.**

Вы должны научиться давать внушения в настойчивой, твёрдой, положительной форме; голос ваш должен показывать, что вы уже ожидаете их исполнения, а ваш ум должен сохранять уверенность, что ваша воля непременно будет исполнена. Если вы создадите мысленный образ того, что выражается словами – *уверенная настойчивость*, то вы будете в состоянии понять и идею, которую мы хотим до вас донести, давая вам совет делать внушения «надлежащим образом». Лекция о сосредоточенности много поможет вам в этом отношении.

Наш следующий урок мы посвятим «магнетическому взгляду».

* * *

* * Оскар Уайльд говорит: «Опасное это дело – слушать: того, кто слушает, могут убедить, но лишь до крайности неразумный человек позволяет убедить себя доказательством». (Примеч. Й.Р.)

Глава Седьмая

МАГНЕТИЧЕСКИЙ ВЗГЛЯД

Сущность магнетического взгляда. – Упражнения для выработки магнетического взгляда. – Возбуждение страха у окружающих. – Опыты с живыми людьми. – Полное наставление к приобретению твёрдого упорного взгляда. – Замечательные результаты. – Особенное выражение глаз. – Его действие на людей и животных. – Упражнение с зеркалом. – Как противостоять взглядам других. – Развитие глазных нервов и мускулов. – Укрепление глазных нервов и мускулов. – Опыты над окружающими; опыты над животными; бегство животных; чувство неловкости, испытываемое окружающими. – Целесообразное пользование приобретённой силой. – Сохранение тайны.

То, что известно под названием «магнетического взгляда», есть выражение сильного мысленного требования при помощи глаз, нервы и мускулы которых приспособлены для такого твёрдого, упорного и положительного взгляда. Как достигается мысленное напряжение, будет объяснено в следующем уроке, теперь же мы будем говорить лишь о самом взгляде. Следующие упражнения очень важны, и мы полагаем, что читатель выполнит их. Посредством этих упражнений вы окажетесь в состоянии в короткое время выработать взгляд, который будет чувствоваться другими, и, продолжив упражнения, разовьёте его силу до такой степени, что выдержать ваш взгляд способны будут немногие. Это является наиболее интересным упражнением, и вам будет приятно замечать возрастание власти ваших глаз, обнаруживающейся на тех людях, с которыми вы приходите в соприкосновение. Скоро вы также заметите, что люди становятся беспокойными и растерянными под вашим взглядом, а некоторые даже обнаруживают признаки страха, если только вы на несколько мгновений сосредоточите свой взгляд на них. Когда же вы достигнете такого полного совершенства и приобретёте твёрдый магнетический взгляд, вы не променяете

этого дара ни на какие богатства. Конечно, вам не следует удовлетворяться исполнением лишь нижеуказанных упражнений, вы должны будете производить опыты над лицами, с которыми встречаетесь, и замечать результаты. Ибо полного и совершенного знания относительно силы взгляда вы сможете достигнуть лишь благодаря опытам с «живыми людьми».

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ВЫРАБОТКИ МАГНЕТИЧЕСКОГО ВЗГЛЯДА

I. Возьмите лист белой писчей бумаги величиной в 6 квадратных дюймов, на котором нарисуйте кружок размером приблизительно в пять рублей,* затем затушуйте этот кружок чернилами так, чтобы пятно резко выделялось на белом фоне бумаги. Прикрепите затем этот рисунок к стене на высоте ваших глаз при сидячем положении. Поставьте свой стул посреди комнаты и сядьте как раз против бумаги.

Пристально направьте взгляд на чёрное пятно и смотрите на него твёрдо, не мигая, в течение одной минуты. Когда глаза отдохнут, начинайте упражнение снова, повторяя его раз пять.

Оставляя стул на прежнем месте, передвиньте бумагу вправо фута на три от первоначального положения. Сядьте и устремите свой взгляд прямо на стену против вас и затем, *не поворачивая головы*, бросьте свой взгляд направо и смотрите упорно на пятно также в продолжение одной минуты. Сделайте это раза четыре.

Потом, поместив бумагу на три фута влево от первоначального места, снова смотрите сосредоточенно на пятно в течение одной минуты. Повторите это пять раз. Продолжайте так упражняться в течение трёх дней, а затем увеличьте время смотрения до двух минут. Спустя ещё три дня увеличивайте время до трёх минут и так продолжайте,

* Речь не идёт о золотом получервонце с профилем Николая II, а о новороссийских 5 рублях начала XXI века, соответствующих советскому полтиннику постхрущёвского периода. (Й.Р.)

увеличивая время на одну минуту через каждые три дня. Некоторые лица приобрели способность упорно смотреть, не мигая и не позволяя глазам слезиться, в течение двадцати или тридцати минут, но мы не советуем переступать за предел пятнадцати минут. Кто может удерживать свой взгляд пятнадцать минут, тот всё равно может направлять столь же сильный взгляд, как и достигший тридцати минут.

Комментарий. Это упражнение исключительно важно для вас, и если точно следовать ему, вы будете в состоянии решительно и твёрдо смотреть на всякого, с кем бы вы ни заговорили. Оно сообщает глазам сильное убедительное выражение и даёт возможность бросать пристальный взгляд, который мало кто выдерживает. Собаки и другие животные станут ёжиться под вашим взглядом, действие которого будет обнаруживаться и другими различными способами. Понятно, упражнения эти скучноваты, но каждый окажется с лихвой вознаграждён за потраченное время и труд. Если вы занимаетесь гипнотизмом, то найдёте для себя в этом взгляде большую помощь. Кроме того, глаза будут казаться больше, так как расстояние между веками при регулярных занятиях значительно увеличивается.

Вы можете дополнить первое упражнение тем, что во избежание однообразия сделаете некоторые изменения в нём, а также и приучите себя смотреть в глаза другим без замешательства.

II. Станьте перед зеркалом и пристально смотрите в отражение своих глаз так, как было указано в первом упражнении. Время здесь, как и раньше, следует увеличивать постепенно. Это упражнение приучит вас выносить взгляд других, а также придаст умение сообщать своим глазам лучшее выражение, что окажется полезно для вас и в других отношениях. При этом вы будете в состоянии замечать появление и развитие характерного выражения своих глаз, когда они приобретут магнетический взгляд. Это упражнение нужно стараться выполнять систематично. Некоторые авторитеты предпочитают это упражнение предыдущему,

но, по нашему мнению, лучшие результаты получаются от сочетания обоих упражнений.

III. Встаньте против стены на расстоянии трёх футов. Прикрепите лист белой бумаги перед собою на уровне глаз. Не сводя направленных на пятно глаз, начинайте вращать голову по кругу. Это упражнение заставляет вращаться глаза и в то же время удерживает пристальный взгляд на одной точке, чем и даёт значительное развитие глазным нервам и мускулам. Изменять вращение головы следует в различных направлениях; само же упражнение вначале следует проделывать очень умеренно, не утомляя глаз.

IV. Станьте спиной к стене, смотря прямо на противоположную, и начинайте быстро перебегать глазами с одной точки на стене на другую – направо, налево, вверх, вниз, зигзагами, кругообразно и прочая.

Комментарий. Упражнение это следует немедленно прекратить, как только глаза станут уставать. Прежде чем окончить это упражнение, лучше всего остановить взгляд на точке, на которой глаза и успокоятся от предшествовавшего движения. Это упражнение рассчитано на укрепление нервов и мускулов глаз.*

V. Усвоив твёрдый взгляд, вам нужно развить и уверенность в нём; для этого уговорите кого-нибудь из ваших друзей позволить испробовать ваш взгляд на нём. Усадите своего друга против себя на стул; сядьте также и сами, начиная смотреть спокойно, пристально и твёрдо в его глаза с просьбою, чтобы и он, насколько мог, тоже смотрел на вас. Вы заметите, что для вас нетрудно будет утомить его, и когда он крикнет вам «довольно», то уже будет почти в гипнотическом состоянии. Если же перед вами гипнотический субъект, то он будет соответствовать вам тем лучше. Попробуйте также силу вашего взгляда на собаке, кошке

* С этой же целью рекомендуем и все динамические упражнения для глаз, подробное описание которых мы приводим в нашем трактате «Глаза – Зеркало Души». (И.Р.)

или другом животном, конечно, если вам удастся заставить их спокойно стоять или лежать. Но вы увидите, что большинство из них будет убегать от вас или же отворачивать голову, чтобы уклониться от вашего пристального взгляда.

Понятно, вы сумеете отличить спокойный пристальный взгляд от бесстыдно-наглого. Первый указывает на человека с могучей психической силой, тогда как последний свойствен скорее негодяю.

Вначале вы убедитесь, что ваш упорный твёрдый взгляд приводит в замешательство тех, с кем вы соприкасаетесь, и стесняет тех, на кого вы смотрите, делая их беспокойными и неловкими. Но скоро вы привыкните к своей новой силе и будете пользоваться ею осторожно, не причиняя смущения другим, но всё-таки производя на них сильное воздействие.

Мы должны предостеречь вас от всевозможных разговоров относительно ваших упражнений с глазами, равно как и о занятиях личным магнетизмом вообще, так как всё это лишь возбудит к вам подозрение и в некоторых случаях создаст серьёзное препятствие применению вами своих знаний. Сохраняйте тайну про себя, чтобы ваша сила проявлялась на деле, а не на словах. Кроме этих соображений, есть и много других причин, почему лучше молчать о своих новых способностях. Не пренебрегайте этим советом, чтобы потом не оказалось источника сожалений.

Уделите себе для упражнений известное время и не торопитесь без нужды. Следуйте законам природы и развивайте свою силу постепенно, но прочно.

Избегайте мигать, щуриться или неестественно расширять веки. Вы можете освободиться от всего этого благодаря своей воле и самообладанию.

Если ваши глаза от упражнений будут утомляться, то сполосните их *холодной* водой – и облегчение тотчас же появится. Но уже через несколько дней упражнений глаза, как вы заметите сами, будут мало от них уставать.

* * *

Глава Восьмая

СИЛА ВОЛИ

Отличие притягательной силы мысли от силы воли. – Различные проявления мыслительных колебаний. – Разграничение понятий «воление» и «желание». – Могущественная сила. – Истинный человек. – «Я есмь». – Самопознание. – Его значение. – Приобретение неведомой доселе силы. – Душа человека. – Воля. – Тайна её развития. – Ещё несколько слов об активном и пассивном мышлении.

В предшествовавших уроках мы дали вам объяснение способа, посредством которого человек может привлекать к себе других в личном общении, имея в виду силу внушения и т.п. Таким образом, лицо, производящее впечатление на других, имеет себе поддержку в двух других силах. Первая из этих вспомогательных сил есть то, что известно под названием «притягательной силы мысли», о которой мы расскажем в последующих уроках; вторая же есть волевое воздействие ума одного человека на ум другого. Есть заметное различие в этих двух проявлениях силы духа. В первом случае притягательное свойство мысли воздействует на других независимо от сознательного усилия вашего разума; ваше сильное помышление о каком-либо предмете приводит в движение могучую силу, которая и влияет на других. В случае же волевого проявления мысли мыслительные вибрации посылаются и побуждаются сознательным действием силы воли посылающего и направляются к какому-нибудь определённом объекту; когда побуждающая сила прекращается, прекращаются и вибрации.

Мы не находим подходящего общепотребительного слова, которое могло бы быть пригодно для этой формы силы мысли, и так как мы не хотим постоянно повторять – «сознательное усилие воли, производящее мыслительные вибрации и направляющее их на определённый предмет», то мы по необходимости принуждены подыскать слово, выражающее данное понятие. Поэтому мы будем

употреблять с этих пор термин «воление» для выражения только что определённого понятия. Это слово не следует смешивать со словом «желание», т.е. свободным проявлением воли в деле выбора. А также будем пользоваться словом «волевой» с тем же значением, т.е. в зависимости от «воли», но не от «желания».*

Волевая сила есть одна из наиболее могущественных и в то же время наименее известных сил природы. Она применяется бессознательно более или менее всеми людьми. Некоторые сознают её действия, не понимая законов её возникновения и развития. Она может чрезвычайно увеличиваться путём разумного развития и упражнения, если только на это будут уделять необходимое время и старание. Мы предложим вам в уроке о сосредоточивании некоторые упражнения для развития собственно этой силы.

Чтобы быть в состоянии разумно применять волевую силу, необходимо понять истинную природу воли, а чтобы уяснить всё это, вы должны осуществить в себе *истинного* человека.

Многие из нас привыкли думать о собственном «Я» как исключительно о физическом теле. Это – материалистическая точка зрения. Другие же думают о собственном «Я» как о каком-то духовном создании, руководящем телом и пребывающем в мозгу; это отчасти правильно, но не вполне истинно. Некоторые же сознают, что есть «Высшее Я» в человеке, и только немногие познали это «Высшее Я» и живут согласно его предначертаниям. Действительно «Я» настолько совершеннее разума, насколько разум совершеннее тела; и они оба – тело и разум – подчинены ему. Оба – его *орудия* и служат для выполнения его работы, если только оно пожелает воспользоваться ими. *Истинное* «Я» есть то, что мы чувствуем в минуты мечтаний или самоуглублений, когда мы думаем или говорим себе «Я есмь». Все из нас сознавали в себе

* «Воление» по-английски volation, отсюда и volic «волевой» от латинского volo – «хочу». Объяснение этих слов, разумеется, важно лишь для читателя английского подлинника, где слова выглядят весьма похоже: volation как «нечто зависимое от воли» и voliton просто «желание, хотение». (И.Р.)

это ощущение истинного «Я» в известные моменты своей жизни, но не познали всего его значения.

Отложите в сторону эту книгу на несколько минут и, ослабив мышцы своего тела и приведя в пассивное состояние свой ум, спокойно и хладнокровно думайте о словах «Я есмь». Попробуйте представить себе ваше *истинное* «Я», стоящее над разумом и телом. Если только вы *привели в должное* состояние тело и ум, то вы увидите в себе мерцание наличности этого истинного «Я». Попытайтесь запомнить в себе это ощущение. Оно пробудит в вашем уме представление истины. Ничто не в состоянии повредить или уничтожить *истинное* «Я». Тело и разум исчезнут, но «Я *есмь*» остаётся вечным и неразрушимым. Оно могущественно, и когда разум научается подчиняться его влиянию, человек получает как бы другое бытие, приобретая неведомые доселе силы.*

Цель этой серии уроков не позволяет нам дольше останавливаться на этом предмете. По своему значению, чтобы описать его должным образом, он потребовал бы многотомного труда, но мы в данной связи желаем лишь остановить внимание ученика на этой жизненной истине со всею серьёзностью, на которую он только способен. Держитесь какого угодно взгляда относительно наставлений, данных в настоящем курсе, принимайте это учение или отвергайте его – это в вашем распоряжении, – но только пусть сия мысль глубоко западёт в ваш ум: «Я *есмь*» – это есть *истинная сущность* всякого человека, его душа. Когда ваш разум познает своего господина, вы познаете тайну жизни. Мы посеяли зерно этой мысли в вашем уме, и оно взойдёт и разовьётся в прекрасное растение, цветок которого превзойдёт благоуханием самые прекраснейшие земные цветы. Когда его листья распустятся и покажут этот цветок во всей его красоте, *тогда* вы узнаете, что обрели самого себя.

* Эта тема является предметом непосредственно Раджа-Йоги. Для более глубокого ознакомления с нею мы порекомендовали бы нашим читателям «Раджа-Йогу» – другую работу нашего автора, а также монографию Свами Абхедананды «Атма-Джняна, или Самопознание», изданную ранее. (Й.Р.)

Lord of thousand worlds am I,
And I reign since time began;
And night and day, in cyclic sway,
Shall pass while their deeds I scan.
Yet time shall cease ere I find release,
For I am the soul of Man.

«Charles II», by Orr.*

То, что мы называем «волей», есть проявление «Я есмь» человека. Она находится в таком же отношении к нему, как мысль к разуму. Когда мы говорим о «развитии воли», мы в действительности предполагаем развитие разума в смысле признания воли, как господствующей над ним силы. Воля достаточно сильна и нуждается в дальнейшем развитии. Это как будто противоречит общераспространённому воззрению, но тем не менее это так. Могучий волевой поток протекает по психическим венам, но вам следует научиться ходить на привязи, прежде чем управлять духовной своей колесницей.

Человеческие мысли бывают двух различных направлений. Один вид мышления, названный нами *пассивной деятельностью ума*, немного более, чем просто инстинктивное усилие, что-то вроде «само собою идущего мышления», и требует для своего возникновения лишь немного или почти никакой волевой силы. Другой же вид мышления, названный нами *активной деятельностью ума*, возникает от большего или меньшего требования, предъявляемого разумом к силе воли. Мы только можем обратить ваше внимание на этот факт, так как подробное изучение предмета находится вне рамок настоящего труда. Мы глубже коснулись этого предмета в других наших работах, к которым должны отослать вас.** В этой же книге наша задача научить вас «как», а не «почему», а поэтому нам и не нужно вводить вас в область теории.

* «Я владыка тысячи миров и царствую с тех пор, как время началось; и ночь и день в своём круговороте пройдут без следа, я только их успею рассмотреть. Время гордое минует прежде, чем я освобожусь, ибо я — душа Человека». (англ.)

** Автор имеет в виду свою «Раджа-Йогу». (Й.Р.)

Чем более мыслит человек в направлении активной деятельности ума, тем сильнее и могущественнее она. Точно так же, разумеется, и наоборот. Человек, который понимает законы господства духа, имеет бесконечное преимущество перед своими ближними, которые бредут «телячьей тропой» пассивного усилия ума.

Все виды мыслей посылаются разумом, и их колебания, исходя от одного индивидуума, в большей или меньшей степени воздействуют и на других, в зависимости от степени побуждающего усилия. Пассивные мысли менее могущественны, чем активные, но и те, повторяемые постоянно, обладают достаточной силой. Сейчас будет видно, что для того, чтобы произвести непосредственное воздействие на ум другого с помощью мыслительных колебаний, необходимо усилие «воления», и чем сильнее это усилие, тем сильнее и воздействие.

Следующий урок посвящён упражнениям силы воления.

* * *

Глава Девятая

НЕПОСРЕДСТВЕННОЕ ВОЛЕНИЕ

Воление обуславливает успех. – Гении пользуются им. – Бессознательное его приобретение. – Наполеон Бонапарт ведал истину. – Сильные люди сознают своё «Я». – Желание. – Некоторые отказываются от награды. – Люди, пользующиеся скрытой силой. – Колебательная сила. – Телепатия, передача и чтение мыслей. – Тот, кто обладает этим искусством, сохраняет его тайну. – Первое необходимое условие. – Упражнения для достижения успеха во время разговора. – Ожидание. – Сравнение людей с куклами. – Общие советы. – Силу не следует обращать во вред окружающим. – Предостережение. – Яркий пример «сатаны». – Как следует что-либо хотеть. – Упражнения для развития силы непосредственного воления. – Как побудить кого-либо повернуться. – Как влиять на кого-либо в собрании. – Влияния без устремления взгляда. – Внушение забытого слова. – Забавные результаты, достигнутые одним немецким студентом. – Управление движениями другого лица. – Упражнения у окна: действие на прохожих. – Цель упражнений – собственное развитие, а не забава и пустое развлечение.

Проявление воления существенно разнится у различных людей. Вообще можно прийти к такому заключению: человек оказывает влияние на других в зависимости от силы своего воления. Вожди человечества сравнительно высоко развили в себе эту силу, хотя, может быть, и вполне бессознательно; иногда они не имели ровно никакого понятия о сущности этой могучей силы, которой пользовались для своей цели. Многие из них даже открыто признаются, что они не могут понять и объяснить причину своего обаяния над другими. Конечно, они сознавали, что владеют какой-то силой, сущность же этой силы и управляющие ею законы оставались им совершенно неизвестны. Наполеон является поразительным примером человека, в высшей степени развившего в себе силу воления. Его воля правила миллионами

людей, которые беспрекословно повиновались его приказаниям; достигаемые им результаты граничили чуть ли не с чудесами. На основании его собственных замечаний можно заключить, что он, по всей видимости, имел верное понятие о той силе, которую пользовался некоторое время в полном с ней согласии. Позднее он стал злоупотреблять ею, из-за чего и утратил её; вследствие же пренебрежительного отношения к её законам он пал.

Вы, конечно, замечали, что те люди, которым всюду сопутствует успех, инстинктивно чувствуют своё «Я». Они верят в самих себя и часто сознают, что само Провидение заботится об их делах. Они, подобно Наполеону, верят в свою «счастлившую звезду». В этом выражается инстинктивное сознание своего «Я». Они владеют лишь частицей истины, которую ещё не вполне усвоили, непреодолимое же желание могущества, славы или богатства толкает их к тому, чтобы воспользоваться могучей помощью своего собственного «Я». Многие вполне поняли силу «Я *есмы*», уяснили себе её законы и всё же не стараются достичь материальных выгод. Силой воления они обладают, но у них совершенно нет *желания* пускать её в ход.* Они довольствуются меньшими материальными благами и совсем не имеют желания «платить» за то, что принято называть успехом или обаянием над людьми.

Многие люди, обладая скрытыми силами, не домогаются высокого положения и славы, презирая их и сознавая, что подобные стремления недостойны их; они предпочитают пользоваться присущими им силами лишь ради *высших* интересов. Они говорят подобно пророку: «Суета сует и всяческая суета!», или подобно Пуку: «О, сколь безумны смертные!» Закон компенсации, повидимому, уравнивает всё; богатство, могущество, положение

* Это истинные индивидуалисты – наиболее достойная и наиболее редкая порода людей. Они не желают командовать другими, но и никому не позволяют командовать собой. Полнее эти взгляды выражены в монографии Оскара Уайльда «*Душа человека*», каковая является евангелием индивидуализма. В скором времени мы намерены выпустить её в свет в новой интерпретации и в новом звучании. (Й.Р.)

далеко не всегда приносят счастье.* Старинные изречения: «Тяжела шапка Мономаха» и «Нет розы без шипов» вполне справедливы.

Впрочем, мы отнюдь не имеем намерения обучать вас правилам жизни и читать вам мораль. Каждый сам избирает себе жизненный путь, и никто не может решать за другого. Мы лишь предлагаем вам поступать во всех своих действиях *comme il faut* (как следует). Существует только один способ что-нибудь делать; и он заключается в том, чтобы на самом деле *выполнить задуманное*. Вам следует «взяться за свой плуг и не оборачиваться». Наметьте себе цель и прямо стремитесь к ней, удаляя с своего пути все препятствия. Для того, чтобы осуществить свои стремления, вы должны иметь точное и определённое желание и познать самого себя, своё «Я», тогда для осуществления своих планов вы вполне овладеете тем, что обыкновенно называют «силой воли».

В предыдущей лекции мы определили воление как «сознательное проявление воли, вызывающее мыслительные колебания и направляющее их на известный объект». Колебательную силу можно использовать обычным путём, на кратчайшем протяжении, то есть при личном разговоре; её можно также использовать гораздо менее понятным путём при помощи колебаний значительного протяжения (последнее известно под названием *телепатии*). Первая форма весьма проста, и мы все знакомы с её проявлениями; вторая является, напротив, редкой, и даже те, которым лучше всего она понятна, немного могут о ней рассказать. В практическом применении ею, однако, пользуется гораздо большее число лиц, чем мы то обыкновенно предполагаем. Незначительным доказательством последнего могут служить явления, известные под названием телепатии, или передачи мысли, чтения мысли и т.п.; все эти вещи свойственны обыкновенно тем, кому совершенно непонятна их сущность. Мы знаем и многих таких, у кого подобная способность была в высшей степени развита; при этом они не соглашались проявлять

* А на самом деле: не приносят его никогда, ибо счастья, по слову Шамфора, добиться нелегко: очень трудно найти его в себе самом, но и невозможно более найти его нигде. (Примеч. И.Р.)

свои силы даже в тесном кругу друзей, к которым они чувствовали сильную симпатию и которые, повидимому, кое-что знали об их дарованиях. Подобные лица знают истинную сущность той силы, которой они обладают, и не хотят её унижать пустыми и праздными представлениями, каких в этих случаях обыкновенно требуют окружающие. Они вполне удовлетворяются своим сознанием и совсем не думают кого-либо убеждать. Они не стараются приобрести последователей и устраняют все попытки объявить об их тайном знании; они убеждены, что время для подобного обнародования ещё не пришло, предполагая, что их заявление в настоящее время закончится неудачей.

Первое условие для приобретения искусства воления заключается в *познании* силы своего реального «Я». Чем обширнее познание, тем больше сила. Мы не можем дать вам специальных указаний для приобретения такой способности к познанию. Вы должны это скорее чувствовать, чем воспринимать рассудком. У вас не будет сомнения относительно того, на верном ли вы пути находитесь; вы тотчас убедитесь в этом. Мы лучше всего выразимся, если скажем, что вы будете сознавать, что ваше тело является лишь платьем, которое временно лишь облекает вас, а не есть вы сами; вы существуете отдельно от тела и стоите выше его, несмотря на то, что на некоторое время тесно с ним связаны; вы поймёте, что вы и ваш разум не одно и то же; он является лишь простым орудием, благодаря которому вы можете проявлять свою личность; он очень несовершенен, поэтому в нём не совсем точно выражается ваше собственное истинное «Я». Иными словами, когда вы говорите или думаете «*Я есмь*», вы сознаёте существование своего личного «Я» и чувствуете увеличение сознания силы внутри себя. Такое познание самого себя иной раз бывает очень слабым, но если вы немного поддержите его, оно станет увеличиваться и даст знать о себе вашему уму, ознакомив его с действительным планом будущего развития. Здесь можно видеть пример того, что «имущему даётся, а от неимущего отнимется и то, что он имеет». Простое обращение внимания на этот факт может пробудить у некоторых познание; у других же, напротив, познание истины совершается более сложным путём, им нужно сначала осмыслить понятие. Иные же

совсем не сознают истины. Таким лицам мы скажем: «Время для познания вами этой великой истины ещё не пришло, но семя уже посеяно и растение со временем появится». В настоящий момент это может показаться вам страшной глупостью, но явится миг, когда вы вполне сознаете справедливость сказанного. Тем же, кто чувствует первые признаки пробуждения своего реального «Я», мы скажем: «Носите эту мысль в себе – и она раскроется подобно лотосу, естественно и постепенно; мысль, раз познанная, не может быть утрачена, так как ничто в природе не останавливается в своём развитии». Тем же, кто узнаёт истину, мы желали бы сказать более, но распространяться здесь об этом не место.

Практика концентрации, о которой будет речь в следующей лекции, представляет каждому возможность развить понятие о своём истинном «Я». Мысль «Я *есмь*» сохраняется в молчании; в те минуты, когда вы сосредоточиваетесь, она будет всё более и более увеличиваться.

Для того, чтобы воспользоваться силой воления для влияния на других при личной беседе, вам следует только направить на своего собеседника сильное мысленное требование, подкрепив его сознанием, что вы имеете право действовать таким образом, и уверенностью, что ваше требование будет выполнено. Вы должны иметь твёрдую уверенность, что ваше приказание безусловно будет приведено в исполнение. Во всех ментальных процессах уверенное ожидание является первым условием для произведения известного действия. Если вы имеете слабое и неуверенное ожидание, то вы получите ничтожные, половинчатые результаты. Смысл всего этого вы вполне уясните после того, как пройдёте настоящий курс; в нём этому вопросу посвящено несколько особых лекций.

Теперь, конечно, вы уже вполне поняли, что вы можете расположить к себе кого угодно и заставить данное лицо, пользуясь простым волением и ожиданием результата, выполнить то, что вы желаете. Вы будете способны сделать с ним всё что угодно, если у него отсутствует сила духовного сопротивления и волевая сила, противодействующая вашей. Некоторые лица, к несчастью для себя, обладают только слабо развитой волевой силой и служат из-

за этого лишь игрушками в руках того, кто постиг тайну личного обаяния.

Мы можем вполне предсказать вам, что вы достигнете значительного успеха при своих сношениях с окружающими, если будете действовать согласно указанному нами плану; при этом следует учесть, что степень ваших успехов будет находиться в прямой зависимости от степени развития волевой силы другого лица. Всё это вы лучше уясните себе после некоторой практики. Не медлите применять на практике этот приём духовного влияния. Вы будете совершенствоваться только благодаря практике; при помощи практики вы легче вникнете в теорию. Вспомните мальчика, который не мог плавать до тех пор, пока, попробовав, не убедился, что обладает необходимой способностью. Конечно, вам следует пользоваться силою воления в связи с силою внушения, как это указано в предшествующих лекциях. Если вы будете точно исполнять упражнения, данные в лекциях о концентрации, то научитесь концентрировать свою силу. В следующих лекциях мы укажем, почему эти тайные силы невозможно применять с дурными намерениями и для причинения кому-либо вреда; пока же мы считаем вполне достаточным предостеречь посвятившего себя изучению настоящей книги от злоупотребления этой силой. Такое применение, не говоря уже о том, что оно некрасиво, принесёт вред посвятившему себя его изучению; если же последний будет продолжать свои злоупотребления, то в конце концов обманется в своих результатах. [Вспомните о Наполеоне! – *Й.Р.*] Временно у него, быть может, будут удача и успех; конечный же результат окажется крайне неприятным. Такое положение обусловливается массой тайных причин, и мы уверены, что наше предостережение будет принято во внимание каждым посвятившим себя изучению настоящего курса. В применении этого знания и этой способности для достижения своих законных интересов и своего благосостояния нет никакого вреда, если только вы не будете причинять ущерба тому лицу, на которое оказывает влияние. Вы будете способны заставить человека работать совместно с вами; если вы при этом не будете третировать его, то у вас не будет злоупотребления своими

силами. Но если, при других обстоятельствах, вы будете влиять на человека с намерением обойти его или чем-нибудь повредить ему, то вы тем сделаете громадную ошибку, за которую вам придётся заплатить собственным страданием в зависимости от размера совершённого вами зла. Хотя мы и не имеем в виду наказания в будущей жизни, но, однако, здесь вполне приложима пословица: «Что посеешь, то и пожнёшь», так как эти слова подтвердятся на деле. Впрочем, очень невероятно, что вы станете злоупотреблять своими силами воления; едва только вы вполне овладеете ими, вы инстинктивно будете устранять мысль о том, чтобы употребить во зло принадлежащую вам силу. Конечно, существуют люди, которые, подобно мифическому Сатане, направляют свои грозные силы лишь на причинение зла, но они, подобно Сатане, и обречены на страшные бедствия и муки. Они подобны падшим ангелам. Вам нет никакого смысла уподобляться им.

Лучшим упражнением для развития воления служит, конечно, сосредоточение; однако, посвятивший себя изучению настоящего предмета, без сомнения, желал бы попробовать свои силы в простом деле, дабы укрепить в себе уверенность. Для этой цели мы даём несколько простых упражнений. Придумать другие предоставляем воображению ученика. Сначала приступайте только к лёгким задачам и после постепенно переходите уже к более трудным. Совершенство зависит от практики, таков закон.

Позвольте нам предупредить вас, что вы отнюдь не должны морщить лба, сжимать кулаков или делать ещё чего-либо подобного. Сила обусловливается спокойствием и невозмутимостью; желание всегда следует выражать в форме мягкого и настойчивого требования; при этом его всегда должна сопровождать мысль о том, что ожидаемое не замедлит исполниться. Вся тайна заключается в твёрдости ожидания. В скором времени вы выработаете себе известные приёмы. Вы не должны отчаиваться; постоянно упражняйтесь до тех пор, пока всё не наладится.

В следующей лекции мы будем рассматривать воление на дальние расстояния, то есть телепатическое воление, а сейчас перейдём к упражнениям.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СИЛЫ НЕПОСРЕДСТВЕННОГО ВОЛЕНИЯ

I. Когда вы идёте по улице, то сосредоточьте своё внимание на ком-нибудь из идущих впереди вас. Расстояние между вами должно равняться 2–3 метрам, однако и большее расстояние не может служить препятствием. Направьте твёрдый, пристальный и упорный взгляд на идущего впереди вас человека, фиксируя его затылок. Пристально смотря на точку в затылке у основания мозга, твёрдо пожелайте, чтобы данный субъект повернул голову и взглянул на вас. После небольшой практики вы усовершенствуетесь в этом упражнении. Как только вы усвоите себе эти приёмы, вы будете поражены тем, сколь значительное число людей подчиняется вашему влиянию. Женщины, по видимости, гораздо более восприимчивы к этому ментальному влиянию, чем мужчины.

II. Направьте свой взгляд на кого-нибудь из находящихся перед вами в театре, на концерте и т.д., фиксируя глазами ту же самую точку, как и в предыдущем упражнении; при этом настойчиво пожелайте, чтобы данный человек повернулся в вашу сторону. Скоро вы увидите, что находящийся перед вами станет волноваться, повидимому, его что-то будет беспокоить, и наконец он, сделав полуоборот, взглянет на вас. Этот опыт лучше удаётся на тех людях, с которыми вы знакомы, чем над посторонними. Чем лучше вы знакомы с человеком, тем скорее обнаружится ваше на него влияние.

Комментарий. Эти два упражнения могут видоизменяться до бесконечности, в зависимости от изобретательности ученика. Принципы их во всех случаях один и тот же, именно: *сосредоточенный взгляд и сильная, настойчивая, ожидающая воля, или требование результата, являются существенными факторами подобного рода явлений.* Вы, конечно, хорошо знаете, что сосредоточенная

сила воли может развиваться при помощи исполнения упражнений, указанных в лекции о сосредоточивании. Если у вас при достижении этих результатов встретятся затруднения, то вы должны заключить, что ваша способность сосредоточиваться ещё не совсем развилась, и поэтому вам ещё нужно усовершенствовать себя в этом отношении.

III. Выберите какого-либо человека, который находится против вас на другой стороне улицы, несколько правее или левее от точки, находящейся прямо перед вами. Вы должны упорно смотреть перед собой, не показывая вида, что глядите на данную особу; вам всё время следует не терять её из виду, т.е. необходимо постоянно держать её в поле своего зрения. Направьте на неё непреклонное умственное требование, желая и ожидая, чтобы она взглянула в вашу сторону.

Комментарий. Если вы точно выполните все указания, вы увидите, что через некоторое время этот человек взглянет по направлению к вам. Иногда взгляд этот бросают как бы бессознательно, как если бы у предмета ваших наблюдений явилась мимолётная фантазия на вас посмотреть; в других случаях на вас внезапно и резко устремляют свой взгляд, как будто бы это лицо понимало умственный призыв. Человек, повиновавшийся такому призыву, часто имеет смущённый вид, а иногда даже глупый, встретив при взгляде на вас ваш полный магнетизма взор, направленный на него.

IV. Если вы с кем-либо разговариваете и ваш собеседник иной раз не находит нужного слова или выражения, то устремите на него упорный взгляд в соединении с сильным умственным внушением. В большинстве случаев он немедленно произнесёт внушённое ему слово. Ваше слово должно быть вполне подходящим; в противном случае у пассивного разума собеседника могут явиться колебания при применении его, вследствие чего активный разум не воспользуется им и найдёт другое слово.

Комментарий. Некоторые лица, посвятившие себя изучению данного вопроса, применяли этот опыт над публичными ораторами, проповедниками и т.п. и передавали массу забавных вещей. Мы помним один случай, о котором прочли в одном сочинении, переведённом с немецкого; он касается одного юноши, у которого были сильно развиты силы сосредоточения и хотения. Он воспитывался в одном из лучших учебных заведений и, занимаясь более спортом и атлетикой, чем науками, сильно отстал от программы. Нечаянно обнаружив свои силы, он составил себе план; действуя по этому плану, он старался запоминать лишь кое-что из каждого предмета. Когда профессор обращался к нему, он посылал на него сильные колебания; при этом он настойчиво желал, чтобы профессор предложил ему известный вопрос, ответ на который он хорошо запомнил; результат выражался в том, что он хорошо выдерживал все экзамены. Далее, однако, передаётся, что такой образ действий изменил ему на главных экзаменах, так как заключительные вопросы были подготовлены факультетом заранее и предложены письменно; из-за этого юноша не получил возможности пустить в ход свою силу воли.

V. Очень интересный опыт заключается в том, чтобы по своему желанию заставить кого-нибудь идти в известном направлении. Такой опыт можно проделать, идя позади кого-нибудь на улице и фиксируя его, согласно данным указаниям, взглядом. И когда он приближается к кому-нибудь, идущему ему навстречу, то вы, благодаря своему настойчивому желанию, можете заставить своего подопечного обойти человека, идущего ему навстречу, с правой или с левой стороны. Вы можете проделать подобный опыт также и с человеком, идущим навстречу вам самим. В этом случае вам следует продолжать свой путь, не сворачивая с дороги ни вправо, ни влево; одновременно вы должны направить свой взгляд на приближающегося к вам человека, мысленно приказывая ему свернуть, согласно вашему желанию, направо или налево.

VI. Встаньте у своего окна и направьте свой взгляд на какого-нибудь прохожего, упорно желая в то же время, чтобы

он повернул голову и, проходя мимо вас, взглянул на вас. Вы убедитесь, что из десяти случаев семь раз будут повиноваться вашему мысленному приказанию, если только ваша способность сосредоточиваться уже в достаточной степени развита. Даже без всякой практики в развитии сосредоточенности вы будете способны довольно часто оказывать влияние на проходящих мимо вас людей и благодаря этому удовлетворять сознание развивающейся у вас силы. Вы получите лучшие результаты, проделывая эти удивительные опыты, если будете находиться у окна нижнего, а не верхнего этажа. Стремление к повиновению, выражающееся в простом поворачивании головы, гораздо легче для осуществления, нежели повиновение, заключающееся помимо того в поднятии глаз на окно второго или третьего этажа, так что процент удачи в первом случае значительно превышает процент удачи в последнем. Это упражнение вы можете видоизменить; для этого вы должны привлечь к себе внимание кого-нибудь находящегося у окна в то время, как вы сами мимо него проходите.

Как только вы начнёте применять подобные упражнения на практике, вы настолько будете увлечены ими, что сами будете измышлять новые способы для проявления своей силы, умело пользуясь при этом и случайными обстоятельствами. Такие упражнения будут содействовать развитию у вас доверия к своим собственным силам и к приобретению способности посылать колебательные импульсы. Конечно, эти опыты, в сущности, довольно незначительны и малоценны, когда речь идёт о развитии духовных сил; но всё же, являясь подготовкой к практике, они полезны. Они никогда не должны служить вам забавою или средством для развлечения ваших друзей. Вообще никогда не должно видеть забаву в этой могущественной силе и пользоваться ею для удовлетворения грубого любопытства окружающих. Тот, кто посвятил себя её изучению, кто понял действительное значение закона духовного преобладания, тот не будет иметь желания (или же очень незначительное) обнаруживать своё знание перед другими, он будет хранить его для самого себя. Он будет безусловно часто

упражняться, чтобы усовершенствоваться благодаря практике, хорошо понимая, что впоследствии он с хорошими намерениями станет пользоваться своей постоянно увеличивающейся и возрастающей в нём силой.

* * *

Глава Десятая

ТЕЛЕПАТИЧЕСКОЕ ВОЛЕНИЕ

Телепатия – давно установленный факт. – Заметный прогресс психологии. – Передача мыслей. – Колебания и вибрации. – Удивительный успех некоторых учёных. – Нежелательность всеобщего распространения этих знаний. – Опасность их применения для некрасивых целей. – Практическое наставление. – Общая теория. – Наилучшие успехи. – Выгода сосредоточивания. – Пользование телепатическим волением до личной встречи. – Притяжение на расстоянии. – Условия соприкосновения и достижение их. – Подробное наставление. – Духовное соприкосновение на расстоянии. – Телепатические волны мысли. – Мысленные картины. – Круги мыслительных волн. – «Астральная труба» и пользование ею. – Охранение себя от мыслей других. – Положительное состояние. – Предупреждение чуждого внушения, давления и влияния. – Результат предварительного мысленного влияния при личном свидании. – Изменение обстоятельств. – Особое духовное настроение. – Наставления для лиц, подготовленных к восприятию. – Каждый найдёт то, что ищет: кто – алмаз, а кто – уголь.

Мы не желаем отнимать у вас время, доказывая вам существование телепатии. Психология сделала в этом направлении такие успехи, что не только изучающие её убеждены в существовании телепатии, но и широкая публика настолько хорошо знает об этом, что считает её непреложным фактом подобно рентгеновским лучам и беспроволочному телеграфу. На самом деле люди всегда верили в возможность передачи мысли, последние же научные опыты в области телепатии содействовали лишь укреплению их веры.** Поэтому цель настоящей лекции

* * Следует помнить, что речь идёт не о нынешнем дне, а о начале XX века, когда эти вещи действительно серьёзно изучались учёными и когда были достигнуты поразительные результаты, впоследствии преданные забвению в связи с торжеством примитивного материалистического

заключается не в том, чтобы доказать вам, что телепатия, или передача мысли, является действительным фактом, а в том, чтобы дать вам понятие о способах применения её для своего блага.

Всякая мысль, как произвольная, так и непроизвольная, вызывает мыслительные волны, или колебания, распространяющиеся в пространстве. Эти колебания производят большее или меньшее действие на окружающих.

Существует способ направлять духовные (мыслительные) колебания непосредственно на другое лицо и благодаря этому обращать на себя его внимание. Подобный способ в сравнении с обычным беспорядочным посыланием мыслительных волн представляет то же самое, что и нарезная пуля в сравнении с зарядом из дроби. Нарезная пуля значит много больше, если только вы умеете целиться.

Некоторые учителя ментальной науки обладают замечательным даром телепатического воления, так что многие из достигнутых ими результатов кажутся невероятными для тех, кто ещё не ознакомился близко с законами, управляющими мыслительными вибрациями. Таких результатов они, разумеется, достигли благодаря многолетним занятиям, опытам и особому образу жизни, резко отличающемуся от образа жизни обыкновенных людей. Нам кажется, что лишь очень немногие из наших читателей возымеют желание столь дорого заплатить за такие достоинства.

Может быть и хорошо, что эту силу не так легко приобрести, так как в противном случае многие, овладев ею, употребляли бы её с дурными целями. Мы знаем некоторых обладателей этой поразительной силы и присутствовали при изумительных проявлениях передачи мыслей; при этом мы дали обещание друзьям сохранить всё в тайне, поэтому мы, конечно, вынуждены

миропонимания, чему, как мы уже не раз указывали, особенно сильно способствовал октябрьский переворот в России, в течение 73 лет кичливо именовавшийся «Великой Октябрьской социалистической революцией». Большевики сильно поспособствовали оглуплению и оподлению человечества. Эта страшная и трагическая страница истории всё ещё дожидается автора, которому именно под этим углом зрения достанет духа и таланта дать взвешенный анализ запечатлённых на ней фактов. (Й.Р.)

молчать. Помимо этих соображений, без сомнения, было бы неблагоприятно передавать и распространять такого рода вещи, благодаря которым бесчестные лица приобрели бы возможность проявлять свою волю на окружающих. И тем не менее некоторые подробности этого тайного знания были всё-таки украдены и ими стали злоупотреблять. Иные совершенно случайно узнавали кое-какие из основных принципов и тогда начинали исследовать их, насколько то допускали их ограниченные познания; при этом они часто получали такие результаты, которые поражали и изумляли их самих.

Однако цель настоящего руководства заключается не в том, чтобы приготовить из отдавшихся его изучению жрецов тайного знания, мистиков, йогов или чародеев, а в том, чтобы сообщить им точное знание законов личного влияния при помощи упражнений с духовными силами, т.е., говоря иначе, личного магнетизма. На основании этого мы не намерены подробно рассматривать удивительные явления, вызываемые по желанию изучившими настоящую науку, а просто хотим дать вам понятие о практическом применении телепатического воления, которым вы можете пользоваться в своей повседневной жизни. Мы научим вас лишь способности привлекать к себе внимание того лица, на которое вы намереваетесь произвести известное влияние, хотя бы данное лицо находилось от вас на расстоянии более чем сотни вёрст. Если вы пожелаете большего развития, то вы, конечно, можете совершенствоваться далее, но мы предупреждаем вас, что достижение высших ступеней этой науки очень нелёгкая задача. Первая степень, о которой мы сейчас будем говорить с вами, почти не представляет для достижения её затруднений; нужно только понять теорию, остальное сделает практика.

Мы уже раньше указывали, что каждая мысль производит колебания, которые распространяются подобно кругам, получающимся от брошенного в воду камня. Мысли действуют на людей во всех направлениях. Теперь пойдём далее. Если вы бросите камень вдоль поверхности воды, то круги будут образовываться по тому направлению, в котором брошен камень. Так же обстоит дело и с колебаниями телепатического воления, если сравнить их

с колебаниями обыкновенной мысли. Предположим, например, вы привлекаете к себе чьё-либо внимание для того, чтобы согласно своему желанию расположить к себе данное лицо. Вы должны упорно думать о своём желании вызвать в нём интерес, и если вы немного знакомы с духовной наукой, то вы при этом предполагаете, что и он интересуется вами. При таком образе действия вы, без сомнения, будете направлять вперёд и сильные мыслительные колебания во все стороны; конечно, некоторые из них в большей или меньшей степени коснутся и нужного вам лица в зависимости от степени вашего преобладания над ним. В лучшем случае, он будет воспринимать не более сильные импульсы, чем те, которые воспринимает какое-либо другое лицо, находящееся в известном отношении с вами. Но если, с другой стороны, вы так будете управлять своим духовным телеграфическим аппаратом, что сильные колебательные импульсы будут направляться непосредственно к данному лицу, то посланное получит большую ясность и впечатление, вызванное колебаниями, будет сильнее.

Для того, чтобы получить наилучшие результаты, вы обязательно должны выполнять упражнения в концентрации, указанные в настоящем руководстве. Конечно, вы достигнете некоторых результатов даже и без упражнений в концентрации; но последняя удесятерит ваши силы. Мы думаем, что вы разовьёте свою способность сосредоточиваться и будете выполнять упражнения. Теперь мы переходим к выполнению упражнений.

В ближайшее время вы намереваетесь вести переговоры с кем-нибудь из тех, кого желаете заинтересовать в своих планах и предприятиях. Может быть, этого человека вы до сих пор совершенно не знали или относились к нему совершенно безучастно, и между вами обоими до сих пор не существовало никакой связи. Вы уверены, что сумеете произвести на него влияние при помощи только что указанных способов, но вы желаете, если представится возможность, установить с ним непосредственное общение ранее своей с ним встречи или, говоря иначе, войти с ним в сношение (*rapport*). Вы хорошо сознаёте, что вероятность успеха вследствие этого значительно возрастет; раз вы установили с человеком сношение (*rapport*), вы уже тем самым приобрели

существенное преимущество, так как после этого данное лицо безусловно охватит иногда довольно значительный к вам интерес. Лучшим способом, которым при подобных обстоятельствах вы должны пользоваться, является установление мысленного общения (*rapport*) с ним при помощи телепатического воления. Прежде всего, для этого вы должны удалиться в спокойное место, там вы можете лечь или сесть комфортабельно на стул. Расположитесь как можно удобнее и приведите свои мышцы в расслабленное состояние; предоставьте своему телу ослабнуть до такой степени, чтобы оно лежало подобно мокрому холсту и вы совершенно бы позабыли о нём. Успокойтесь и приведите свой ум в пассивное, спокойное состояние, стараясь ни о чём не думать, вообще отбросьте все смущающие и волнующие вас мысли. Всего этого вы легко достигнете при помощи концентрации (сосредоточения).

После того как вы выполните эти условия, думайте напряжённо и одновременно спокойно о том лице, с которым вы желаете вступить в дело. Вы не должны хмуриться и сжимать кулаки, погрузившись в глубокую думу; вы всегда должны сохранять пассивное и расслабленное состояние; ваше сосредоточенное положение должно отличаться спокойствием и уверенностью. Некоторую помощь в этом случае вам может оказать закрытие глаз и мысленное воспроизведение изображения того лица, с которым вы желаете вступить в общение. Если же вы никогда не видели данного лица прежде, то создайте мысленно фигуру со смутными очертаниями. После нескольких попыток вы заметите, что умственное изображение становится для вас всё более и более реальным; из этого вы можете заключить, что у вас начинается уже мысленное сношение с данным лицом. Когда подобное состояние наступит, остановитесь на той мысли, что вы внушаете свои желания известному лицу, и при этом вообразите, что оно приводит их в исполнение. Всё ваше воображение поэтому должен заполнять этот самый человек, и его образ является существенной связью между вами и созданной вами мыслью о его деятельности, удовлетворяющей вашим желаниям. Вы посылаете таким образом определённые мыслительные волны; оне, конечно, распространяются кругообразно по всем направлениям; на данное

же лицо оне производят гораздо большее действие, чем на других, так как здесь имеет место непосредственное общение. Практика и упражнение помогут вам достичь большего.

Вы можете иметь лучшие результаты, если вообразите, что смотрите через длинную трубу, равную приблизительно одному футу в диаметре; при этом вы находитесь как бы на одном её конце, а другое лицо – на другом. Такое впечатление, – его можно достичь при помощи концентрации, – является верным признаком полного *rapport*'а и ясно указывает, что вы сумели устранить все внешние влияния и вполне уже установили психический путь сообщения. Когда вы достигнете подобного состояния, вы должны уже быть безусловно убеждены в том, что оказываете сильное впечатление, за исключением того случая, когда человек, находящийся у другого конца мысленной трубы, знает законы духовного преобладания; в подобных случаях он, заметив по определённым признакам, что на него направлены мыслительные вибрации, примет «положительное», т.е. активное духовное состояние. Чем пассивнее окажется в этот момент другой человек, тем лучше будут ваши результаты. При небольшой практике вы разовьёте в себе эту силу так, что будете с каждым разом получать всё более ясное впечатление и видеть всё более точное изображение другого лица.

Обыкновенно необходима некоторая практика, прежде чем вы станете получать мысленное впечатление длинной трубы, хотя некоторые, посвятившие себя изучению, успевали в этом уже с первого раза. Вы, конечно, должны принять необходимое пассивное состояние. Следующий шаг выражается в том, чтобы произвести мысленное впечатление благодаря сообщению через трубу. Сначала вам представится слабое теневое кольцо; кольцо это постепенно будет делаться отчётливее и наконец образует форму открытого конца трубки. Трубка будет становиться всё длиннее; впоследствии вы будете в состоянии ясно видеть через всю её громадную длину. У вас появится такой результат после нескольких упражнений; при этом, постоянно практикуясь, вы приобретёте способность получать подобное впечатление в любое время. Приобретение умения воспроизводить мысленные

образы затруднительно и очень тяжело. Вы можете иметь хорошие результаты и без применения трубы, однако лучшие результаты получат те, кто окажется способным воспользоваться ею.

Мы считаем здесь необходимым обратить ваше внимание на то, что вы обязательно должны развить в себе положительное ментальное состояние, так как, только обладая им, вы можете достигнуть лучших результатов и предохранить себя от постороннего влияния. Когда вы почувствуете признаки постороннего влияния, вы должны мысленно произнести: «*Я есмь*»; эти слова придадут вам особую психическую силу, благодаря которой вы станете невосприимчивым к мыслительным колебаниям. Благодаря более полному уяснению и пониманию своего собственного «Я» вы окружите себя целыми потоками мыслительных волн, которые, какова бы ни была степень вашего духовного развития, защитят вас от постороннего ментального влияния. До тех пор, пока вы вполне не овладеете этим понятием, вы должны на некоторое время задержать течение мысли, подкрепить своё собственное «Я» утверждением «*Я есмь*», сопровождаемым мысленным представлением своего реального существования. Духовный образ собственного «Я», окружённый благоприятствующими ему мыслями, устраняющими посторонние колебания, сам по себе вызовет умеренный ток, который до тех пор, пока не исчезнет мысль, будет производить небольшое действие и благодаря этому защитит вас от внешних колебаний. Вам безусловно необходимо практиковаться в вызывании этих мысленных образов, так как в результате вы получите от этого большую пользу. Как только у вас явится желание остаться наедине и отдаться всецело своим мыслям без всякого влияния с чьей-либо стороны, то вы должны сесть и устранить от себя все вибрации, согласно данным выше указаниям; в скором времени вы сильно удивитесь той ясности мысли, которая наступает у вас по завершении этого упражнения. В следующей лекции мы намереваемся беседовать с вами о действии мыслительных колебаний, поэтому не будет лишним указать вам здесь, что мыслительные колебания посторонних распространяются по кругам и вследствие этого оказывают на вас – даже в том случае, если они намеренно и не направлены на

вас – известное действие. Природа одарила нас инстинктивной силой сопротивления, и всё-таки мы более или менее подчиняемся влиянию мыслительных колебаний окружающих; часто то самое мнение, которое мы считаем своим, представляет собою повторение мнения окружающих нас лиц. Перемена местожительства влечёт за собой изменение взглядов на религию, политику, этику и прочая; это обуславливается общим впечатлением окружающей среды, которое сопровождается незнакомым сочетанием мыслительных волн новых соседей. Если вы немного подумаете об этом, то без труда вспомните множество примеров подобного рода.

Волны народных чувств проносятся по всей стране, производя известное влияние на каждого; исчезают оне так же внезапно, как и появились. Мирную толпу можно всегда легко превратить в дикое скопище. Всё это вещь вполне естественная. Взгляды и мнения каждого человека зависят от большей или меньшей степени напряжения доходящих до него мыслительных волн. Вы скоро убедитесь в том, как ценно знание, при помощи которого вы всегда будете способны, по своему желанию, устранить от себя внешние влияния; оно даст вам возможность руководиться единственно своим собственным разумом, суждением и расположением. Вы не должны относиться к этому легкомысленно, так как со временем сие знание окажет вам существенную пользу. Бывают моменты, когда ясное мышление имеет особую важность в жизни каждого человека. Могучая сила будет вас принуждать к известному действию, и вы будете находиться в нерешительности относительно того, что нужно делать. Вы должны остановиться на лучшей мысли; способ найти таковую заключается в том, чтобы окружить себя охраняющими мыслями; находясь в безопасности в своём собственном мыслительном замке, вы легко тогда уже решите, что лучше следует делать. Многие из лучших ваших решений обусловлены именно таким способом действия; поэтому вам следует всеми силами стараться овладеть этим искусством.

Вследствие своего желания указать способы для защиты, мы немного уклонились от нашей основной темы; теперь мы снова перейдём к беседе о наступательных приёмах. Мы предположим, что вы уже вполне выполнили все указания, касающиеся

установления непосредственного мысленного общения с желаемым лицом, пользуясь для этой цели телепатическим хотением. Когда позднее этот человек будет находиться в вашем присутствии, вы найдёте, что он интересуется вами гораздо более, чем прежде; он будет действовать так, как будто бы хорошо знал вас и был знаком с вами уже много лет; благодаря всему этому вы будете чувствовать себя у него как дома. Мы не говорим, что он по необходимости обязательно сделает так, как вы хотите (вы ещё не достигли такого совершенства), но всё же он выразит склонность идти навстречу вашим желаниям; конечно, в итоге его расположения к вам ваши дела пойдут гораздо лучше, чем вы ожидали. Само собой разумеется, повторение упражнений телепатического воления будет содействовать облегчению дела. Вам не следует только никогда приходить в отчаяние от возможных неудач, будьте всегда осмотрительны, и успех явится скорее, чем вы его ожидаете.

При всех свиданиях и встречах сохраняйте полное достоинство, уверенное обращение и не забывайте пользоваться силою своего взгляда. Последний часто восстанавливает общение, ранее установленное при помощи телепатического воления; взгляд снова восстанавливает условия *rapport*'а и направляет результаты свидания к желаемому вами исходу. Вы должны пользоваться обстоятельствами и научиться применять ранее указанные способы при совершенно различных условиях. Приведённый пример является лишь образцом, но принципы его вполне верны, и их можно прилагать, конечно, с соответствующими изменениями, при всех таких случаях, когда вам желательно произвести какое-либо влияние на расстоянии до встречи с интересующим вас лицом. Принцип во всех случаях будет одним и тем же.

Те из наших учеников, кто с полным вниманием отнеслись к этим лекциям, откроют в них много такого, что совершенно ускользнуло от обыкновенного читателя. Последний, в отличие от них, не будет читать меж строк. *Если вы стоите на верном пути, то при каждом новом прочитывании настоящей книги содержание её будет казаться вам всё полнее и совершеннее.* Вы будете встречать в ней новые идеи всякий раз, как только перейдёте к новому уроку; обыкновенный же читатель, пробежав его, не поймёт и самой

сути. Он совершенно не примет во внимание тайны учения и найдёт упражнения и объяснения туманными и неопределёнными. Это не требует доказательств. Каждый находит то, что ищет. Один человек желает найти залежи угля, другой, наоборот, стремится наткнуться на скрытые в земле алмазы, хотя уголь и алмаз имеют в своём составе одно и то же вещество. «Просите и дастся вам», «ищите да обрящите».

В заключение этой лекции позвольте нам заметить, что хотя сила духа, изображённая в настоящей и предыдущих лекциях, кажется удивительной, сама сила мысли, которая представляет собою то, что известно под именем *притягательной силы мысли*, далеко превосходит всё, что мы говорили вам. В следующей лекции мы постараемся объяснить вам сущность этого удивительного явления.

* * *

Глава Одиннадцатая

ПРИТЯГАТЕЛЬНАЯ СИЛА МЫСЛИ

Теория Мильфорда. – Мысль – динамическая сила. – Мысль – вещественная реальность. – Мысль и тело тождественны. – Чудеса природы. – Опыты профессора Грея. – Замечательные результаты. – Сравнение профессора Уильямса. – Сущность мыслительных вибраций. – Глубокие и незначительные мыслительные волны. – Мысли никогда не порывают связи с человеком и почти всегда влияют на него. – Мыслительные токи. – Подобное тяготеет к подобному. – Психологические явления и их проявления. – Страшные, тяжёлые мысли и их результаты. – Уверенное мышление. – Усугубление горя вследствие неприятных мыслей. – Зависимость успеха от правильного мышления. – Успех каждого обуславливается его правильным мышлением. – Лёгкое осуществление надежды каждого. – Правила для достижения успеха. – «Я могу и я хочу». – Влечение к вам других. – Сильное желание гарантирует достижение всего. – Теория Элен Уилмен.

Прентис Мильфорд, один из наиболее великих писателей по вопросу о силе разума, суммировал почти всю сущность своей философии в следующей формуле: «Мысли суть вещи» [т.е. «мысли суть вещественные реальности», – *Й.Р.*]. Он выразил в этих словах великую истину, которая, если бы люди вполне уяснили её, могла перевернуть весь мир. Мысль является не только динамической силой, она – вполне реальная вещь, подобно какому-нибудь материальному предмету. Мысль представляет собой утончённую форму материи или довольно грубую форму духа, – вы можете вполне правильно считать её тем и другим. Материя есть грубая форма духа, а дух – тонкая форма материи. В природе существует только одна субстанция, но эта субстанция имеет различные формы, начиная с так называемых материальных форм и кончая самой тончайшей формой духа.

Когда мы думаем, мы распространяем кругом себя вибрации тончайшей эфирной субстанции, которая так же реальна, как пар

или газ, жидкости и твёрдые тела. Мы не видим мысли, но мы не можем также видеть тонкого пара или газа. Мы не можем обонять и определить вкус мысли, мы не можем также обонять и определить вкус чистого воздуха. Однако мы можем их ощущать (этим подтверждается многое). Это имеет гораздо большее значение, чем всё то, что мы знаем о могучих магнетических колебаниях сильного магнита, который, несмотря на то, что обладает достаточной силой, дабы притянуть к себе кусок стали весом в 100 фунтов, абсолютно не производит никакого впечатления на нас. Его колебания могут, конечно, проникать через вас и действовать на сталь, между тем как вы не будете этого даже сознавать. Свет и тепло также распространяют колебания, хотя и меньшей интенсивности (напряжённости), но основанные на том же принципе. Присутствие пяти чувств не является абсолютно необходимым для того, чтобы убедиться в существовании материальной субстанции или силы. Анналы науки полны доказательств этого. Профессор Элис Грей, замечательный учёный, говорит в своём небольшом сочинении «Чудеса природы»: «Существование в мыслях таких звуковых волн, которых не может ощущать ни одно человеческое ухо, а также цветных световых волн, которых не может видеть ни один глаз, представляет обширное поле для размышления. Огромное тёмное немое пространство от 40.000 до 400.000.000.000.000 колебаний в секунду и бесконечность рядов свыше 700.000.000.000.000 колебаний в секунду, когда прекращается свет в мире движения, даёт простор для размышлений».

М.М. Уильямс, в своей книге под названием «Краткая глава о науке», говорит: «Нет никаких градаций между страшно быстрым колебанием или дрожанием, которое сообщает нам чувство слуха, и очень медленным, которое производит в нас ощущение слабой теплоты. Между ними лежит громадный промежуток, достаточно обширный, чтобы заключить в себе иной мир движений, находящийся между нашим миром звуков и нашим миром тепла и света; нет поэтому никаких разумных оснований для того, чтобы предположить, будто материя неспособна к переходной деятельности или что подобная деятельность препятствует возникновению промежуточных ощущений, раз существуют органы для восприятия и ощущения этих движений».

Мы цитируем мнение данных авторитетов лишь за тем, чтобы дать пищу вашим мыслям, а не за тем, чтобы постараться доказать вам существование мыслительных колебаний. Последнее отвлекло бы нас от цели и назначения настоящего руководства; всего этого мы потому можем коснуться только мимоходом.

Характер исходящих от нас мыслительных колебаний вполне обуславливается сущностью самой мысли. Если бы мысли имели цвет (некоторые говорят, что оне его имеют), то мы увидели б, что наши боязливые и нехорошие мысли повисли над самой землёй в виде тёмных тяжёлых облаков;* свои же ясные, весёлые, счастливые и уверенные: «*я могу*» и «*я хочу*» мысли мы заметили бы в виде светлых перистых, газообразных облаков, быстро несущихся и смешивающихся с другими им подобными, образующими перистые облачные цепи, высоко над кучами плотных, удушливых, отвратительных испарений, образующихся от боязливых и завистливых мыслей и выражающихся в словах: «*я не могу*». Расстояние, на которое удаляются от вас ваши мыслительные волны, не имеет никакого значения; оне всегда имеют известную связь с вами и всегда производят некоторое действие как на вас, так и на других. Вам нелегко освободиться от влияния этих проявлений вашего духа. Если вы распространяете дурные мысли, то вы становитесь предметом для их действия, и ваша единственная надежда нейтрализовать и обезвредить их заключается в том, чтобы распространить новые сильные мыслительные волны или, утверждая «*Я есмь*», образовывать таким образом мыслительные токи. Старинные поговорки: «Бездна притягивает бездну» и «Каждый стремится выбрать подобное себе», могут служить хорошей иллюстрацией распространения мыслительных волн. В этом выражается то, что известно под именем *аддуктивного свойства мысли*; слово «аддуктивный» происходит от латинского

* Схожие идеи, помнится, высказывал в своё время ещё русский писатель-декабрист Ф.Н.Глинка: «Пусть всякий порок вдруг станет мара, как сажа, и получит отвратительный запах: вы увидите, что в некоторых так называемых «блестящих обществах», несмотря на множество цветов и благоуханий, нельзя будет пробывать минуты, не зажав крепко носа и не выпачкав платья». (Примеч.И.Р.)

слова *adductus* – «притягательный»; проявление такого свойства мысли является одним из самых поразительных признаков в ряду психических феноменов.

Боязливые или неприятные мысли притягивают к себе другие мысли подобного же рода и соединяются с ними; результат выразится в том, что вы не только будете страдать от созданных своим умом мыслей, но и от родственных мыслей других, так что создастся крайне тяжёлое положение. И чем далее вы будете так мыслить, тем тяжелее будет ваше положение. С другой стороны, если у вас будут светлые, весёлые и счастливые мысли, то вы притянете к себе другие, подобные им, и будете чувствовать себя веселее, радостнее и счастливее вследствие их соединённого действия. Это абсолютная истина, но всё же вы не должны принимать её на веру. Испытайте и убедитесь сами. Когда вы будете выполнять опыты, вы обязательно должны производить их с уверенностью в их исполнении; вы получите тогда более быстрые и ощутительные результаты. Полусмелые, сомневающиеся мысли оказывают более слабое действие в сравнении с уверенными и ожидающими.

Если у вас не будет смелости, уверенности и решимости «попытаться» или если вы не сумеете отделаться от мысли: *«я знаю, что я не могу»*, то вы привлечёте к себе силу других мрачных мыслей того же рода и найдёте, что вы действительно не можете; кроме этого, того же мнения о ваших способностях будет, повидимому, и всякий другой.

Вы должны поддерживать в себе и распространять кругом себя твёрдую, уверенную, бесстрашную мыслительную волну: *«я могу и я хочу»*, которая привлечёт к вам подобные же мыслительные волны других; такие волны окажут на вас хорошее действие, укрепят ваши силы и помогут вам осуществить ваши стремления. Если вы распространяете ревнивые, завистливые мысли, то оне, возвращаясь к вам обратно, привлекают с собой такие же мысли других; из-за этого вы будете страдать до тех пор, пока не устранили их действие. Таким же образом возвращаются к вам обратно мыслительные волны ненависти, после того как их сила и могущество увеличатся во время колебаний. Старая поговорка: «Проклятия, подобно цыплятам, находят приют дома», гораздо

ближе к истине, чем это обыкновенно предполагают. Злобные мысли вызывают раздражение в другом человеке (если только он не принял положительного настроя в отношении вас), и он возвращает вам обратно эти мыслительные волны; по дороге к ним присоединяются другие злобные мыслительные волны, и злоторная работа получает подкрепление и увеличивается. Конечно, вы слышали народную поговорку: «Человек всегда находит то, что ищет». Само собой разумеется, иначе и не может быть; так как его мысли привлекают другие такого же рода мысли и он видит мир имеющим такую окраску, какую придают ему его духовные очи.

Хорошие мысли притягивают хорошие; дурные мысли – дурные. Если вы питаете к человеку ненависть и посылаете ему свои мысли ненависти, вы получите обратно ненависть и будете видеть ненавидимый и ненавидящий мир. В мире мысли вы с хорошим процентом получаете обратно всё, что даёте. Если вы будете посылать хорошие мысли, то к вам возвратятся хорошие же мысли со значительным приростом и вы будете хорошо себя чувствовать в обществе расположенных, доброжелательно относящихся к вам людей, и благодаря этому вы только выиграете. Даже с личной точки зрения, лучше иметь хорошие мысли. Если вы попробуете на практике мыслить таким образом, хотя бы в продолжение одного месяца, то вы вскоре заметите огромную перемену в различного рода явлениях, совершающихся вокруг вас, и громадную перемену в себе самих; у вас явится отвращение и омерзение к прежней низкой, недостойной, дурной мыслительной деятельности, и вы не согласитесь вернуться к ней ни на каких условиях и ни за какую цену. Прежде чем минует месяц, вы уже заметите полезную силу возвращающихся мыслительных волн, и вся ваша жизнь совершенно изменится. Попробуйте. Попробуйте это сейчас же, не откладывая.* Вы никогда не будете сожалеть об этом.

* По всем подобным поводам Стив Шенкман даёт исключительно ценную рекомендацию: «Приступайте к делу сразу. Избегайте так называемой раскачки. Если вы точно знаете, что и как надо делать, то сразу же приступайте к своей работе». Сделайте такой подход к делу стилем своей жизни. (И.Р.)

Существуют две наиболее дурных мысли, которые вы должны прежде всего уничтожить. Вы увидите, что как только устраните их, ваш успех в жизни увеличится. Мы говорим о ненависти и страхе. Два этих ядовитых растения производят массу других отравленных мыслей. Печаль представляет собой старшее дитя страха и имеет много сходства со своим родителем. Зависть, недоброжелательность, злоба являются одним из многочисленных проявлений ненависти. Уничтожьте корень – и вас не будут беспокоить побеги. Мы ещё коснёмся этого предмета в лекции о формировании характера.

Мы хотим теперь перейти к другой стороне притягательной силы мысли и будем беседовать об успехе при помощи притягательного мышления.

Считается достоверным фактом, но вам это, может быть, покажется совсем невероятным, что все пользующиеся успехом люди добились его благодаря своим могучим, строгим, полным силы, сконцентрированным волнам мысли. Они направили свой разум на известную цель и воспользовались помощью воли при посредстве сознания «*Я есмь*», дабы придать мысли определённое направление. Такое направление мысли содействовало развитию их характера, и благодаря этому они прямо шли к той цели, которую с самого начала себе избрали. Другие имели перед собой ту же самую цель, но не достигли её, так как не придали должного направления мыслям и, потеряв из виду цель, утратили смелость, стали робкими и подпали под власть искушения и лести.

Для успешного достижения мысленно намеченного идеала безусловно необходимы: во-первых, непреодолимое желание (а не пустая прихоть); во-вторых, полная уверенность в своей способности привести в исполнение своё желание (а не робкое предположение); в-третьих, твёрдое решение достичь своей цели (а не простое намерение: «я попробую»).

Указанные качества мыслей безусловно гарантируют успех, если и впрямь взяться за дело. Они разовьют характер и выработают способность достигать цели, так как «мысли выражаются в действии»; они придадут вам твёрдую силу для влияния на других;

они вызовут к действию мыслительные волны, которые привлекут вам на помощь другие.

Если вы имеете мысль: «*я не могу*», то вы распространяете колебания, которые вызовут такое чувство, что вы действительно не можете; из-за этого вы не будете пользоваться своей мыслительной функцией и не сможете употребить её для своей пользы. Учтите также и то, что чувство самосохранения заставляет людей недоверчиво относиться к лицам с подобною установкой и избегать их. Ни один человек не чувствует влечения к тому, кто думает: «*я не могу*»; такая форма мышления создаёт условия, которые лишь отвращают, а не привлекают.

Когда же вы имеете мысли: «*я могу и я хочу*», то колеблющиеся волны начинают двигаться, производя возбуждающее действие; все будут чувствовать к вам влечение и всё сделается по вашему желанию. Сильные люди будут чувствовать к вам симпатию и с удовольствием будут готовы работать вместе с вами; слабые люди, сознавая вашу силу и нуждаясь в ней, почувствуют к вам влечение и бессознательно подчинятся вашему влиянию. Это является примером притягательного свойства мысли. Попробуйте испытать это свойство на деле.

Притягательная сила мысли может совершить и гораздо более, чем это. Она может привлечь к вам людей, которые интересуются тем же самым делом, что и вы. Последние почувствуют влечение к вам, а вы к ним, причём каждый из вас будет помогать другому к обоюдной выгоде. Притягательная сила мысли привлечёт к вам людей, которым нужны ваши услуги или помощь; они получат от вас пользу к вашей выгоде. Эта сила привлекает к вам также и тех, кто может оказать вам помощь и содействовать вашим интересам. Конечно, вам приходилось чувствовать влечение к подобному человеку и оказывать ему помощь, прежде чем вы совершенно сговорились с ним. Безусловно у вас были подобные случаи. Почему? Почему вы охотно покровительствуете одному и недоверчиво относитесь к другому, который не хуже его? Благодаря силе мыслительных колебаний. В этом вся тайна. Одно и то же качество мысли привлекает вас к тем, чьи колебания имеют равную длину с

вашими, так что вы инстинктивно будете находить тех, которые могут оказать вам услугу и помочь вам. Мы уверяем вас, что ваша собственная воля будет принадлежать вам, если вы узнаете законы мысленного мира.

Это удивительно и трудно поддаётся объяснению, если не касаться области метафизики, однако степень вашего успеха в жизни обуславливается вашей верой в притягательную силу мысли. Шаткая, колеблющаяся вера принесёт вам неполные успехи, а твёрдая, решительная, полная вера в то, что вы можете распоряжаться своей волей, создаст вам результаты, граничащие чуть ли не с чудесами. Постарайтесь развить в себе такую веру и всегда соединяйте её с твёрдым мысленным требованием того, что вам нужно: тогда вы будете всегда иметь успех. «Просите и даётся вам; стучите и вам отворят»; однако обязательно сопровождайте свои требования твёрдой верой и ожиданием успеха.

Элен Уилмен говорит:

He who dares assert the I
May calmly wait
While hurrying fate
Meets this demand with her supply.*

Слова «спокойно ждать» относятся к состоянию духа и выражают спокойное, уверенное ожидание неизбежного. В них не следует понимать того, что человек может сидеть сложа руки и ничего не делать, спокойно ожидая, пока причудливая судьба не осыплет его своими дарами. О, нет! Элен Уилмен совсем не имела этого в виду; она не рекомендует такого пути. Человек, охваченный вполне одним стремлением и сконцентрировавший мыслительные импульсы, никогда не должен сидеть сложа руки и чего-то ждать, так как он не может этого сделать, не принеся в жертву своего воления и решения добиться его исполнения. «Мысли выражаются в действиях», — гласит главная аксиома психологии. Чем настойчивее мысль, тем сильнее действие. Вы можете стремиться к какой-нибудь очень

* «Кто знает цену своему «Я», тот может спокойно ждать; судьба безусловно исполнит его желания». (англ.)

недостижимой цели и быть вполне уверенным, что достигнете её; вы всегда добьётесь её, если точно будете исполнять данные здесь указания. Вы должны согласиться с Гарфильдом, который говорит: «Не следует дожидаться, пока дело примет благоприятный оборот, а нужно самим дать ему надлежащее положение». Слова: «самим дать ему надлежащее положение» – вполне правильны; вам следует приложить к делу всё своё могущество и волю и выразить спокойное уверенное требование, чтобы данное дело приняло благоприятный для вас оборот. При этом вы всё время должны с уверенностью ждать, что «дело» подчинится вашему приказанию.*

Нам было бы желательно обладать возможностью передать вам удивительные результаты подобного образа мышления и действия, но мы можем здесь лишь бегло коснуться их и обратить ваше внимание на действие закона. Лишь благодаря опыту можно научиться ценить истину. Значение «*Я есть*» не может быть понято другим путём. Мы желаем, чтобы каждый читающий эти лекции испытал на практике этот новый способ мышления. Вам сначала придётся отнестись с недоверием к тому, что мы говорим; но как только вы начнёте исполнять опыты, вы на собственной практике убедитесь в истине наших слов и быстро достигнете успеха.

Всё то, что вы будете твёрдо и уверенно желать, будет принадлежать вам, – подумайте об этом. Всё испытайте. Попробуйте серьёзно – и вы получите успех. Всё это основано на действии могущественного закона.

Наша ближайшая лекция будет касаться формирования характера; при этом вы увидите, что человека легко можно определить по тому, что он «мыслит в глубине своей души».

* * *

* Сегодня, наверное, мало кто станет оспаривать, что визуализация является могучим средством для достижения успеха на любом поприще и в любой деятельности. Мысли, высказанные автором выше, прекрасно объясняют механизм этого процесса. (И.Р.)

Глава Двенадцатая

СФОРМИРОВАНИЕ СИЛЬНОГО ХАРАКТЕРА ПРИ ПОМОЩИ ДУХОВНОГО КОНТРОЛЯ

Каждый может сделать из себя всё, что ему желательно. – Возрождение человека не составляет утопии. – Действительная истина. – Глубокие наклонности крепнут, слабые усиливаются. – Каждый знает, чего именно ему недостаёт. – Закон духовного преобладания. – Новые пути. – Работа над самим собой. – Искоренение старых дурных наклонностей и усвоение положительных новых. – Четыре главных метода. – Сила воли. – Гипнотическое внушение. – Самовнушение. – Поглощение мыслей. – Верный способ действия. – Детальное знакомство с теорией каждого из четырёх методов. – Достоинства и недостатки каждого из них. – Приобретение желаемого состояния духа. – Необходимые упражнения и наставления. – Господство над самим собой. – Изменение своего характера по своему желанию.

Может быть, кто-нибудь из читателей, ознакомившись с предыдущими лекциями и заключающимися в них указаниями, скажет: «Да, всё это очень похоже на правду, и я, пожалуй, достиг бы таких результатов, будь у меня необходимые на то качества ума и характера».

Последнее, повидимому, служит для многих главным препятствием; они очень ясно понимают, *что* именно нужно им для достижения успеха, но вследствие того, что у них отсутствуют характерные качества человека, пользующегося успехом, они предполагают, что цель для них недостижима. На свете не существует большего заблуждения, нежели подобное ложное убеждение и ложное направление мысли, обусловленное страхом; это отсутствие сознания силы «*Я есмь*».

При помощи силы воли человек может так развить свой характер, что будет в состоянии выработать из себя всё, что ни пожелает. Вне всякого сомнения он может переделать себя. Человек всегда

есть то, чем он желает быть. Конечно, это смелое заявление, но всё же оно – абсолютная истина; в каждом городе любой страны мы всегда можем найти ему множество доказательств. Сотни людей подтверждают его правильность, многие сотни других уже стоят на пути к его подтверждению. Возрождение не является утопией. Оно полная истина.

Вы вполне уясните себе эти слова, если примете во внимание, что каждое явление имеет свою причину. Деловые успехи обязаны известным качествам ума, характера и темперамента. Из этих трёх качеств реально существует только первое, так как два других являются лишь его производными. Тот, кто владеет указанными качествами, достигает определённых результатов; тот же, у кого они отсутствуют, не имеет никакого успеха. Когда вы убедитесь, что эти качества присущи вам и вы можете развить их, пред вами откроется блестящая перспектива. Развитие этих качеств служит ключом к успеху.

Вы знаете уже, что необходимые качества заключаются в энергии, честности, решительности, мужестве, уверенности, настойчивости, терпении, осторожности и в некоторых других.

Все лица владеют некоторыми из этих качеств и не имеют других. Одни обладают этими качествами в большей степени, другие в меньшей. Каждый человек инстинктивно знает, каких качеств у него недостаёт. Он не откроет этого ни своим друзьям, ни своей жене, и сознание своих недостатков будет таиться у него в глубине души. Если бы он сумел, благодаря простому желанию, приобрести необходимые ему качества, то, конечно, он знал бы, как ему следует действовать. В этом нет никакого сомнения. Но у него отсутствуют уверенность и настойчивость мысли, необходимые для достижения того, в чём, как он знает, он нуждается. У него нет желания заплатить за приобретение. Объявись сейчас какой-либо великий учёный, который бы объявил, что он-де открыл удивительное химическое соединение или новую сыворотку, коия имеет свойство к налициествующим сильным и положительным качествам духа прибавлять недостающие и их усиливать, то весь мир устремился бы к этому чудесному благодетелю. Тысячи и тысячи пожелали бы обладать этим средством, и каждый мог бы

указать, какой именно род сыворотки ему необходим. Не было бы нужды ни в диагнозе, ни в рецепте. Каждый человек в каждом отдельном случае сам бы ставил себе диагноз и в зависимости от симптомов требовал себе известную сыворотку. Одному нужно было бы тройного экстракта энергии, другому – настойки настойчивости, третьему, наконец, склянки с самоуверенной на её этикетке надписью: «я всё могу», и так далее. Каждый хорошо сознавал бы, что если ему дадут сыворотку соответствующего сорта, то он получит возможность изменить свой характер и управлять успехом.

Нет, ни одно лекарство не окажет такого действия. Подобного случая никогда не будет. Желательного же результата можно достичь благодаря применению закона духовного господства.

Мы можем дать вам лишь общую идею о действиях этого великого закона; но если вы окажете полное внимание тому, что мы по этому поводу говорим, то вы поймёте принципы и будете способны пользоваться ими для своего блага.

Прежде всего следует помнить, что в физическом и духовном отношении мы являемся созданиями своих привычек. Наш характер в большинстве случаев оказывается результатом привычек нашего мышления. Вполне возможно, что нам присущи наследственные импульсы, благодаря которым мы приобретаем одни привычки и отделяемся от других; мы постоянно двигаемся по линии наименьшего сопротивления; однако характер является результатом известных приобретённых привычек.* Мы ходим проторенными мыслительными тропинками, не думая о том, чтобы устроить в своём духовном лесу новые, хотя и сознаём, что новые тропы будут куда лучше старых и идти по ним окажется легче, как только оне окончательно оформятся. Мы знаем всё это. Это весьма старая история. Почему же мы не прокладываем новых тропинок? Просто потому, что не хотим беспокоиться. У нас не хватает силы воли, решимости и настойчивости для того, чтобы сделать это. Сие и впрямь задача нелёгкая, но подумайте о грядущей награде.

* Восточное изречение по этому поводу гласит: «Соверши поступок – создашь привычку; посеяй привычку – пожнёшь характер». (Й.Р.)

Всё это, конечно, для вас не новость, но всё же мы должны кое-что сказать вам о предмете, который уже не настолько древен. Мы предполагаем теперь указать вам сберегающий труд, способ устройства дороги, который – мы гарантируем это – в очень короткое время устранит все её недостатки с меньшей с вашей стороны затратой сил, чем при старом кропотливом способе действия.

Этот новый способ очень прост, но весьма практичен и предоставляет вам возможность «переделать самого себя». Мы постараемся вам изложить его, насколько это возможно, в немногих словах.

Несколько раньше мы говорили о том, что ваш разум обладает двумя родами силы, двумя функциями: активной и пассивной. От активной функции зависит волевое самостоятельное мышление, пассивная же функция выполняет всё то, что указывает ей сделать функция активная (или же какая-то посторонняя сила). Пассивная функция является обычным спутником силы, о которой мы давали вам понятие в предшествующей лекции. Она именно та часть сознания, с которой имеет дело гипнотизёр, после того как усыпит активную функцию, критикующую часть сознания. Пассивная функция хотя и стоит ниже, однако же правит нами, если мы не умеем с нею обращаться. Она является функцией привычек, старой функцией, существование которой мы все сознаём. На неё легко влиять, благодаря тому, что она не обладает устойчивостью. Внушайте ей постоянно что-нибудь, во что вы желаете, чтобы она поверила, и она согласится с новой мыслью и привяжется к ней так, как была привязана к предыдущей. В этом заключается секрет уничтожения мыслительных привычек, привычек действия, настроения и характера. Внушение, руководясь которым действует пассивная функция, может исходить от нашего активного разума или от разума окружающих. В этом заключается объяснение происхождения хороших и дурных привычек.

Для уничтожения старых мыслительных привычек и замены их новыми мы можем применять один или несколько способов. Кто-то достигает результата при помощи прямого усилия воли; кто-то – при помощи гипнотического внушения опытного,

знающего дело гипнотизёра; третьи – при помощи так называемого самовнушения, исходящего от активного разума и направленного на разум пассивный; четвёртые – при помощи особого приёма, который мы называем *поглощением мысли*.

Уничтожить мыслительные привычки при помощи *прямого усилия воли* – тяжёлая вещь, насколько это известно большинству из нас, так как всем доводилось иметь с ним дело. Это способ, в котором добиваются успеха только сильные, между тем как слабые падают под бременем приложенных усилий, приходят в уныние и, поддаваясь отчаянию, окончательно падают духом. Мы достигаем результата при помощи «напряжения воли», или, вернее, при помощи укрепления активной функции разума волей, заставляя её действовать. Именно она приказывает пассивной функции отказаться от старых мыслительных привычек и вместо них завести себе новые. Это замечательное дело, но очень трудновыполнимое. Такого же результата можно достигнуть более лёгким образом. Более лёгким способом можно выработать простую привычку для того, чтобы сделать пассивный ум восприимчивее к приказаниям активной функции; с этим способом мы намереваемся ознакомить вас в настоящей лекции.

Вторым способом, то есть изменением мыслительных привычек при помощи *гипнотического внушения*, многие пользовались с блестящими результатами; при этом, однако, необходимо, чтобы гипнотизёр был подходящим лицом, основательно знающим своё дело и вполне осведомлённым о «последних» методах устранения неприятных мыслительных привычек. Мы считаем здесь необходимым указать, что в подобных случаях следует соблюдать большую осторожность, отдавая себя для такого рода исправления во власть постороннего лица; не должно доверяться человеку лишь потому только, что он способен делать гипнотические внушения; не сделают же ведь кассиром в банке человека только лишь потому, что он умеет вести книги и быстро считать деньги.*

* То, на что здесь намекает автор, прекрасно показано Артуром Конан-Дойлем в его повести «Паразит», к которой и отсылаем читателя. (Й.Р.)

Третий способ, заключающийся в достижении результата при помощи *самовнушений*, превосходен, в особенности же, если он сопровождается поглощением мысли. При самовнушении вы просто постоянно повторяете пассивному разуму, что существуют новые привычки (не обращая внимания на старую), и пассивный разум, несмотря на то, что вначале оказывает сопротивление, в конце концов примет то, что вы ему навязываете, как истину. Он усвоит новые мыслительные привычки как свои собственные мысли, подобно тому, как поступают многие люди при таких же обстоятельствах. Самовнушение является в сущности самогипнозом, т.е. гипнотизацией пассивного разума разумом активным. В этом можно видеть пример того, что каждый человек – свой собственный гипнотизёр.

Четвёртый способ – *поглощение мысли* – заключается в том, что вы приводите самих себя в совершенно пассивное состояние, делая частые промежутки и напряжённо сосредоточивая свой разум на идее, или психическом понятии о том, что новая мыслительная привычка *уже* существует; представляя себя при помощи своего воображения человеком, уже обладающим желательными качествами, вы должны сохранять эту мысль постоянно; вы всегда должны представлять себя обладающим желательной привычкой в каждый свободный момент, днём и ночью, стараясь при этом всеми способами укреплять в себе это убеждение. В этом выражается настоящее действие пассивного разума, поддерживаемое воображением. Оно кажется очень простым, достигаемые же благодаря ему результаты чуть ли не граничат с чудесами. Этот способ является одним из наиболее лёгких и наиболее действительных для выработки характера. Воображаемые вещи становятся реальными в сравнительно короткий промежуток времени, так как результаты следуют непосредственно за исполнением.

На наш взгляд, сочетание самовнушения и поглощения мысли представляет идеальный способ для формирования характера. Если настойчиво применить его, то за сравнительно короткий срок получатся прямо-таки замечательные результаты, действие же этого способа обнаруживается сразу. Не нужно пренебрегать

им, исходя из того, что он кажется очень простым: на самом деле он отнюдь не прост. Он представляет собой тайну, которая должна быть для вас дороже тысячи долларов; вы никогда и ни за какие деньги не пожелаете расстаться с ней, если только хоть раз испытаете её благодетельные дары. Теперь мы намереваемся дать вам краткое объяснение различных ранее упомянутых способов.

Воспользуемся как примером мыслью боязни. Она может служить блестящим примером дурной мыслительной привычки, так как приносит нашим жизненным обязанностям более вреда, чем все остальные дурные мысли, вместе взятые, и одновременно с тем она вызывает дурные расслабляющие мыслительные привычки, с которыми находится в тесном родстве. Тот человек, которому удалось с корнем вырвать эту отвратительную мысль боязни или страха, сделал уже большой шаг к свободе. Мысль боязни никому ещё не оказала пользы и не окажет; но зато она испортила карьеру тысяч мужчин и женщин, парализуя их энергию, мешая их успехам, ослабляя их ум и подрывая их здоровье. Мы все её чувствовали, и те из вас, которые освободились от неё, ни под каким условием не пожелают снова вернуться к ней в рабство. Жизнь принимает совершенно другой вид у человека, который с корнем вырвет эту сорную траву. У него является совершенно иная цель существования. Многое из того, чего мы боимся, никогда не происходит; то же небольшое, что всё-таки происходит, может преспокойно быть устранено при помощи той силы, которая является к нам при отсутствии страха и боязни. Той энергии и жизненной силы, которая из-за страха бесследно пропадает, будет вполне достаточно, чтобы мы могли восторжествовать над действительными затруднениями, если только они явятся. Припомните рассказ об умирающем старике, который дал своему сыну хороший совет: «Джон, я прожил восемьдесят лет и имел очень много неприятностей, большая часть которых так и не осуществилась». Старик просто высказал то, что на опыте знают многие мужчины и женщины, дожившие до преклонной старости.* Вывод вполне очевиден.

* Да, очень многие из нас страдают от призраков, которыми пугливое воображение населяет завтрашний день. (И.Р.)

Мы делаем предположение, что вы являетесь жертвой страха (в этом мы, пожалуй, вряд ли ошибёмся), и намереваемся воспользоваться четырьмя различными способами для избавления от него. Мы предполагаем далее, что вы начинаете испытывать их все по очереди, один за другим.

Сначала вы примените первый – силу воли – и скажете самому себе: «Я не хочу бояться»; «Я приказываю страху исчезнуть». Это героическое средство. Мы не будем входить в подробности этого способа. Вы все достаточно знаете о нём. Вы все пробовали его.

После этого вы применяете действие *гипнотического внушения*; для этого вам следует пригласить опытного гипнотизёра; последний усадит вас в удобном положении, побудит ослабить все мускулы, успокоит ваши нервы и приведёт вас в состояние полного психического покоя; затем он отвлечёт ваше индивидуальное сосредоточенное внимание и сделает вам ряд настойчивых повторных внушений: бесстрашия, смелости, самонадеянности, уверенности и т.п. Опытный гипнотизёр обстоятельно ознакомится с каждым отдельным случаем и при помощи удачно выбранных и умело направленных внушений посеет семена новых мыслительных привычек, предназначенных устранить и заменить старые. Блестящие результаты получаются при пользовании этим методом. Автор настоящего руководства избавил этим способом многих лиц от дурных привычек мышления, когда те обратились к нему за помощью. Он употреблял этот метод, чтобы направить пациента на правильный мыслительный путь, внушить ему уверенность в самом себе и в действительности новой формы его духовного развития; при этом он, ознакомив пациента с теорией и практикой самовнушения и поглощения мысли, предоставлял окончание лечения ему самому.

Затем вы обращаетесь к помощи *самовнушения*; при этом вы постоянно мысленно повторяете: «Я не боюсь»; «Я уверен в самом себе»; «Я уничтожил боязнь»; «Я не чувствую страха» и т.п. Эти самовнушения вы должны делать вполне серьёзно, как если бы вы делали внушения другому лицу и старались вкоренить их в него. Укажите своему пассивному разуму, что вы уверены в том, что говорите, и тогда он окажет доверие вашим словам; считая

же их правильными, он последует им. Если вы будете применять этот способ уверенно и вполне серьёзно, то вы тотчас заметите его благотворное действие. Вы не должны забывать, что если пассивный разум тревожит ваше сознание боязливými мыслями, то вы должны удвоить свои уверения в безбоязненности, и мысль о страхе исчезнет. Вначале, конечно, вам будет трудно, так как мысли страха всегда встречают хороший приём, но подобно плохой собаке оне скоро узнают, что у вас имеется против них палка, и не замедлят удалиться. Никогда не забывайте мысли о собаке и палке, тогда вам не придётся иметь много беспокойства. Вы научитесь избегать мыслей страха подобно тому, как вы избегаете злых собак; вы будете уметь устранять их сильными ударами своей мысленной дубинки. Оне быстро убегут, поджав хвост, и на будущее время будут иметь в виду дубинку. Вы не должны дожидаться, чтобы оне на самом деле начали одолевать вас, а должны обязательно приниматься за дубинку при первой же их попытке напасть на вас.

Теперь, наконец, вы намереваетесь испытать действие способа *поглощения мысли*. Для этого вы приводите себя в способное к восприятию внушений пассивное состояние, таким же точно образом, каким вы пользовались, приготавливаясь к внушениям гипнотизёра. Чем пассивнее вы будете, тем лучше будут результаты. Говоря иначе, примите вполне пассивное состояние, как в духовном, так и в физическом отношении. Благодаря этому вы освобождаете активный разум от его обязанностей и предоставляете пассивному разуму неоспоримый над всем контроль. После этого вы сосредоточиваетесь на мысли «Я не боюсь» и на других ей подобных. Таким образом, вы представляете себя самому себе не чувствующим страха, отважным, обладающим духовным и физическим мужеством и как бы прогоняющим боязливые мысли при помощи ментальной дубины. Предоставляя полный простор для своего воображения, вы всё-таки должны придерживаться желательного образа мышления. Вы увидите, что здесь наибольшую ценность представляют упражнения в концентрации и сосредоточении. Вы должны постоянно мыслить о бесстрашии, действуя при этом вполне естественно. На наш взгляд, вы должны держать себя точь-в-точь как актёр, который

увлётся своей ролью. И воображаемый характер скоро станет действительным. После непродолжительной практики он станет вполне естественным и окажется как бы присущим вам.

Как мы уже ранее указывали, соединение поглощения мыслей и самовнушения является идеальным способом для образования характера. Мы предполагаем закончить настоящую лекцию несколькими упражнениями, которые окажут вам пользу при способе поглощения мысли. Не забывайте упражняться в упражнениях концентрации, так как вы обязательно должны выучиться им прежде, чем начнёте бороться со страхом. Начинать эту борьбу сию же минуту. Вырежьте себе немедленно дубину и дайте её острастку своему врагу. Удалив его с дороги, вы спокойно можете отдаться изучению настоящего предмета, не слыша уже более его воя и рычания.

Способ приобретения недостающей энергии, уверенности, настойчивости и тому подобных качеств является совершенно тождественным с тем, который указан для уничтожения боязливых мыслей; само собой разумеется, необходимо только изменять сообразно с каждым случаем слова самовнушения и подтверждения.

УПРАЖНЕНИЯ В ПОГЛОЩЕНИИ МЫСЛИ

I. Найдите уединённое, спокойное место, по мере возможности изолированное от всякого шума. Если будет невозможно создать идеальные условия, то, конечно, нужно остановиться на наиболее подходящих. Сущность дела заключается в том, чтобы устранить отвлекающие мысли и углубиться в самого себя.

II. Непринуждённо и комфортабельно расположитесь на диване, кровати или в удобном кресле; приведите свои мышцы в расслабленное состояние, устраните напряжение нервов и отбросьте всякое беспокойство. Делайте медленные и глубокие дыхания, задерживая при этом своё дыхание перед выдохом

на некоторое время; глубокие дыхания продолжайте до тех пор, пока у вас не наступит полнейшее спокойствие.

III. Всё своё внимание сосредоточьте на самом себе, устраняя при этом внешние впечатления. Упражнения в сосредоточении сделают вас к этому способным.

IV. Вызвав необходимое духовное и физическое расслабление, твёрдо, спокойно и упорно сосредоточьте свою мысль на слове «бесстрашие», предоставляя ему возможность запечатлеться в вашем уме подобно печати на сургуче. Вполне отдайтесь этой мысли и этому слову. Одновременно думайте о значении этого слова, о характеристических свойствах человека, обладающего этими качествами, и т.д.

V. Образуйте мысленный образ самого себя, как бы уже обладающего желательными качествами: поступайте совершенно так же, как вы действуете в мечте; представляйте самого себя как бы уже нечто делающим вследствие обладания данным качеством; воображайте себя в общении с другими людьми, мужчинами и женщинами, как бы уже владеющим известным качеством. Вообще отдавайтесь представлениям, что вы уже приобрели желаемое качество. Предоставьте полный простор своему воображению, следя, однако же, чтобы оно не уклонялось от желательного направления, а было всё время направлено на картины вашей успешной деятельности. Все свои мечтания всегда заканчивайте решительной мыслью: «Я есмь». Последнее придаст вам двойную силу и уверенность. На деле гораздо лучше попеременно заменять представления о новых качествах идеями и утверждением «Я есмь».

Повторяйте как можно чаще эти упражнения. Они подобны капле, которая в конце концов может продолбить камень. Повторяемые мысли принимаются и начинают быстро расти. Полезно проделывать эти упражнения, когда вы направляетесь спать, а также во время бессонницы, если вы ею страдаете. Упражнение не только не будет

препятствовать наступлению сна, но даже ускорит это наступление. Если у вас при этом появится сонливость, то не противьтесь ей, так как впечатление, с которым вы заснёте, сохранится и будет продолжать действовать и во время сна.

В данных упражнениях мы пользовались словом «бесстрашие» и соответствующими ему мыслями для того, чтобы дать более ясное представление о процессе поглощения мыслей. Вы, конечно, понимаете, что вам придётся употреблять слово, выражающее качество, которым вы желаете обладать. Если вы намереваетесь избавиться от нежелательного качества, то вы должны выбрать слово, обозначающее противоположное понятие. Если, например, вы склонны к бездействию, то изберите слова «деятельность», «активность», «энергия» и т.д. в том же роде. Вы не должны забывать, что когда мы желаем осветить помещение, то нам вовсе нет нужды бороться с мраком; мы просто поднимаем шторы и впускаем свет, если дело происходит днём, или включаем лампу, если вечером, благодаря чему темнота исчезает. Не мучайтесь над нежелательными мыслями, но сосредоточьтесь над мыслями им противоположными – и положительное желание вытеснит или нейтрализует отрицательное. Не приходите в отчаяние, если результаты не так скоро получатся, как вы того желаете. Помните, что они обязательно явятся со временем. Для этого вам необходима только постоянная практика. Дух можно развить точно так же, как и мускулы, при помощи тех же самых способов, то есть при помощи продолжительных упражнений.

Вы имеете теперь средство к устранению своих недостатков. Если вы и сейчас не воспользуетесь их благодетельными, то причина будет заключаться попросту в том, что вы не очень-то этого желаете. Если вы обладаете сильным желанием избавиться от каких-то недостатков своего характера, то вы это сделаете; если же у вас сильное желание отсутствует, то мы ничем не можем помочь вам. Если вы предпочитаете променять своё благородное и блистательное право духовного всемогущества за минутное спокойствие, то это, повторяем, ваше дело. Вы сами себе господин и можете делать из себя всё, что вам угодно.

* * *

Глава Тринадцатая

ИСКУССТВО СОСРЕДОТОЧЕНИЯ

Определение понятия. – Его явное и тайное значение. – Ценная способность. – Мысль в единении с делом. – Преднамеренная сосредоточенность. – Достижение её. – Её преимущество. – Большая продуктивность работы. – Средство получить лучшие результаты. – Устранение возможности пасть духом. – Зависимость от самого себя. – Не следует пугаться неудач. – Должно меньше бездельничать. – Отнятие от работы неприятной тяготы. – Совет против упадка духа. – Сосредоточенность сначала даётся нелегко. – Простой опыт. – Преимущества сосредоточенности. – Устранение напрасной траты энергии и труда. – Сосредоточение внимания. – Сосредоточение мысли. – Действительное указание против истощения духовного и физического. – Наставление. – Условия сосредоточенности.

В обыкновенном разговоре мы часто употребляем слово «сосредоточение» (концентрация) в смысле «соединения» или «уменьшения в объёме и увеличения в силе» или, наконец, «сгущения». Во избежание неправильного понятия мы предупреждаем, что используем здесь термин сосредоточение (концентрация) в смысле *сосредоточения в общем центре* (или фокусе). Вы ни в коем случае не должны забывать значения слова «сосредоточивать», то есть *соединять в центре*.

Слово «сосредоточивать» имеет явное, или обыкновенное, значение и тайное, или скрытое, когда пользуются им в связи с упражнениями духовных сил. Явное значение состоит в сосредоточении разума на какой-либо отдельной мысли или действии при подавлении при этом всех внешних мыслей и впечатлений. Тайное значение сосредоточения заключается в сосредоточении ума на собственном «Я», на «*Я есмь*»; при этом все мысли, относящиеся к материальному телу или организму, устраняются, и всё внимание направляется на высшие области духа. Первый (экзотерический) способ сосредоточения (концентрации) является

очень ценным приобретением для человека в его повседневной жизни; второй (эзотерический, духовный) способ является очень ценным для тех, кто желает узнать более о своём истинном «Я» и стремится открыть тайны бытия. В настоящей лекции мы будем говорить лишь о практической стороне сосредоточения, так как это составляет цель нашего руководства. Однако мы дадим читателю некоторые объяснения и о скрытом (эзотерическом) роде, чтобы он знал, как следует поступать, если представится случай.

Искусство сосредоточения на какой-либо мысли или деле является одной из наиболее желательных способностей, находящихся в распоряжении человека. Мы уже говорили о преимуществе «отдаваться делу всей душой», «приниматься только за одно дело и хорошо его выполнять» и т.п. Мы все знаем о художнике, который объяснял блестящее исполнение своих произведений тем, что он «примешал ум в свои краски», и о рудокопе, который «вложил немного ума в свою кирку».

Мы сознаём, что самая простая работа может быть лучше выполнена, если мы сконцентрируем на ней мысли. Работники отличаются друг от друга в зависимости от того интереса, который они вкладывают в дело. Человек, который «интересуется своим делом» и который находит нравственное удовольствие в своей обычной работе, является таким лицом, которое лучше всего выполняет работу; благодаря этому он будет чувствовать себя счастливым. Тот же человек, который постоянно поглядывает на часы и «бросает своё дело при звуке гудка или звонка», представляет собой не более как простую машину и никогда не поднимается выше уровня автомата, если только он не изменит своей точки зрения на работу. Человек, который «думает своими руками», всегда найдёт работу. Он представляет собой серьёзную ценность, и многие предприниматели ищут его. Когда же наша молодёжь научится наконец ценить этот факт?

Хорошо, но какую связь имеет всё это с сосредоточением (концентрацией)? – спросите вы. Именно ту, что интерес и ум, которые вкладывает человек в свою работу, представляют собой результат добровольного сосредоточения. Человек, который пользуется сосредоточением в своей обычной жизни, устраняет от

себя отвлекающие его впечатления и отдаёт свои лучшие духовные силы труду; благодаря этому он исполняет более плодотворную работу; кем бы он ни был: подёнщиком, архитектором, клерком, поэтом, художником или банкиром. Каждый человек, который «пользуется успехом», развил в себе искусство сосредоточения. Может быть, он и не сознаёт этого, но всё же он развил это искусство. Вообще *каждый человек, который разовьёт в себе искусство сосредоточения, «достигнет всего»*. Попробуйте – и вы убедитесь. Почему? – вы увидите это сами; результаты не замедлят появиться. Когда вы упорно и твёрдо концентрируете на каком-либо предмете свою мысль, то вы очень удачно исполните свою работу; если же вы её хорошо выполните, то получите должное вознаграждение; при этом вы должны сознавать своё предназначение и не навязывать себе при помощи самогипноза мысли о том, что вы червь земной и ни на что не способны.

Когда ваша работа окажется превосходной, то для вашей деятельности откроется широкое поле; если же ваш нынешний хозяин не оценит вас, то найдутся многие другие, которые пожелают воспользоваться вашим трудом. *Но вы, конечно, должны делать дело*, не забывая этого. Не найдётся ни одного столь глупого человека, который стал бы вам платить за то, что вы ничего не делаете. О, нет, он не будет действовать таким образом, ведь он и сам ничего не «достиг бы», поступай он так. В то же время он не допустит, чтобы вы променяли его работу на работу у его конкурента, если вы будете превосходно выполнять своё дело; ну, а работа ваша окажется превосходной, если только вы углубитесь в дело и сосредоточитесь; если же вы падаете духом вследствие того, что вам кажется, будто у вас не будет успеха в вашем деле, то вам обязательно следует научиться способу сосредоточиваться и регулярно упражняться в нём; всё дело теперь в ваших руках, сделайте небольшое усилие, вложите побольше энергии, соберите всё своё мужество. Вы безусловно достигнете чего-нибудь, если преодолеете временное сопротивление.

Не теряйте напрасно времени в жалобах на «притеснение капитала» и в прочих разлагательствованиях того же рода. Если вы сделаетесь «сосредоточенным» человеком, то капиталу скоро

самому потребуются ваши услуги и ваша работа. Разве вы не можете этого понять? Конечно, можете. А коли так, то прекратите бродить вокруг да около и принимайтесь серьёзно за работу. Принимайтесь скорее. Если вы будете отказываться принимать предлагаемые вам денежные средства, то вы окажетесь ни на что негодным человеком. Но кто в этом виноват? Если человек настолько беспечен, что не желает спасти себя, предоставьте его его участи; он получит то, что следует. Некоторые из вас, наши читатели, к сожалению, нуждаются в человеке с увесистой дубиной, которой он поднял бы вас, нанося вам сильные удары всякий раз, как вы над чем-нибудь замешкаетесь или предадитесь праздным мечтам. Бросьте же бездельничать и принимайтесь за работу. Многие люди проводят своё время в мечтах о будущем, о той поре, когда у них настанет вечный праздник. Они знают при этом, что их считают дураками. Вся природа находится в движении, и Господь Бог созидает постоянно; мы убеждены, что когда вы, окончив свой путь на земле, переправитесь на другой берег, то наткнётесь там на следующую надпись: «Бездельничать не позволяется». Если вы чувствуете интерес к своей работе, то она утратит характер тяжкой обязанности. Принимайтесь же за дело и начинайте работать для того, чтобы избавить себя от нищеты и несчастья. Беритесь за дело, и беритесь теперь же.

Человек, который обладает способностью сосредоточиваться, имеет в своих руках верное средство против неудач. Какое же? Он имеет возможность устранять неприятные мысли и сосредоточивается на более возвышенных предметах. Вы не должны говорить, что вы не можете этого сделать. Если вы приобрели «навык», то вы будете *способны* справиться. Тысячи людей нашли в этом радикальное средство против неудач, отчаяния, страха, боязни и т.п. Попробуйте его и вы. Учтите, что жизнь явится для вас в совершенно ином свете. Применяйте в своей работе сосредоточенность – и вы будете так хорошо себя чувствовать, что едва ли пожелаете иметь в числе своих родственников президента. Испробуйте этот способ – и вы будете ощущать «движение жизни» вокруг себя и будете благодарить Бога за то, что живёте, вместо того, чтобы проклинать день своего рождения. Вы будете лучше

выполнять свою работу; вы будете лучше себя чувствовать; и вы сами станете лучше. Разве всё это не стоит того, чтобы попытаться?

Может быть, вы предполагаете, что знаете кое-что о сосредоточении (концентрации). Хорошо, пусть будет так; покажите же свои знания. Возьмите карандаш и постарайтесь очинить его как можно лучше. Время в вашем распоряжении, выполните только эту работу самым лучшим образом. Теперь посмотрите, в состоянии ли вы сосредоточиться на очинке карандаша и *устранить при этом все посторонние мысли*. Постарайтесь посвятить работе всю свою энергию и мысль для лучшего её выполнения. Пусть на некоторое время целью вашей жизни будет хорошо очиненный кончик карандаша. Прекрасно, как вы себя чувствуете? Очень трудная работа, не правда ли? Да, надо полагать. Вам нужна практика, молодой человек. Вам надо много упражняться, юная леди. Возьмитесь за указанные в этой лекции упражнения и проделывайте их до тех пор, пока вы не будете в состоянии сделать *что-нибудь*, безразлично, что бы оно ни было, не позволяя своим мыслям отвлекаться в сторону. Каждый в состоянии сосредоточиться на приятной работе; но если дать ему неприятное и однообразное дело, то вы убедитесь, что его мысли будут отвлекаться от дела совершенно от него независимо; всё это будет продолжаться до тех пор, пока он не научится сосредоточиваться при помощи силы воли. Способность сосредоточиваться на неприятной, невыносимой и однообразной работе является пробным камнем. Если вы преодолеете это затруднение, то можете быть уверены, что проломили брешь в области бесплодных усилий и ненужных движений. При помощи концентрации вы будете способны сосредоточивать своё внимание, мысль и энергию на определённом предмете, и благодаря этому достигать по мере возможности лучших результатов. Лучи солнца, собранные зажигательным стеклом в точке фокуса, нагревают эту точку гораздо сильнее, чем обыкновенные лучи того же источника, того же напряжения и той же теплоты. Так же обстоит дело и с вниманием. Рассейте его – и вы будете иметь заурядные результаты; но если фокус его будет находиться на вещи, которую нужно сделать, вы получите изумительный подъём

энергии. Сосредоточивающийся человек концентрирует своё внимание и силу мысли на одном предмете; результат выражается в том, что каждое его действие, произвольное и непроизвольное, направляется к достижению цели.*

Как мы уже говорили в предыдущей лекции, человек может достичь всего, чего он ни *пожелаёт*, если только он непреклонно *желает*. Если его энергия сконцентрирована на одном предмете и всё остальное устранено, то вызванная и сконцентрированная сила безусловно *должна* вызвать известные результаты.

Из всего вышесказанного можно сделать следующий вывод: «Что бы вы ни делали, прилагайте ко всему всю свою силу. Всё делайте *как следует*. В одно и то же время делайте что-нибудь одно, но исполняйте дело безупречно».

Для того, чтобы получить наилучшие результаты от мыслительной силы согласно данным в предыдущих лекциях объяснениям, вам безусловно необходимо приобрести искусство сосредоточения. Сосредоточивая свои мысли, вы увеличиваете их напряжённость; в этом вы можете убедиться даже после минутного размышления. Исполняя упражнения предшествующей лекции, вы обязательно должны соединять их с упражнениями в концентрации. Эти упражнения, конечно, так или иначе являются скучными и монотонными, но всё же необходимо отрабатывать их до полного совершенства. Вы получите награду за свой труд; она выразится в постоянном увеличении ваших способностей к сосредоточению; увеличение это обнаруживается уже с первого раза.

И есть ещё кое-что, о чём мы желаем с вами поговорить прежде, чем вы перейдёте к упражнениям, именно: нам следует

* Свами Вивекананда в своей «Раджа-Йоге» по аналогичному поводу говорит следующее: «Как иначе, если не концентрацией силы разума были достигнуты все виды знаний во всём мире? Мир готов раскрыть свои секреты, если только мы знаем, как постучать, как нанести нужный удар. Мощь и сила удара достигаются сосредоточением. Нет предела силе человеческого разума, и чем он более сосредоточен, тем большая мощь прилагается к одной точке. В этом и заключается секрет успеха». (Примеч.Й.Р.)

указать вам на преимущества концентрации как средства для духовного и телесного отдыха. Будь это единственным результатом предложенных упражнений, то и тогда стоило бы позаботиться о его приобретении. Предположите, что вы страшно утомились вследствие физического или умственного труда, изнервничались и нуждаетесь в отдыхе. Если вы ляжете, то мысли, занимавшие ваш ум, снова вернутся, будут беспокоить вас и не позволят вашему уму обрести необходимый покой. Каждая мысль заставляет работать и приводит в действие известные группы мозговых клеток; остальные клеточки в это время находятся, конечно, в покое. Само собой разумеется, что единственным средством для того, чтобы дать полный отдых той группе мозговых клеток, которая окончательно утомится от усиленной деятельности, является сосредоточение мыслей в совершенно другом направлении; благодаря этому утомлённые клеточки устраняются от работ, но всё ещё продолжают некоторое время возбуждённо вибрировать под влиянием сообщённой им силы движения. Когда вы сосредоточиваетесь на новой мысли, вы освобождаете старые клетки от прежней работы и предоставляете им необходимый отдых. Эти клетки жаждут работы и стремятся возвратиться к ней помимо вас; но когда вы достигнете успеха в искусстве концентрации, то будете уметь управлять ими. Без сомнения, вы помните, что когда ваш ум чувствовал переутомление от трудной дневной деятельности, вы принимались за чтение интересной книги; последняя так увлекала вас, что ваши перевозбуждённые дневной работой мозговые клеточки временно прекращали свою деятельность, и по окончании книги вы чувствовали себя вполне свежим, несмотря на то, что чтение книги само по себе является для ума отнюдь не лёгким упражнением. Такова теория. Теперь вам следует применить её на практике – и тогда вы не будете иметь никакого основания жаловаться на умственное переутомление. Вы будете обладать способностью воспринимать, устранять мысли и менять их как платье по своему желанию.

Теперь нам пришло время дать вам несколько практических упражнений, дабы вы могли развить в себе силу сосредоточения. В конце настоящей главы мы желали бы снова напомнить вам,

что существенный принцип сосредоточения заключается в *концентрировании внимания на одной определённой мысли или действии*. Каждое упражнение, которое содействует укреплению способности устранять при помощи силы воли несущественные мысли, обладает известной ценностью; помимо того, данные здесь упражнения должны служить образцом для других, которые вы можете придумать сами.

* * *

Глава Четырнадцатая

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПРИОБРЕТЕНИЯ СОСРЕДОТОЧЕННОСТИ

Устранение внешних впечатлений. – Устранение невнимательности. – Развитие силы воли. – Подчинение тела разуму, а разума воле. – Подчинение мускульных движений волевому контролю. – Трудность достижения подобного состояния. – Спокойное состояние. – Развитие хладнокровия. – Приобретение физического и духовного обаяния. – Примеры. – Уничтожение дурных привычек и приобретение изящных манер. – Сознательное внимание. – Ряд упражнений для его развития. – Советы к упражнениям. – Сосредоточение внимания к какому-либо из окружающих предметов. – Общие разъяснения. – Рекомендации к упражнениям.

ПЕРВАЯ СЕРИЯ УПРАЖНЕНИЙ

Первейшее условие концентрации заключается в умении устранять посторонние мысли, звуковые и зрительные впечатления, уничтожать невнимательность и получать полный контроль над телом и разумом. Тело обязательно должно находиться под непосредственным контролем разума, а разум под непосредственным контролем воли. Воля сама по себе является достаточной силой, но разум безусловно имеет нужду в укреплении при помощи непосредственного воздействия воли. Разум, укрепленный волевыми импульсами, является более могучим выразителем мыслительных вибраций; последние, в свою очередь, имеют более значительную силу и оказывают более сильное действие.

Настоящие упражнения мы желаем начать с физического развития, благодаря чему тело немедленно будет подчиняться приказаниям разума.

Первое упражнение, – его обязательно следует научиться выполнять в совершенстве, прежде чем перейти к последующим, –

выражается в контролировании мускульных движений. На первый взгляд, оно может показаться очень простым, но уже незначительный ряд попыток ясно покажет вам, что вы должны ещё многому научиться. Следующие упражнения окажут вам существенную пользу при приобретении вами полного контроля над мускулами.

I. Спокойное сидение. Это нелёгкое дело. Оно является прежде всего испытанием вашей способности сосредоточиваться, задерживать невольные мускульные движения; после небольшой практики вы будете способны спокойно сидеть, не двигая мускулами, пятнадцать и более минут. Самый лучший способ для этого состоит в следующем: сядьте в удобное кресло, займите удобное положение, ослабьте все мускулы и постарайтесь сохранять полнейшее спокойствие в течение пяти минут. Продолжайте проделывать это упражнение до тех пор, пока не будете способны очень легко выполнять его; затем увеличьте время до десяти минут; после того, как вы научитесь сохранять спокойствие в течение десяти минут, продлите время до пятнадцати минут; этого времени будет вполне достаточно. Вы не должны переутомлять себя как этим, так и каким-либо другим упражнением. Лучше всего упражняться понемногу; но как можно *чаще*. Имейте в виду, что вы отнюдь не должны сидеть в оцепенелом положении; не должно быть ни малейшего напряжения мускулов; вам следует совсем их ослабить. Подобный способ ослабления очень полезен в тех случаях, когда вы пожелаете хорошо отдохнуть после утомительного напряжения. В нём заключается идеальное «лечение отдыхом», которое можно производить сидя в кресле или лёжа в постели или на диване.

II. Сядьте прямо (выпрямившись) в своём кресле; поднимите голову, выставьте вперёд подбородок и отодвиньте назад плечи. Протяните правую руку в горизонтальном направлении направо на одном уровне с плечом. Поверните голову и направьте пристальный взгляд на свою руку; держите её в выпрямленном

положении в течение одной минуты. Прodelайте то же самое с левой рукой. Когда вы будете способны в совершенстве выполнять это упражнение, увеличьте время до двух минут, затем до трёх и так далее до тех пор, пока не будете способны сохранять подобное положение в течение пяти минут. Ладонь руки при этом должна быть обращена книзу, так как это наиболее лёгкое положение. Направляя взгляд на кончики пальцев, вы всегда будете в состоянии определить, сохраняет ли ваша рука вполне спокойное положение.

III. Наполните рюмку водой вплоть до краёв и возьмите её пальцами; вытяните правую руку прямо перед собой. Устремите глаза на рюмку и постарайтесь настолько спокойно держать руку, чтобы невозможно было заметить колебания воды. Начинайте это упражнение с минуты и постепенно увеличьте его до пяти минут; здесь будет граница; упражняйтесь попеременно правой и левой рукой.

Комментарий. В своей повседневной жизни по возможности избегайте натянутого, напряжённого состояния мускулов; особенно, когда чувствуете расположение к покою. Постарайтесь приобрести уравновешенные манеры и походку. Выработайте приятное обращение и самообладание взамен нервозности и крайне озабоченного вида. Умственные упражнения принесут вам пользу при выработке умения держать себя и обходиться с окружающими. Перестаньте отбивать «такт» пальцами по столу или подлокотнику кресла – подобные действия указывают лишь на отсутствие контроля над самим собой. Не топайте ногами и не болтайте ими, когда говорите или сидите. Вы не должны раскачиваться в качалке подобно поршню в машине или маятнику в часах. Не грызите ногтей и не кусайте губ; не щёлкайте языком во время чтения, занятий или письма; не моргайте глазами, устраните привычку вздрагивать или подёргивать какой-нибудь частью тела; привычки обыкновенно делаются второй натурой. Вы легко можете их уничтожить при помощи «перенесения мысли» и упражнений в концентрации. Приучите себя спокойно

и хладнокровно относиться к звукам, которые до настоящего момента заставляли вас вздрагивать; например, к хлопанию быстро закрытой двери, к падению книги или какой-нибудь другой вещи, к скрежету по металлу или по стеклу и т.п. Вообще крепче держите себя в руках. Указанные упражнения окажут вам существенную пользу в приобретении того, что вы желаете.

ВТОРАЯ СЕРИЯ УПРАЖНЕНИЙ

Вышеприведённые упражнения дадут вам умение управлять невольными мускульными движениями и благодаря этому подчинять ваше тело контролю над произвольными функциями. Следующие же упражнения предназначаются для того, чтобы подчинить ваши произвольные мускульные движения *непосредственному* контролю, или, говоря иначе, для того, чтобы развить духовные способности, вызывающие произвольные мускульные движения.

I. Сядьте прямо перед столом, положите на него руки и сожмите кулаки, повернув их при этом ладонями вверх таким образом, чтобы большой палец находился на других. Устремите свой взор на правый кулак; после этого постепенно отодвигайте большой палец, сосредоточивая всё своё внимание на этом действии, как будто бы это имеет для вас большое значение. Затем медленно вытяните (разогните) указательный палец, после него второй и так далее вплоть до последнего. Затем сделайте наоборот; сначала загните мизинец и продолжайте загибание пальцев далее, пока кулак не примет своего прежнего вида; при этом большой палец будет лежать на остальных пальцах сверху. Прделайте то же самое с левой рукой. Повторите это упражнение пять раз во время одного сеанса, впоследствии вы можете прделывать его до десяти раз.

Комментарий. Это упражнение вызовет у вас «утомление», но вам следует настойчиво повторять его, так как оно, развивая ваше

внимание и направляя его на простые и однообразные действия, очень важно для вас; кроме этого, оно даст вам непосредственный контроль над всеми мускульными движениями. Вы очень скоро почувствуете то благотворное влияние, которое окажут на вас эти простые и, с виду, неважные упражнения. Вы не должны ни на секунду упускать из внимания сгибание и разгибание пальцев. В этом заключается вся суть. Если вы пренебрежёте данным правилом, то тем самым утратите всю пользу от проделывания упражнения.

II. Это упражнение с виду напоминает старую шутку, которую часто можно видеть среди крестьян и людей простодушных; речь идёт о вращении больших пальцев. Вся разница в том, что вы проделываете это теперь не машинально, а с полным сосредоточением. Поместите пальцы одной руки в промежутки между пальцами другой; большие пальцы оставьте свободными. После этого медленно начните вращать один большой палец вокруг другого, одновременно сосредоточив всё своё внимание на кончиках больших пальцев.

III. Положите правую руку на колено, сжав все её пальцы (за исключением указательного, вытянутого вперёд) в кулак; затем начните медленно водить указательным пальцем из стороны в сторону, сосредоточив всё своё внимание на его кончике.

Комментарий. Подобные упражнения можно, конечно, видоизменять до бесконечности; поэтому для отыскивания всё новых и новых дальнейших упражнений вы должны обратиться к своей изобретательности; главная идея заключается в том, что упражнение должно состоять из нескольких простых, обычных, *монотонных* мускульных движений, причём всё внимание сосредоточивается на движущейся части тела. Ваше внимание будет возмущено и восстанет против подобного насилия; оно будет всеми возможными способами стараться избавиться от такого рабства. Здесь-то и является необходимость в выдержке; вы должны настоять, чтобы ваше внимание выполнило свою

работу от начала до конца и не отвлекалось на более интересные впечатления и занятия. Рассматривайте самого себя как строгого школьного учителя, своё же внимание — как шаловливого подвижного мальчика, которому наскучило сидеть за книгой и который бросает украдкой взоры через окно и дверь на более привлекательные посторонние явления. Вы должны удерживать мальчика за книгой, зная, что это будет лучше для него, несмотря на то, что он сам теперь ещё не может понять этого. Несколько времени спустя вы убедитесь, что вы гораздо лучше можете управлять своими мускульными движениями, манерой держаться и ходить; одновременно вы заметите увеличение силы своего внимания и концентрации в ваших обыденных делах; последнее же создаст вам значительные преимущества.

ТРЕТЬЯ СЕРИЯ УПРАЖНЕНИЙ

Этот род упражнений служит для того, чтобы помочь сосредоточить своё внимание на некоторых материальных предметах, не составляющих части вас самих. Для примера даём одно упражнение, остальные вы вольны придумать себе сами.

I. Возьмите какой-нибудь неинтересный предмет, например, карандаш, и сконцентрируйте на нём всё своё внимание в течение пяти минут. Пристально смотрите на него; думайте о нём; поворачивайте его; исследуйте его; думайте о его употреблении; о его качествах; о материале, из которого он изготовлен; о процессе его производства и т.д. Не думайте ни о чём другом, кроме карандаша. Вообразите себе, что изучение этого карандаша составляет для вас жизненно важную задачу. Представьте себе, что во всём мире нет ничего, кроме вас и карандаша. «Один лишь мир, и в нём существуют только карандаш и я». Не позволяйте своему вниманию отвлекаться от карандаша, ваша задача приковать его к нему.

Комментарий. Это упражнение наглядно демонстрирует вам, что ваше внимание представляет собой весьма лукавое создание; вы не должны допускать, чтобы оно ускользнуло от вас. Всё это очень утомительно для него, но служит к его же пользе, поэтому направляйте его.

Когда вы окончательно овладеете вниманием и вполне подчините его себе, то тем самым одержите громадную победу, в чём вы скоро и убедитесь. Со временем, в дальнейшей своей жизни, когда вам нужно будет сосредоточивать на чём-нибудь внимание, вы будете благодарны нам за то, что мы указали вам это упражнение.

Это упражнение может изменяться до бесконечности, однако суть всегда в том, что для сосредоточения внимания следует выбирать какой-нибудь неинтересный и обыкновенный предмет. Вы не должны выбирать интересный предмет, потому что для сосредоточения на нём *не требуется никаких усилий*.^{*} Для вас

^{*} В этом принципе заложена весьма глубокая жизненная философия. Жизнь устроена так, что постоянно требует от нас усилий и напряжения сил. Соответственно, и мы устроены таким образом, что представляем собой продукт реакции на эти требования жизни. Мы всего добиваемся и в себе самих, и во вне лишь путём приложения усилий и, в конце концов, понастоящему ценим лишь то, на что затратили свои усилия; лишь то, что стоило нам определённых жертв. В полном согласии с этим, величайшее сокровище, когда оно «падает нам с неба», т.е. достаётся без усилий, не имеет в наших глазах никакой цены.

Особенно важно здесь то, что наше развитие и развитие наших способностей также происходит за счёт прилагаемых нами усилий. Поэтому древнекитайская мудрость и обращается к нам с вопросом: «Научился ли ты радоваться препятствиям?»

Нет ничего ошибочнее и пагубнее тенденции современного «цивилизованного» уклада жизни, который стремится освободить человека от всяких умственных усилий (каковые на самом деле суть лишь упражнения для нашей умственной способности), дабы переложить всё это на компьютер.

Если эти усилия берёт на себя компьютер, то развивается он, а не наша голова – это применительно ко взрослым. С детьми ситуация го-

необходимо только то, что требует как бы работы от внимания; чем неинтереснее предмет, тем более работы и тем более пользы от упражнения. Вся трудность этого упражнения заключается в том, что вы будете уклоняться от существенного; постоянная концентрация внимания на неинтересных предметах в конце концов вызовет – в видах самозащиты – интерес к тем предметам, на которых вы уже сосредоточивались. Когда, однако, у вас явится такое состояние, вам придётся совсем немного поупражняться для того, чтобы стать способным сосредоточивать своё внимание на чём угодно и когда угодно.

Вышеприведённых упражнений для ваших целей окажется вполне достаточно; при этом мы, конечно, предполагаем, что вы будете их видоизменять, пользуясь для этого собственными воображением и фантазией. Вы можете практиковаться на каком-либо предмете из своей повседневной жизни. Для подобной практики у вас не будет недостатка в материале, потому что главная идея окажется запечатлённой в вашей памяти.

Упражнения, данные в предыдущих лекциях, могут теперь проделываться с большим пониманием, так как вам уже известна та польза, которую можно получить от сосредоточения. Вы сможете лучше пользоваться «применением мысли» и посылать во время внушений и мыслительных процессов больше энергии. Для ваших упражнений со взглядом наступит новая фаза, так же как и для упражнений с телепатическим хотением и т.д. Вы будете способны устранить дурные привычки и вместо них приобрести хорошие. Вообще с приобретением искусства концентрации вы будете в состоянии всё делать гораздо лучше, чем прежде. Вы

раздо ужаснее: компьютер оказывается паразитом детского сознания, который лишает психику ребёнка жизненно насущных упражнений. В результате полноценной личности из ребёнка не формируется, из него вырастает лишь слабоумный идиот, неспособный ни на какое усилие, ни на какое сосредоточение внимания.

Родители, вы убиваете душу своих детей, позволяя им играть с компьютером! Вы выращиваете племя глубоко несчастных психических инвалидов. Вопрос дальнейшего выживания нашей расы в огромной мере зависит от осознания людьми только что указанной истины. (Й.Р.)

приобретёте полный контроль над своим духом и телом и увидите, что являетесь теперь господином своих страстей, а не рабом их. *Сила, которую вы приобрели над самим собой, выразится в умении управлять другими.* Для человека, который победил самого себя, не встретится затруднений подчинить своей воле других. Продолжайте упражняться в концентрации и в развитии зависимости разума от воли и вы сделаетесь настоящим гигантом в сравнении с теми людьми, которые не обладают этой силой. Пробуйте свою силу воли над самим собой различными способами до тех пор, пока у вас не явится уверенность, что вы уже приобрели над собою власть. Не удовлетворяйтесь ничем другим. Когда же вы достигнете этого, то вам будет принадлежать не только власть над другими, но и весь мир.

* * *

Глава Пятнадцатая

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Истина и её восприятие. – Напоминание великой истины. – Развитие скрытых (тайных) сил. – Материальная сторона. – Сокровенная сторона. – Знание законов духа ведёт к хорошим результатам. – Самопознание. – Литература, занимающаяся переливанием из пустого в порожнее. – Незначительное количество ценных сведений среди массы бессодержательного материала. – Знание, основанное на практике, встречается весьма редко. – Такое знание исключительно ценно. – Наставление для стремящихся к истине. – Значение внутреннего пламени. – Динамическая сила и её помощь. – «Я есмь». – Новые решения. – Новые силы. – Братство народов. – Самоуважение. – Устранение обмана со стороны окружающих. – Уничтожение внутренней злобы. – Изречение древнего мудреца. – Умелое пользование вновь приобретённой силой. – Указание великой истины. – Заключительный совет.

Мы сознаём, что те из вас, кто исполнял данные нами в предыдущих лекциях указания, должны были почувствовать в себе *индуктивную уверенность* в истине, заключающейся в изложенных здесь наставлениях. В настоящем сочинении определённого направления и характера мы могли только направить внимание своих читателей на веские факты, лежащие в основании науки о духе, дать им некоторое понятие о великой истине и ознакомить их с несколькими упражнениями, которые, если их добросовестно выполнять, дают возможность развить в себе свою скрытую силу. Всё остальное находится вне пределов настоящего сочинения, которое имеет целью дать популярные указания для развития и применения магнетизма личности и духовного влияния в делах повседневной жизни. Обыкновенный читатель удовлетворится практической стороной предмета и не будет чувствовать желания глубже проникнуть во внутреннюю, скрытую сторону дела. Тем же лицам, у которых явится желание ближе ознакомиться с делом

и понять его суть, мы можем предложить новые источники для приобретения знания, каковые мы намереваемся развить в нашем новом сочинении: «Закон нового мышления».

Даже не вдаваясь глубоко в предмет, мы можем сказать, что, на наш взгляд, рациональное понимание законов разума в связи с возвышенным образом жизни и поведением приводит человека к действительному сознанию своей индивидуальности, силы и могущества, разъясняя ему настоящую сущность и значение его «Я», «*Я есмь*». В познании своего «Я» уже заключается сознание новых обязанностей и средств к их осуществлению.

Посвятивший себя изучению того, что известно под именем «новой мысли», будет иметь в своём распоряжении громадную литературу, большая часть которой состоит, к сожалению, из пустых фраз и туманных рассуждений. Конечно, и там находятся зёрна мысли, но они завалены громадным количеством словесной мякины. Стремящиеся к идее встречают слова, слова и слова. Сочинений, касающихся этого вопроса, на которые действительно стоило бы потратить время, очень мало, и посвятивший себя изучению, увы, не знает, где их найти. Многие желали бы иметь *практичное* понятное сочинение по этому вопросу, и, само собой разумеется, на основании неизменного закона спроса и предложения сочинения подобного рода в скором времени, наверное, уже появятся. Ускорьте этот день.

Нам желательно сказать изучающему настоящее руководство ещё и следующее: не позволяйте себя обманывать при помощи разных «-измов» различным руководителям. Вы сами по себе владеете истиной, и она сделается со временем очевидной для вас, постепенно и естественно развёртываясь подобно цветку. Познание «*Я есмь*» окажет вам громадную пользу. Заключающееся в нём небольшое пламя распространит свет на все предметы и всё осветит.

Основательно и спокойно продолжайте свой жизненный путь. Суетливость не есть проворство; суета не является энергией; шумливость не служит выражением силы. Спокойные, хладнокровные, серьёзные и настойчивые люди достигают цели ранее своих собратьев, наделённых качествами противоположными.

Уверенность, ожидание и спокойное требование представляют страшно могучую динамическую силу; она поможет человеку разрешить массу проблем, если только он овладеет ею. Мудрец часто пользуется тем, чем глупец пренебрегает. Камень, который отвергают строители невежества, всегда кладётся во главу угла в здании мудрости.

Не пресмыкайтесь на земле подобно червяку; не валяйтесь в пыли и не призывайте Небо в свидетели того, какое вы отвратительное существо; не клеймите самого себя «несчастливым грешником», достойным лишь вечного осуждения. Нет! Тысячу раз нет! Воспряньте духом; поднимите голову и глаза к Небу; откиньте назад плечи; наполните лёгкие природным озоном. Затем скажите самому себе: «Я есмь часть вечного жизненного начала; я создан по образу и подобию Божию; я исполнен божественным дыханием жизни; ничто не может повредить мне, так как я составляю часть вечности».

Друг наш, идите своей дорогой, будьте непреклонны в своих решениях и тверды в своих новых стремлениях. Исполните свой долг сначала перед самим собой, затем перед своими ближними; признайте братство людей; осуществите на деле, что все люди являются вашими братьями (условное родство – но всё-таки родство). Не причиняйте вреда ближним своим, не позволяйте также и им причинять вам вред. Если вы будете поступать с ними вопреки своему чувству справедливости и совести, то вы повредите не только самому себе, но также оскорбите и их. Не вызывайте вражды и в то же время никому не позволяйте безнаказанно оскорблять себя. Если кто-нибудь ударит вас по щеке, то вы не должны подставлять ему другую, а наоборот, оплатите ему получше тем же. Не ударяйте его со злобой в сердце и не медлите простить ему, коль он снова придёт к вам. Учение о непротivлении неправильно понято; в нём вовсе не выражается, что должно быть всевыносящим существом подобно овце или зайцу. Нет, нет; когда вы позволяете какому-нибудь человеку оскорбить или обидеть себя, то вы поступаете неправильно *по отношению к нему*; ваш долг в отношении его требует, чтобы вы указали ему, «в какое положение он попал». Мы разумеем действительное нарушение

или вторжение в ваши права, а не призрачное оскорбление или воображаемый вред; в последнем случае вы впали бы в другую крайность. Не позволяйте ненависти ютиться в вашем сердце. Идите по жизни «с Божьей милостью в сердце и с хорошей здоровой ореховой дубинкой в руке». Не употребляйте дубинки для оскорбления (никогда не делайте этого), но пользуйтесь ею для самозащиты. Если вас защищает «броня правого дела» и если все будут видеть, что у вас есть самоуважение и вы не склонны к тому, чтобы стоять за глупость, то все отнесутся к вам с должным уважением. Для собаки, которая имеет уверенный, спокойный вид, представляется мало опасности получить пинок ногой со стороны прохожего; то же животное, которое дрожит и прячет свой хвост между ног, как бы ожидая удара, получает удар. Оно получает то, чего ожидает. Всё, что здесь относится к собаке, вполне правильно может быть применено и к человеку. Если вы точно будете исполнять советы и указания, заключающиеся в нашем небольшом наставлении, то вам нечего будет бояться получать удары. Однако, помните: не бейте первым собак, вы должны быть выше этого.

Древний мудрец в следующих словах выразил обязанности человека по отношению к окружающим (их следовало бы начертать золотыми буквами над дверями каждого дома): *«Не будьте несправедливы и воздайте каждому должное»*.

Если бы люди вполне руководились в своей жизни настоящими словами, то не было бы нужды в судьях, судах и тюрьмах; жизнь представляла бы из себя «одну длинную, приятную песню». Постарайтесь, со своей стороны, содействовать достижению подобного результата. Кроме того, мы предостерегаем вас от злоупотреблений своей новоприобретённой силой; не затапывайте дары духа в грязь; свободно, законным путём применяйте их для своего личного блага, никому ни в каком случае не причиняя никакого вреда.

Если вы ещё и не вполне уяснили себе значение того или иного наставления, данного в настоящем небольшом сочинении, то и тогда не беспокойтесь, так как со временем вы всё поймёте. Прочтите вновь те лекции, которые являются для вас наиболее трудными, и затем приведите своё тело и дух в расслабленное

состояние, *погрузитесь в молчание* – и новый свет распространится на вас. «Стучите и откроется вам; просите и дастся вам».

Теперь, дорогие друзья, мы с вами достигли распутия. Быть может, мы ещё встретимся с вами; если же нет, то давайте расстанемся с сознанием, что мы с вами не сделали хуже вследствие нашего короткого знакомства. Если мы оказали вам хотя некоторую пользу, пробудив в вас новые мысли, надежды и стремления, то постарайтесь осуществить их в своих делах и поступках.

Наша с вами небольшая прогулка вдоль берега шумного житейского потока доставила нам удовольствие, и мы думаем, что мы не заставили вас скучать и не вызвали сожаления о случайном знакомстве; будьте уверены, что *«ничто не происходит случайно»*.

Мы благодарим вас за ваше благосклонное внимание.

* * *

ОСНОВНЫЕ ФОРМУЛЫ АУТОТРЕНИНГА

КВИНТЭССЕНЦИЯ УЧЕНИЯ И.Г. ШУЛЬЦА

под редакцией Йога Раманантаты

ПРЕДИСЛОВИЕ

Из учения И.Г. Шульца, широко известного под именем *аутотренинга* (его можно рассматривать как Западный вариант Мантра-Йоги, её атеистический и механический аналог), мы берём здесь на вооружение только важнейшие формулы, которые рекомендуем рассматривать как *мантры*. Каждый может брать из них то, что ему нужно, и целеустремлённо над ним работать.

И.Р.

ОСНОВНЫЕ ФОРМУЛЫ:

Я совершенно спокоен. (1 раз).

Правая рука тяжёлая. (6 раз).

Я совершенно спокоен. (1 раз).

Правая рука тёплая. (6 раз).

Я совершенно спокоен. (1 раз).

Сердце бьётся спокойно и ровно.(6 раз).

Я совершенно спокоен. (1 раз).

Дыхание спокойное и ровное. (6 раз).

Мне легко дышится. (1 раз).

Солнечное сплетение излучает тепло. (6 раз)

Я совершенно спокоен. (1 раз).

Лоб приятно прохладен. (6 раз).

Я совершенно спокоен. (1 раз).

Лоб приятно прохладен. (6 раз)

СОКРАЩЁННЫЙ ВАРИАНТ ЗАНЯТИЯ:

Покой - тяжесть - тепло.

Сердце и дыхание совершенно спокойны.

Солнечное сплетение излучает тепло.

Лоб приятно прохладен.

снятие:

**Руки сжаты - дыхание глубокое - открыть глаза –
расслабить руки.**

РАЗЛИЧНЫЕ ФОРМУЛЫ:

Работа доставляет радость.

Мне легко работать.

Мне легко работается.

Я справлюсь!

Я справлюсь с работой.

Пальцы действуют ловко.

Всё получается хорошо.

Я внимателен. Мысли сосредоточены.

Мне работается (пишется, читается) легко.

Мысли приходят сами по себе.

Ход мыслей устойчив.

Я бдителен и спокоен на работе.

Я сдержан в еде и совершенно сыт.

Я равнодушен к алкоголю (сладостям).

Никогда и нигде я не употребляю алкоголь.

Я равнодушен к кафе и ресторанам.

Я доволен, свободен и сыт.

Воздержание приятно.

Воздержание от... доставляет мне радость.

Стул совершается через полчаса после сна.

Кишечник работает спокойно и точно.

Пищеварение работает как часы.

Тело совершенно расслаблено. (при коликах)

Я совершенно спокоен и невозмутим.

Тело расслаблено ж излучает тепло.

Прямая кишка крепко сжата. (при поносе)

КОГДА НЕ УДАЁТСЯ ЗАСНУТЬ:

Голова свободна от мыслей.

Я равнодушен к заботам и впечатлениям дня.

Я чувствую душевное успокоение.

Хочется отдохнуть.

Я заслужил отдых.

Глаза слипаются, веки тяжёлые.

**Нижняя челюсть тяжёлая, основание языка
тяжёлое,
глаза закрываются, веки тяжёлые.**

Хочется покоя, наступает сон.

ЧТОБЫ СОН БЫЛ КРЕПКИМ:

Я сплю глубоко и крепко.

Сон глубокий и крепкий.

Мне хорошо спится.

Я лежу и сплю в покое.

**Я сплю глубоко, крепко, без забот, проснусь
свежим и полным сил.**

**Глубоко крепко спать, чтобы утром свежим
встать!**

ЧТОБЫ ПРОСНУТЬСЯ ВОВРЕМЯ:

Я сплю глубоко и крепко до 6 утра.

Просыпаться без труда я привык к 6 утра.

**Глубоко и крепко спать, чтобы утром рано
встать.**

Я отключаюсь от всего до 6 утра.

ДЛЯ ТЕХ, КТО РАБОТАЕТ НОЧЬЮ:

Будь хоть поздно или рано, засыпаю без труда я.

**Я легко засыпаю в любое время и в любом
месте.**

Я везде сплю, как в собственной кровати.

РАЗНЫЕ НАРУШЕНИЯ СНА:

Сон охватывает меня без таблеток.

Мне хочется отдохнуть.

Мне хорошо и глубоко спится.

Я равнодушен к шуму.

Ритмичный шум (стук колёс) убаюкивает.

ЕСЛИ УСНУТЬ ТАК И НЕ УДАЛОСЬ:

Ничего страшного, всё равно я отдохнул.

Придёт время, и я засну крепко и хорошо.

Я совершенно спокоен.

НЕВОСПРИИМЧИВОСТЬ К ШУМУ:

Я равнодушен к любому шуму.

Шум помогает сосредоточиться.

Мне спокойно, когда вокруг шум.

**Буду ночью крепко спать, чтобы завтра не
проспать.**

Сплю глубоко и крепко и встаю в 6 часов.

Шумы (шорохи) мне безразличны.

**Я совершенно спокоен и сдержан, шум
успокаивает
и помогает сосредоточиться.**

Когда шумно, сосредоточиться легче.

**Ночные шорохи приятны, они помогают
отвлечься**

ПРОТИВ БЛЕДНОСТИ ЛИЦА:

Лицо излучает тепло, и его сосуды наполнены кровью.

Кожа лица тёплая, мягкая и розовая.

ПРОТИВ ИНФАРКТА:

**Я совершенно спокоен, хладнокровен и
свободен.**

В голове приятная лёгкость.

Лоб приятно прохладен.

**Я совершенно спокоен, свободен и уверен в
себе.**

Я отрешился от всех забот, волнений и мыслей.

Я спокоен, невозмутим и раскован.

**Всегда и везде я спокоен, хладнокровен и
отдаюсь течению жизни.**

Я отрешился от забот и волнений.

Я совершенно спокоен и умиротворён.

Жизнь радостна, интересна и приятна.

Я чувствую себя надёжно защищённым.

Я свободен и смел.

Мне безразлично, как работает сердце.

**Сердце работает самостоятельно, надёжно и
ровно, как мотор.**

Сердце бьётся спокойно и ровно.

**Сердце бьётся совершенно ровно, пульс
спокойный и хороший.**

НЕВОСПРИИМЧИВОСТЬ К ПРОСТУДЕ:

Кожа приятно тёплая.

Жара (холод) для меня безразлична.

Сквозняк на меня не действует.

**Область почек излучает тепло. Ноги приятно
тёплые.**

Ягодицы приятно тёплые.

Ягодицы излучают тепло.

**Температура не имеет значения. Важно только
самочувствие.**

ФОРМУЛЫ ДЛЯ ЗРЕНИЯ И СЛУХА:

Я совершенно спокоен и невозмутим.

Веки совершенно спокойны и свободны.

Взгляд спокоен, свободен и ясен.

Я совершенно спокоен и равнодушен к шуму.

Я совершенно спокоен, шум (звон) в ушах не имеет значения.

(для улучшения зрения):

Глазное дно хорошо снабжается кровью.

Кровь хорошо омывает глазное дно.

Я смотрю легко и вижу ясно и отчётливо.

Глазное дно приятно тёплое.

Глаза всё видят отчётливо и резко.

ПРОТИВ СТРАХА:

Я свободен от страха, и силы придут ко мне.

**Мне не страшно, я раскрыт и раскован в мыслях
и делах.**

Жизнь приятна и радостна.

Я свободен и крепок духом.

Я свободен и смел.

Я свободен от страхов и смел душой.

Боль безразлична.

ОТ НАВЯЗЧИВЫХ МЫСЛЕЙ И ДЕЙСТВИЙ:

**Будь, что будет. Я совершенно спокоен и
свободен.**

Я свободен от принуждения и делаю, что хочу.

Предписания мне безразличны.

**Я совершенно спокоен и свободен; всегда и
везде
мне безразличны навязчивые мысли и образы.**

Е. Ф. Писарева

**СИЛА МЫСЛИ
И МЫСЛЕОБРАЗЫ**

I

Тема нашей небольшой заметки – сила мысли, т.е. нечто невидимое и неосязаемое, нечто принадлежащее не нашему земному миру, а миру невидимому, *сверхчувственному*.

Мы живём в эпоху властных предписаний точной науки, которая требует, чтобы все естественные явления изучались или путём непосредственного наблюдения наших пяти чувств, или же посредством физических приборов, которые придуманы для усиления наших органов восприятия. Всё, что не подлежит такому наблюдению, считалось позитивной наукой непознаваемым, а попытки проникнуть в это непознаваемое – ненаучными.

Это ограничение исследования физической плоскостью приходит к концу: всё чаще встречаются попытки и среди учёных применять свои остроумные приборы и свои химические реактивы к миру невидимому. Начинают догадываться, что переход из мира физического в невидимые миры – не какой-то безумный скачок в фантастическую область, где кончаются все известные нам законы и где вместо разумных исследований начинаются никому не понятные мистические бредни, – а лишь естественное расширение наблюдаемого поля, для исследования которого требуются более утончённые органы восприятия.

Никого не удивляет, если музыкант с тонким слухом скажет нам, что он слышит 14 обертонов прозвучавшей ноты, тогда как мы слышим их только два или три, а иные, с совсем не развитым музыкальным слухом, не слышат даже ни одного. Никто не станет спорить с музыкантом и доказывать ему, что его лишние 12 обертонов – плод его фантазии; точно так же никто не заподозрит правдивость художника, если он скажет, что видит 10 цветовых оттенков там, где мы видим только три цвета. В обоих случаях для самых скептических людей ясно, что эти звуки и эти цветовые оттенки реально существуют, и мы не видим и не слышим их только потому, что наши органы слуха и зрения недостаточно развиты.

На это могут возразить: «Но здесь дело касается физических явлений, а развитие физических чувств мы не отрицаем. Мы отрицаем лишь сверхфизические явления, которые недоступны

для наших органов чувств». Но такое возражение не выдерживает критики. То, что мы видим нашими физическими глазами, есть результат вибраций света; но существует бесконечное множество вибраций, которые совсем не воспринимаются нашим зрением. Фотография служит тому доказательством: светочувствительные пластинки воспринимают солнечный спектр с ультрафиолетового конца, невидимого для нашего зрения, на них же отражаются при продолжительной выдержке далёкие звезды, которые для наших глаз невидимы даже через сильнейший телескоп; мало того, оне улавливают и запечатлевают человеческую ауру (невидимые для глаза излучения, исходящие из человеческого организма), существование которой для огромного большинства людей совершенно неизвестно. Из этого явствует, что огромное количество наиболее тонких и быстрых физических вибраций совсем недоступно для нашего зрения. Не естественно ли, что бесконечно более быстрые вибрации сверхфизических миров совсем не воспринимаются нашими ограниченными чувствами.

То обстоятельство, что мы знаем материю в трёх состояниях: твёрдом, жидком, газообразном – и предполагаем в ней ещё и четвёртое «эфирное» состояние, должно бы уже давно привести к уверенности, что существуют и ещё более тонкие состояния материи, для исследования которых не годятся физические приёмы, но могут годиться какие-то иные, неизвестные нам сверхфизические методы.

Одна из причин, почему в наше время потребовалось возрождение древней Теософии,* и заключается в том, что

* Напоминаем, что автор настоящей работы является крупным русским теософом и, соответственно этому, разделяет все предубеждения и предрассудки своей школы. Главный из них – приписывать себе достижения и наработки предшественников. Излагать в своих сочинениях идеи йогов, спиритов и вообще оккультистов, старые как мир, выдавая их за достижения и открытия своей родной теософии, – не очень-то корректная процедура. Собственно теософия – это всего лишь писания г-жи Блаватской, Рерих и Безант. Поэтому, когда автор говорит о теософии, гораздо корректнее читать йога и спиритизм. Правда, теософы категорически отрицают своё родство со спиритизмом. Тогда, казалось бы, можно было

сознание людей подошло к границе физического; им необходимо идти дальше, а привычные методы исследования не пускают их на эту новую ступень познания. Явилась необходимость помочь им, расширить сознание людей, указать на новые орудия познания и передать им тот забытый опыт, с помощью которого серьёзный исследователь в состоянии будет познать сверхфизическую область личным опытом.

Мы уже сроднились с тем, что Теософия зовёт к всеобщему братству, что она ведёт к единству и к духовности, что она высоко поднимает нашу этику, но мы ещё недостаточно сознаём, какой глубокий переворот производит Теософия в самом способе нашего мышления. Вводя в обиход нашей мысли потусторонние миры, утверждая их реальное существование и полную возможность их исследования, учение Теософии подготавливает наш ум к переходу на высшую ступень сознания. Оно расшатывает материализм, и это необходимо потому, что материалистическое мирозерцание представляет великий тормоз для дальнейшего развития человека.

Что такое материализм? Это устремление внимания на один физический разрез жизненных явлений в такой мере, что все остальные виды этих явлений исчезают из поля мысли наблюдающего. Жизнь во всём её целом – огромная величина, уходящая своим прошлым и своим будущим в беспредельность; её видимые физические проявления лишь символы великой невидимой ткани жизни. Эту невидимую ткань чувствуют художники и поэты, её опытно знают люди религиозного сознания, её никогда не отрицали идеалисты. Да отрицать её и нельзя, не погасив самого смысла земной жизни, и мы знаем, что материалистическое понимание жизненных явлений действительно угашает самый

употребить термин оккультизм. Но спириты и теософы возражают и против него, так как этот термин предполагает определённую замкнутость, закрытость, отделённость представляемых им знаний от широких масс, спириты же и теософы как раз настаивают на том, что они тайное сделали явным и доступным широким массам, чего на самом деле – разумеется и к сожалению – не происходит. Поэтому мы в тексте оставляем всё как есть, но просто читателю, видя слово «теософия», полезнее понимать под ним «йогу» и «спиритизм». (Й.Р.)

смысл жизни, самую ценность её, потому что для внешнего физического процесса жизни настанет неизбежный конец, и человек, не видящий за этим концом никакого продолжения, стоит лицом к лицу с бездной небытия, с уничтожением всего, а отсюда – отчаяние и отвращение к бессмыслице жизни.

Ничто не помогает в такой степени понять невидимую сторону жизни, как искусство. Возьмём какую-нибудь картину, рисующую тот или другой исторический момент. Хотя бы «Наполеон в Кремле» Верещагина. Что мы видим? Энергичная фигура в серой шинели на первом плане, поодаль несколько фигур в старинных военных мундирах, направо – зубчатая стена с пролетами, сквозь пролёты видно зарево пожара и врывается струйка дыма. Вот и всё. Человек, совсем не знакомый с историей, ничего другого и не увидит на картине. Для него здесь и начало, и конец, и вся она отпечатается в его сознании как несколько нарисованных фигур, повернутых к отверстиям каменной стены. Всё остальное, что видит за этим видимым символом художник, всю эпопею нашествия французов на Россию, всю драму, которая должна была бушевать в душе Наполеона, всю последующую трагедию борьбы, бегство Наполеона, великое напряжение русского народа, страдание французской армии – всё это составляет невидимое продолжение картины, потустороннее содержание её видимого для нас физического отрезка.

Вся область мысли представляет собой такой невидимый потусторонний мир, окружающий человека. Но область эта не что-то отвлечённое, а реальный мир, управляемый такими же незыблемыми законами, как и мир физический. Мы соприкасаемся с физической материей непосредственно, но мы окружены со всех сторон сверхфизической материей, которая служит её естественным продолжением, и которая, всё более утончаясь, становится пригодной для выражения уже не физических, а сверхфизических явлений. К таким сверхфизическим явлениям принадлежат наши эмоции, страсти и наши мысли.

Свет, теплота, звук – всё это волнообразные движения эфира: вибрации света воспринимаются сетчатой оболочкой нашего глаза, вибрации теплоты – поверхностью нашего тела, вибрации

звука – барабанной перепонкой нашего уха; бесконечно более быстрые вибрации мысли сообщаются нашему мозгу таким же естественным путём, как и вибрации света и звука, но здесь явления становятся настолько тонкими, что проследить их путём физического наблюдения становится уже невозможно.

Но если признавать единство жизни, совершенно неизбежно допустить, что такие же бесчисленные вибрации, какие передаются по всем направлениям волнообразным движением физического эфира, существуют и в тонкой среде сверхфизического или «ментального»,* как его называют в теософских книгах, мира: мысль возникает в человеческом мозгу, она высылает ток, достигающий другого мозга, ток этого другого мозга воспринимается третьим, и мы не сделаем никакой натяжки, если представим себе всё человечество, соединённое между собой подобием огромной телеграфной сети, по которой безостановочно передаются токи мысли. Передача мыслей на расстоянии получила название телепатии, и она вполне доступна нашему контролю, но, кроме того, мимо нас без перерыва проносятся целые тучи мыслеобразов, иные серые и ничтожные, иные светлые и добрые, иные заряженные завистью и злобой.

В «Голосе Безмолвия», древней мистической книге Востока, даётся удивительно яркое описание мыслеобразов. Вот это описание: «Прежде, чем итти далее, ты должен овладеть изменчивой игрой своего ума, победить полчища своих мыслеоощущений, которые непрощенные – коварно и незаметно – проникают в Святилище твоей души. Если не желаешь пасть в борьбе с ними, ты должен обезвредить свои собственные создания, порождения своих мыслей, невидимые и неосязаемые вихри которых выются вокруг рода человеческого. Те вихри – наследие человека и тленной природы его».

Если мы представим себе сознание человека как бы аппаратом, воспринимающим бесконечное разнообразие всевозможных

* Состояние материи, более тонкое, чем эфир, носит в оккультизме название астральной материи; она служит проводником для наших эмоций и страстей; ещё более тонкая материя, ментальная, служит проводником для наших мыслей. (Е.П.)

вибраций, порождаемых в физической среде светом, звуком, теплом и т.д., а в сверхфизической – эмоциями и мыслями, – вибраций, которые будят сознание и заставляют его вибрировать в ответ, – мы будем иметь ключ к процессу эволюции (развития) человека.

Пока человек стоит ещё на низкой ступени развития, немногие вибрации, и при том лишь наиболее грубые и резкие, достигают до его сознания; по мере его развития количество вибраций, вызывающих ответные колебания в его уме, возрастает, и в то же время развивается и усовершенствуется физическое орудие его сознания – головной мозг: клетки серого вещества мозга умножаются, мозговые извилины увеличиваются, и если мы представим себе эти извилины в виде развёрнутой поверхности у дикаря, она будет безмерно меньше, чем у человека культурного. Что это значит? Что поверхность мозга просвещённого человека воспринимает огромное количество всевозможных вибраций, которое безмерно превышает скудное число вибраций, соприкасавшихся с поверхностью мозга первобытного человека, иными словами, будивших в его сознании ответ.

По мере развития человека, вместе с количеством воспринимаемых вибраций, меняется и качество их. Всё различие человека будущего от человека нашего времени состоит в том, что до сознания первого будут достигать тончайшие вибрации, идущие из высших миров, которые не могут быть восприняты сознанием современного человека.

Мы знаем физическую материю в различных состояниях: плотном, жидком и газообразном; подобная же градация состояний материи существует и в невидимых мирах; наиболее плотное состояние сверхфизической материи называется в оккультизме астральной материей; в покров из астральной материи облекаются наши эмоции, страсти и желания, и они же входят в состав большей части наших мыслей, так как большинство из них проникнуто страстным личным началом. У первобытного человека иных мыслей нет; по мере расширения кругозора и развития нравственного начала мысли человека начинают очищаться от грубо эгоистических побуждений, и тогда они начинают облекаться в формы, построенные из более тонкого

материала, более пластического, способного служить проводником для более быстрых и энергичных вибраций. Чем чище мысль, чем меньше в ней астральных примесей, тем более утончённый материал требуется для её проводника. Восточная психология ясно различает чистое мышление, сверхличное, от мышления, проникнутого астральным или личным началом; последнее имеет своим орудием низший земной разум, наш трёхмерный Эвклидов ум; первое проявляется через высший разум, главный признак которого – сверхличность и отсутствие астральных примесей.

II

Западный спиритуализм утверждает, что мысль родится от духа, материалисты уверены, что мысль есть продукт ощущения. Восточная психология объединяет оба воззрения и утверждает, что для возникновения мысли необходим Мыслитель, способный мыслить, и необходимо ощущение, вызывающее мысль. Без ощущений, вызываемых объектами внешнего мира, Мыслитель, или бессмертное «Я» человека, осталось бы бездейственным; оно нуждается в ощущениях, как в стимулах для своей внутренней работы, но самая способность строить мысль, способность создавать связующие звенья между представлениями, принадлежит Мыслителю. Без него ощущения не могли бы вызвать мысли. Возникновение мысли происходит таким образом: световые вибрации, отбрасываемые данным предметом, действуют на сетчатую оболочку глаза и оставляют на ней изображение предмета; глазной нерв передаёт это изображение мозгу, мозг вибрирует и вызывает определённые вибрации в высших проводниках человека – астральном и ментальном; вибрации ментального проводника призывают внимание Мыслителя, последний создаёт представление и передаёт его ментальному проводнику, который в свою очередь направляет его к астральному, а этот последний вызывает вибрации в эфирном мозгу человека, и только после этого мысль передаётся серому веществу мозга как сознанное представление.

Позитивная наука занималась до сих пор исследованием работы сознания только в связи с физическим мозгом, упуская совершенно из виду весь сверхфизический процесс мысли. Но за последние годы и в среде учёных возникают попытки расширить поле своих наблюдений и перенести их на невидимый сверхфизический мир. Так, в Лондоне доктор Гукер пытается уловить на чрезвычайно чувствительном экране изменение цветов в невидимой для физического глаза человеческой ауре. Парижский учёный, доктор Барадюк, долгое время работал над фиксированием невидимых глазу предметов на фотографических пластинках; он основывался при этом на том, что невидимые при солнечном освещении ультрафиолетовые лучи, идущие от предметов, должны действовать в темноте на чрезвычайно чувствительную пластинку. Таким путём ему удалось подтвердить показания ясновидящих: появлявшиеся на светочувствительных пластинках предметы были совершенно сходны с тем, что описывали ясновидящие, но что не было видно остальным присутствующим. Барадюк пробовал фиксировать на фотографических пластинках и мыслеобразы; он думал усиленно и сосредоточенно об определённом предмете и созданный мыслеобраз закреплял на пластинке. Такое закрепление, по его мнению, может происходить от того, что созданный умом образ материализуется и действует химически на слои серебра, которыми покрыта пластинка.

Среди моих личных знакомых есть одна особа, крайне чувствительная к тонким вибрациям мысли. В детстве она устраивала себе нечто вроде игры, приглашая своих подруг думать о какой-либо вещи, глядя пристально на блестящую поверхность печного изразца. Через некоторое время на изразце появлялось изображение задуманного предмета, который был видим для неё одной, но не в виде обыкновенного рисунка, а каким-то особенным способом, которого она не могла передать.

Рядом с опытами Барадюка большой интерес представляют работы русского доктора Котика, а также фотографирование мыслей майора Дорже, сделавшего недавно доклад в Париже относительно своих опытов фиксации мыслеобразов на фотографических пластинках. Он попробовал мысленно

отпечатывать на пластинке, опущенной в проявитель, определённый предмет, спустя четверть часа предмет оказался сфотографированным. Не менее интересны опыты доктора Кильнера с человеческой аурой. Он добивался увидеть человеческую ауру иными путями, чем барон Рейхенбах;* последний обострял своё зрение продолжительным пребыванием в темноте, после чего начинал видеть такие явления, которые при нормальных условиях совершенно ускользают от человеческого зрения, например, светящиеся излучения, идущие от магнита. Д-р Кильнер изобрёл аппарат, состоящий из двойного стеклянного экрана, разделённого внутри на плоские отделения, в которых заключены растворы дицианина и карминных красок.

Посмотрев через этот экран на сильный свет – при известных условиях – в течение одной минуты, он, после этого, был в состоянии в большинстве случаев видеть человеческую ауру; то, что он видел, вполне совпадало с определениями ясновидящих. Интересно при этом, что д-р Кильнер, не желавший считаться с оккультизмом, который ещё в древности владел точным знанием различных видов сложной человеческой ауры, идущей от всех трёх невидимых тел человека: эфирного, астрального и ментального, – смешивает явления этих аур, и поэтому его описания очень сбивчивы для оккультиста, да и его самого приводят в большое недоумение ввиду различных размеров и различной консистенции ауры у наблюдаемых субъектов. Интересно прибавить к этому, что д-р Кильнер, благодаря своим продолжительным упражнениям и усилиям, развил в себе внутреннее зрение или ясновидение, совсем не подозревая о том. Интересующиеся его работами могут прочесть все подробности в книге д-ра Кильнера «*The Human Atmosphere, or The Aura Made Visible by the Aid of Chemical Screens*». Вместе с книгой могут быть выписаны за отдельную плату и ящик со стеклянными экранами.**

* Известный на Западе исследователь невидимых для глаза излучений, идущих от всех естественных предметов. (Е.П.)

** Издание Рембана в Лондоне, цена 15 шиллингов, и ящик со стеклянными экранами 15 шиллингов. (Е.П.)

III

Приведённые работы учёных представляют собой тот мост, который наука начинает строить между физическим феноменальным миром и невидимым миром. Учения Теософии, которые можно по справедливости назвать авангардом человеческой мысли, давно уже перебросили этот мост и казавшуюся пустоту невидимых миров превратили для нашего сознания в населённые области, в которых наши собственные мысли играют чрезвычайно важную роль.

Мы покрываем земную поверхность предметами нашего творчества, и в то же время засеваем невидимые поля сверхфизических миров посевом, жатву с которого будем собирать мы же сами. Жатва эта не исчерпывается ближайшими последствиями в виде светлого и доброго или мрачного и подавленного колорита переживаемой эпохи; кроме этих осязаемых последствий в сверхфизических мирах созревают невидимые плоды, полные огромного значения для ближайшего будущего народов. Они порождаются теми бесчисленными вибрациями злобы, зависти, страха и отчаяния, которые несутся от смятенного человечества в невидимый астральный мир и там порождают условия, которые отзываются всевозможными бедствиями на земле. Между физическим миром и миром невидимым происходит постоянный круговорот. На почве физической нечистоты возникают заразные болезни, на почве внутренней нечистоты – душевная неустойчивость, расшатанность нервной системы, тоска, сумасшествие, отвращение к жизни, эпидемия самоубийств.

Как же выйти из этого заколдованного круга? На этот вопрос один ответ: необходимо в этот невидимый мир наших мыслей и эмоций внести сознательную культуру, и это задача, которая доступна каждому человеку в отдельности. Материальная культура – дело общества и государства, тогда как нравственная культура – задача индивидуальная, но последствия этой индивидуальной работы, состоящей из очищения наших мыслей и эмоций и водворения правды в наш внутренний мир, отзовутся не на нас одних, а на характере всего невидимого мира. Внутренняя культура каждой

души очищает духовную атмосферу, как озон очищает атмосферу физическую.

IV

Прежде чем перейти к методам внутренней культуры, отметим несколькими словами разницу между теми мыслями, которые мы творим сами, и теми, которые мы заимствуем из окружающего нас океана мыслеобразов. Когда мы передвигаемся, мы прокладываем свой путь сквозь невидимые стены таких неопределённых мыслеобразов, оставляемых за собой каждым проходящим наподобие невидимого хвоста. Если дух наш не занят и мы не умеем ограждать себя, эти блуждающие обрывки чужих мыслей могут засорять наш ум бесполезными, а иногда и прямо вредными влияниями. Лучшее средство для ограждения своего ума от таких непрошенных вибраций есть привычка к чистому и благородному мышлению, потому что подобное мышление заставляет ум вибрировать такими вибрациями, которые по самому свойству своему неспособны отвечать на случайные грубые обрывки мыслей, носящиеся вокруг нас. Хорошо приучить себя в толпе, во время прогулки, в часы, когда ум не занят определённой работой, повторять внутренне любимые изречения, отрывки из хороших стихотворений или же фиксировать свой ум на каком-либо художественном произведении, античной статуе или прекрасной картине.

Пифагорейцы имели привычку, идя в толпу, произносить мысленно то или другое стихотворение. Это правило было основано на оккультном знании процессов мысли. Кроме того, нужно стараться быть как можно больше в хорошем обществе, будет ли это общество знакомых, друзей или сообщество хорошей книги. Каждый из нас, наверное, испытывал, в каком чистом и повышенном настроении мы бываем после продолжительного пребывания в обществе очень цельного и благородного характера. Таково же и влияние вдохновенной книги. Это магическое влияние духовной красоты и силы мы все испытывали, хотя бы в виде редких благословенных минут.

«Человек становится тем, о чём он думает», – говорит древнее восточное изречение. Это изречение основано на знании природы мысли. У профессора Драммонда в книге «Естественный закон в духовном мире» есть прекрасная глава об уподоблении. Автор рассказывает о молодой девушке, поразившей его необыкновенной духовной красотой. Когда он узнал её ближе, он убедился, что она никогда не отрывалась внутренним вниманием от образа Христа и всегда стремилась подражать Ему. Эта тихая, неустанная внутренняя работа претворяла постепенно ум и характер девушки в подобие её высокого идеала. Но это должна быть настоящая работа, серьёзная, глубокая, последовательная, проникающая во все подробности обыденной жизни. Мы все воспламеняемся от времени до времени красотой героических характеров и духовно совершенных праведников, но вслед за тем позволяем себе совершенно спокойно и сердиться, и критиковать, и делать несправедливости. И оправдываем свою слабость тем, что мы «не святые», что все так делают, или тем, что наша индивидуальность требует «ярких проявлений» и т.д. Но все эти возражения падают сами собой, когда человек начинает понимать оккультную сторону своей человеческой природы, её божественное происхождение, её скрытую безграничную силу, которая действительно сможет «двигать горами», когда он узнает эту силу и уверует в неё до конца. Тогда он уже не остановится перед трудной, подчас очень утомительной борьбой со своими недостатками и слабостями, перед неустанным, напряжённым трудом над перестройкой своего характера, своих мыслей, чувств и эмоций, всей архитектуры своего внутреннего мира.

Конечно, это – работа взрослой души, слабый духом человек на неё не способен, потому что вся тайна достижения сводится к тому, кто окажется победителем: низшая природа над высшей, или Высшее «Я» над низшим, над своим ограниченным, страстным, малым разумом.

Для человека нашего времени и нашей культуры победа очень трудна, но не потому, чтобы она требовала гигантских усилий или необычайных размеров воли, а потому, что она требует очень большой выдержки и очень большого терпения, т.е. как раз тех

свойств, которые так редко развиваются в нашей лихорадочно-спешащей, устремлённой на одно внешнее европейской культуре.

Один из самых красивых символов душевной силы принадлежит древним индусам: победитель своих страстей, с гордо поднятой головой, стоит на колеснице, спокойно и уверенно держит он поводья, и покорно несут его укрощённые кони с быстротою ветра – если он захочет того – или же останавливаются как вкопанные по лёгкому мановению его руки. «Даже боги завидуют тому, чьи обузданы страсти, как кони, укрощённые возницей», – говорится по этому поводу в Священной книге Востока «Дхаммападе» (94-й стих).

В этом образе выражена истинная сила, власть не над другими, а над собой, и кто в состоянии увлечься таким идеалом, тому не следует бояться трудностей внутренней работы над собой. Нужно только верить в себя, и тогда силы появятся; кроме того, не следует забывать, что все усилия нашего Высшего «Я» сохраняются навсегда, всякая победа сверхличного над личным является в полном смысле работой для вечности. Когда знаешь это, является совершенно новый источник вдохновения, из которого можно черпать столько силы, что становится возможным и то, что до тех пор казалось недостижимым.

Такая работа над собой есть путь к Святости, к Богочеловечеству, и она доступна всем, кто полюбил внутреннюю красоту человека. Я не могу останавливаться на методах этого пути, подробно разработанных в теософской литературе, особенно в прекрасных книгах Анни Безант. Интересующимся этим вопросом я могу указать на её статьи и книги, имеющиеся в русском переводе: «Законы Высшей Жизни», «В Преддверии Храма», «Путь Ученичества», «Сила Мысли». Мне хотелось только указать на первоначальные шаги в этом направлении, на ту работу мысли, с которой следует начинать. Прежде всего, необходимо добиться сосредоточения.

Если мы попробуем, с часами в руках, остановить свою мысль на одном каком-либо предмете, мы сейчас же убедимся, что это чрезвычайно трудно: мысль убегает и не подчиняется нашей воле. Необходимо подчинить её. Это достигается постоянным вниманием

и управлением. Очень полезно ежедневно в определённые часы упражняться в сосредоточении, попеременно, то на отвлечённой мысли, то на каком-либо свойстве характера. Но помимо таких определённых минут, следует и весь остальной день упражняться в сосредоточенности; мы делаем множество вещей небрежно, механически, думая совсем о другом, часто о десяти вещах сразу; это нужно оставить и делать каждое дело сознательно, устремляя на него всё своё внутреннее внимание, и не позволять себе отвлекаться от него. Такое отношение к повседневным задачам помогает развитию сосредоточенности.

Сюда же относятся и все наши досуги: когда мы гуляем или ездим в экипаже, когда мы ходим по городским улицам, мозг наш продолжает механически вибрировать по большей части чужими мыслями, и эта его работа не только бесполезна, но даже вредна, во-первых, потому, что без всякого смысла для нас заставляет работать мозг, даром изнашивая его, и, во-вторых, потому, что своими механическими вибрациями заслоняет множество явлений от нашего внимания. Нужно приучить себя во время отдыха и во время передвижения раскрываться для внешних впечатлений, устремлять своё сознание изнутри наружу и наблюдать последовательно, точно и внимательно. Такая привычка содействует очень сильно развитию наблюдательности.

Следующая ступень – медитация, углублённое размышление над определённой мыслью. Вот как г-жа Безант советует пользоваться силой мысли в этом направлении: «Размышляя над своим характером, – говорит она, – постарайтесь найти его слабую сторону. Затем найдите противоположное положительное качество, антитезу Вашей слабости. Скажем, что Вы страдаете от постоянной раздражительности; изберите для медиации невозмутимое терпение. И затем ежедневно, каждое утро, прежде чем начинать свои обыденные занятия, сосредоточьте свои мысли в течение трёх-пяти минут на терпении, на всём значении этого свойства, на его ценности, на том, как оно должно проявляться в тяжёлые минуты; берите последовательно, день за днём, различные моменты, когда терпение может подвергнуться большому испытанию,

рисуйте себя самого как можно реальнее сохраняющим во всех этих положениях безукоризненное терпение и завершите эту внутреннюю работу твёрдым решением: совершенное терпение есть свойство моего Высшего «Я», и я не буду изменять ему в течение всего этого дня. — Возможно, что в продолжение нескольких дней Вы не почувствуете никакого изменения; Вы будете попрежнему проявлять раздражительность. Но смущаться этим не следует; настойчиво продолжая ту же внутреннюю работу, Вы скоро заметите, что вслед за порывом раздражения в высшем сознании начинает сама собой вспыхивать мысль: «следовало быть терпеливее». Ещё несколько дней, и мысль о терпении начнёт возникать совместно с порывом раздражения, и тогда внешнее его проявление будет своевременно задержано. Если продолжать то же упражнение и дальше, Вы увидите, что порывы раздражительности будут становиться всё слабее и слабее и кончатся тем, что терпеливое отношение к невзгодам жизни станет Вашим обычным настроением».

Этот опыт может сделать каждый, желающий проверить закон, по которому характер человека строится по линиям его мысли. А раз это будет доказано, в воле каждого воспользоваться этим законом, и, внедряя в себе описанным путём одно за другим желательные свойства, построить характер идеальной красоты Силою Мысли.

Каждый человек живёт окружённый мыслеобразами, созданными им же самим; он смотрит на мир сквозь эту созданную им среду, и поэтому естественно, что мир является ему окрашенным тем цветом, который преобладает в окружающих его мыслеобразах. И до тех пор, пока человек не научится относиться со строгим контролем к своим собственным мыслям и эмоциям, он никогда не увидит вещи такими, каковы оне в действительности, а лишь в том виде, в каком оне отражаются в тех мыслеобразах, которые носятся вокруг него. Так называемое мрачное настроение, отравляющее не только жизнь самого человека, но и жизнь окружающих, не есть что-то роковое, неотразимое, заключённое в самих свойствах его природы; это продукт его мысли, того, как он мыслит. Стоит ему заменить тёмный колорит своих мыслей более справедливыми, доверчивыми и терпимыми, как все окружающие его мыслеобразы

просветлеют, и сквозь эту более светлую среду весь внешний мир покажется ему несравненно привлекательнее.

V

Рядом с влиянием на самого себя, мысль человека неизбежно действует и на других людей. Она может приносить им помощь или вред. Привычка к сосредоточению, умение строить ясные и отчётливые мысли может до чрезвычайности усилить наше влияние на других людей. Так, желая помочь страдающему другу, нужно отчётливо нарисовать себе облик этого друга; ясно представить себе гнетущую его заботу и мысленно обращаясь к нему со словами утешения, ободрения или увещания (смотря по характеру его настроения), можно самым существенным образом помочь ему, минуя его физический мозг и действуя сверху, с высшего плана, прямо на его ментальный проводник. В таком случае страдающий почувствует облегчение, не подозревая, откуда оно исходит. Мало найдётся людей, которые никогда бы не испытывали на себе такую налетающую волну облегчения, утешения и света.

Также действует и мысль любви, мысль доброжелательства, направленная к определённому человеку: она остаётся вблизи от него в виде сильного мыслеобраза, защищающего от злых влияний. Мысль ободрения и успокоения действует умиротворяющим образом, водворяя вокруг человека, к которому она была послана, атмосферу тишины и спокойствия.

Так же, как можно мыслью помогать нашим живым друзьям, можно помогать и умершим друзьям, и даже быстрее и действительнее, потому что между нашей мыслью и их сознанием не стоят тяжеловесные вибрации физического мозга. В том невидимом мире, куда перешли наши умершие друзья, любящая мысль действует как нежная ласка, как привет любви здесь, на земле. Основатели религии, хорошо знавшие оккультную сторону жизни души, учредили молитвы об усопших с полным знанием всего значения этих невидимых взаимодействий.

Кроме мысленного влияния на определённых людей, которое нужно ясно отличать от внушения, действующего на волю людей и подвигающего их на тот или другой поступок, силу мысли можно употреблять с пользой для нашего развития и во время нашего сна. Человеку, умеющему сосредоточиваться, не трудно достигнуть этого: стоит перед засыпанием поставить перед собой, по возможности ясно и отчётливо, ту или другую задачу, которую хотелось бы разрешить, но не рассуждать о ней, а только поставить; это даст определённое направление мысли засыпающего, и Мыслитель, освободившийся от физических ограничений, будет продолжать работать над ней, и возможно, что решение вопроса окажется после пробуждения запечатлённым в мозгу проснувшегося. Весьма полезно иметь на этот случай около своей постели записную книжку, чтобы не упустить мысль, которая легко теряется под напором грубых физических вибраций.

Следует также упомянуть о воздействии коллективной мысли, сознательно направленной одновременно несколькими людьми на определённую задачу. Сила такого соединённого тока мысли известна не только оккультистам, но и различным религиозным союзам или орденам, где ещё сохраняется более глубокое знание внутренних процессов человеческой души. А.Безант упоминает об обычае в некоторых римско-католических монастырях: перед отправкою в языческую местность христианского миссионера, собираться в определённое время и, сосредоточенно представляя себе ту местность, куда должен отправиться миссионер, населять её мыслеобразами, выражающими догматы католической церкви. Этим подготавливается ментальная почва, если можно так выразиться, данной местности, и когда те же мысли облекутся в определённые слова, оне будут легче восприниматься подготовленными таким образом умами.

На этом основывалось огромное влияние иезуитов. Этот орден обладал большими оккультными знаниями и, пользуясь ими, мог оказывать сильнейшее воздействие на сознание людей.

Здесь мы подходим к противоположному полюсу силы мысли: насколько влияние доброй мысли может быть благотельно, настолько же вредно может быть и влияние злой мысли. Мысль

может ранить так же, как она может исцелять, приводить в тяжёлое настроение так же, как и утешить. Дурные мысли, выбрасываемые людьми в ментальную атмосферу, буквально заражают воспринимающие их умы. Множество людей сохраняют в себе скрытые семена зла, которые могли бы умереть естественной смертью и не принести плодов, если бы чужая дурная мысль не разбудила их к жизни. Мысли гнева и мести могут натолкнуть раздражённого человека на убийство, мысли осуждения и клеветы вызывают нездоровую подозрительность в умах людей, незащищённых сердечной добротой, и они легко могут вызвать несправедливые нападения на невинного человека.

Ум, создающий злые мысли, действует на подобные же мысли как магнит и, привлекая их к себе, живёт в сгущённой атмосфере мрака и злобы. От дурной мысли до дурного поступка – один шаг, и дурное воображение вызывает стремление осуществить свои мысленные порождения. Кроме того, допуская в свой внутренний мир дурные мысли, мы привыкаем к ним, и оне постепенно теряют в наших глазах свой отталкивающий характер; понемногу мы начинаем приспосабливаться к создаваемой ими дурной атмосфере, как бедняки приспосабливаются к заражённому воздуху в плохо проветриваемых жилищах.

Сила злой мысли вообще велика, но она становится страшной, когда направляется обдуманно, с полным знанием её оккультных законов. Предоставить эту силу во власть безнравственного или корыстного человека – это всё равно, что вложить острый меч в руки сумасшедшего. Мне вспоминается характерный случай, вызвавший несколько лет тому назад большое волнение в Москве. По улицам Москвы стал расхаживать какой-то господин, занимавшийся тем, что делал различные внушения прохожим. Избрав молодую девушку, которая отправлялась в определённое время, вероятно, на свои занятия, он, проходя мимо неё, говорил одну и ту же фразу: «21-го января вы умрёте». Перепуганная девушка перестала проходить по той улице, но это её не спасло. 20 января она получила из цветочного магазина картон, в котором находился венок из живых цветов с запиской: «цветы на ваш гроб, не забудьте, что 21-го вы умрёте». Девушка была так потрясена,

что тут же упала мёртвой. А убийца остался неразысканным, и возможно, что и до сих пор продолжает делать свои упражнения.

VI

Действие силы мысли очень могущественно, и его можно с полным правом назвать магией. Но мы знаем, что есть белая магия и есть магия чёрная. Сила мысли одна и та же для добрых и для злых, как солнечный свет один и тот же для праведников и для грешников; разница в том, с какой целью употребляется эта сила. В этом кроется великая опасность преждевременного раскрытия перед неподготовленной толпой оккультных законов мысли. В наше время разрослась целая литература, поучающая, как овладеть силой мысли и как направлять её токи, чтобы добиться желательных результатов. Есть издательские фирмы, которые наживают деньги, играя на струнах любопытства толпы. Американская фирма, распространяющая путём заманчивых реклам сведения о том, что «сила внутри нас», и её русские подражатели могут принести только один вред.

В сущности, все эти рецепты, «как иметь успех в обществе», как подвергать людей различным «внушениям», как нарушать их покой пристально устремлённым на них «магнетическим взглядом», всё это – нарушение самого священного права человека, права на внутреннюю свободу, и если это не карается земными законами, то только потому, что преступления совершаются не в физическом мире, а в невидимой сверхфизической области. Зато в этой невидимой области все пользующиеся психическими силами с корыстной целью получают своё возмездие: они надолго задерживают свою эволюцию и, кроме того, расстройство нервной системы и потеря равновесия являются неизбежным последствием неразборчивых «домашних занятий» оккультизмом. Эта неразборчивость сходна с тем, как если бы человека, не знающего химии, пустили в химическую лабораторию с правом производить наугад различные опыты. Опасность при этом так велика, что только глубокое невежество или преступная корысть

могут вызвать решимость толкать неподготовленных людей на такой риск. В сущности все эти рецепты, как искусственно развить ясновидение с помощью экранов и кристаллов, все эти амулеты и коллективное вымаливание земных благ за столько-то рублей, всё это – настоящая чёрная магия. Читатели могут спросить: как же отличить чёрную магию от белой? Есть один признак, по которому можно безошибочно узнать примесь чёрной магии, в какие бы интеллектуальные или иные привлекательные формы она ни маскировала себя, этот признак – личная выгода, корысть.

Белая магия всегда сверхлична, она служит общему благу и ведёт к единству, чёрная магия служит эгоизму и ведёт к разъединению.

VII

Прежде чем кончить эти беглые указания на силу мысли, следует ещё упомянуть о значении сохранения энергии. Человек, незнакомый с оккультной стороной умственных процессов, расточает силу своей мысли самым безумным образом; средний человек является творцом бесконечного количества ненужных волнений, он постоянно озабочен, удручён всевозможными тревогами, а между тем эта озабоченность и эти тревоги нисколько не меняют течения его жизни; следовательно, оне – лишние. Но благодаря этому проводники его эмоций и мыслей пребывают в постоянно возбуждённом вибрировании, что не только преждевременно изнашивает их, но и влияет на окружающих, которым передаётся то же возбуждение.

Это – одна из причин, почему тонко чувствующему человеку бывает так трудно оставаться в толпе, которая всегда окружена целыми тучами возбуждённых вибраций всех родов, по большей части мелких и совсем ненужных.

Ещё одна форма неразумной траты умственной энергии, встречающаяся постоянно среди европейцев, это – страсть к спорам. Большинство современных европейцев одержимы желанием убеждать всех и каждого в том, что их собственное

мнение – самое верное. Более мудрые люди знают, что у истины столько граней, что каждое мнение может заключать в себе какую-либо дробь той или другой стороны истины. Чем больше это сознаёшь, тем меньше хочется спорить, и тот, кто спорит наиболее горячо и смело, знает обыкновенно меньше всего.

Оккультист, знающий закон сохранения умственной энергии, отличается спокойствием, ровностью настроения и такой властью над своими мыслями, что он умеет останавливать процесс мышления, когда считает нужным дать отдых своему мозгу. Вследствие этого он надолго сохраняет свежесть и силу своего ума.

VIII

Теперь перейдём к показаниям ясновидящих, как они видят возникновение мыслеобразов.

Каждая мысль порождает в материи ментального тела вибрацию, видимую для ясновидящего; перелив различных цветов, напоминающий сверкание солнечных лучей в струях фонтана, но несравненно ярче и красивее, выражает эти вибрации. Это – первый момент: сверкающая вибрация, порождаемая мыслью; затем – вибрирующее ментальное тело выбрасывает из себя частицы своей субстанции, последние притягивают к себе однородные частицы из окружающей ментальной субстанции, которая отличается необыкновенной пластичностью, и – образовавшийся мыслеобраз отделяется от своего творца и плывёт в воздухе. Если это мысль, в которой преобладает желание или страстное начало, она облекается в мыслеобраз, который имеет своей наружной оболочкой астральную материю, душой же этой оболочки является породившее мыслеобраз желание. Сила этого рода мысли в прямой зависимости от умственной энергии и от силы страсти, которые вызвали её к жизни. Оба рода мысли, и чисто интеллектуальную, и проникнутую страстным началом, можно сравнить с лейденской банкой, заряженной электричеством.

Разобраться в океане носящихся по всем направлениям, различно окрашенных, переливающихся всевозможными

радужными оттенками мыслеобразов чрезвычайно трудно, и несомненно, что все попытки современных ясновидящих кладут только начало науке будущего, той науке, которая будет изучать высшие планы вселенной с помощью более тонких органов восприятия.

До сих пор ясновидящими отмечены три главные категории мыслеобразов*

1. Первая – та, которая воспроизводит образ самого мыслителя: когда человек переносится мыслью в какое-либо место или сильно желает быть там, он создаёт мыслеобраз, появляющийся в местности, куда устремлено его внимание или его желание. Такие мыслеобразы принимают размер своего творца, и если сила мысли была велика, они бывают так отчётливы, что могут быть приняты ясновидящим за астральное тело человека.

2. Вторая категория – это мысли, принимающие форму физических предметов. Сюда относятся также и образы тех людей, о которых думает мыслитель. Образы эти отделяются от него и несутся в пространстве. Точно также и отображение комнаты, дома или пейзажа, о которых человек думает, носятся в пространстве, наполняя его движущимися живыми картинами и портретами.

3. Третья категория мысли принимает форму своеобразную, и оригинал этой формы нужно искать не посреди физических предметов, а в невидимом астральном мире. В числе этих форм встречаются крылья, облака, цветы, конусы, стрелы, кресты и т.п. К этой третьей категории и принадлежат те рисунки, которыми г-н Ледбитер и А.Безант попытались передать мыслеобразы, наблюдаемые ясновидящими. Такие мыслеобразы встречаются почти исключительно на астральном плане, так как в огромном большинстве случаев они служат столько же выражением эмоций своего творца, как и его мысли.

Мысль, полная любви, сознательно направленная к любимому человеку, будет оставаться в ауре этого человека и охранять его благодаря тому, что она заряжена самым сильным и самым

* Сведения эти взяты из книги ясновидящих исследователей Ледбитера и Анни Безант «Thought-Forms». (Е.П.)

чистым из всех электричеств – электричеством любви, которое имеет свойство усиливать в человеческой ауре все благотворные токи и ослаблять все вредоносные. Такая мысль любви может защитить человека от направленной на него злой мысли. Но во всех случаях будет ли это мысль любви или мысль ненависти, – чтобы она возымела своё действие на того, к кому направлена, необходимо, чтобы в его ауре было нечто, способное вибрировать в ответ. Этим законом объясняется то явление, что дурные мысли и чувства, направляемые на человека праведного, не производят на него никакого впечатления; они просто не достигают до него. Но в силу другого закона, по которому каждая энергия должна израсходовать своё напряжение до конца, такие мысли, не находя себе доступа в точке, куда они были направлены, отскакивают от неё и возвращаются тем же путём к источнику своего направления.

Мыслеобразы третьей категории можно бы назвать символическими. Сюда относятся и некоторые фотографические снимки, сделанные доктором Барадюком, о котором было упомянуто выше; так, у него встречаются формы папоротника, которые, по его показаниям, возникли под влиянием молитвы; другая молитва отразилась в виде высоко выброшенного водяного фонтана. Три лица, думавшие одновременно о соединявшей их привязанности, вызывали волнообразную ленту, глубокая грусть отразилась сильным вихрем и т.д.

Рядом с этими категориями мыслей, которые всё более или менее проникнуты личным началом, существуют высокие сверхличные мысли, вызывающие совершенно иные вибрации в ментальной субстанции. Такие мысли вызывают в ней сильные волны, которые, расходясь, ударяют в ментальные тела людей и будят в них соответствующие душевные состояния; если ментальный проводник данного человека способен отвечать на все характерные свойства такой волны, тогда мысль, создавшая волну, воспроизведётся в нём с совершенной точностью. Если же его вибрации не вполне тождественны, в таком случае влияние волны сохранится, но оно не будет столь определённое. Возьмём горячо верующего католика из среды, где особенно силён культ Богородицы; преклоняясь перед ней в душе, он создаёт сильную

волну благоговения, которая будет возбуждать на всём пути своего распространения совершенно аналогичное благоговение к Богоматери в ментальном сознании таких же католиков. Но та же волна разбудит в верующем индузе или магометанине благоговение, которое выльется в совершенно иной форме. А если такая волна заденет ментальный проводник материалиста, которому чуждо благоговение, она всё же вызовет в нём мысль высшего порядка, так как заставит вибрировать наиболее тонкую субстанцию его ментального проводника.

IX

Из всего сказанного необходимо заключить, до чего трудно передать мыслеобраз физическим способом. Первая трудность – та же, с какой приходится бороться каждому художнику, т.е. необходимость передавать в двух измерениях то, что требует трёх измерений. Если бы на самую совершенную картину, изображающую, скажем, лес, смотрел человек, совсем не выдавший живого дерева, он никогда не получил бы по рисунку правильного представления о дереве. Если же представить себе, что этот человек и вообще не знаком с тремя измерениями, что он мыслит только в двух измерениях, в длину и ширину, тогда станет ещё яснее, что он совсем не в состоянии представить себе по двумерному рисунку изображение незнакомого трёхмерного дерева. Это рассуждение относится в полной мере к мыслеобразам, которые все принадлежат к явлениям четырёх измерений; если же прибавить к этому, что они видимы ясновидящему во всём блеске своих прозрачных световых красок и при том сильно вибрируют, сверкают и переливаются, как бы трепещут избытком жизни, тогда станет понятно, что изобразить их тусклыми физическими красками на двумерном рисунке совершенно невозможно. Можно дать только намёки, которые изображение должно дополнить по указаниям ясновидящих.

Мысль, окрашенная одним цветом, встречается весьма редко, и это доказывает, что мы никогда не мыслим чистыми или простыми

мыслями, что наши мысли складываются из нескольких слагаемых и в большинстве случаев имеют эмоциональные примеси. Тем не менее, ясновидящие наблюдатели пришли к выводу, что один и тот же цвет выражает всегда одну и ту же категорию мыслей. Так, розовый цвет выражает любовь; если она чистая, цвет нежен, ярко и прозрачен; если же любовь смешана с эгоистической страстью, окраска мыслеобраза получает мутный и пятнистый оттенок. Это относится и ко всем остальным окраскам мыслеобразов. Голубой цвет соответствует молитвенному поклонению, жёлтый – интеллектуальности, оранжевый – гордости, светло-зелёный – симпатии, но зеленовато-серый означает лживое настроение, а коричневатозелёный с красными пятнами – ревность; гнев и чувственность выражаются разными оттенками красного цвета, раздражительность – мелкими красными пятнами по цветному полю, мёртвые сероватые тона выражают страх и уныние, светло-коричневый – скупость, серовато-коричневый – эгоизм; злоба передаётся почти чёрным цветом. Лиловый цвет выражает духовность и бескорыстную преданность. Сияние и чистота окрасок определяют размер и силу того чувства, которое вызвало мыслеобраз к жизни.

При изучении мыслеобразов следует иметь в виду три главных основных признака:

- 1) особенности цвета мыслеобраза определяют качество мысли;
- 2) форма мыслеобраза указывает на природу мысли;
- 3) точность и определённость его очертаний свидетельствует о ясности мысли.

Обращение к первоисточникам оккультной мысли и знания поможет читателю выработать своё представление о данном круге проблем и укажет ключ к определению высоких духовных понятий.

Йог Рамананта

**МАЛЫЙ СБОРНИК
МАНТРАМОВ**

ПРЕДИСЛОВИЕ

Предлагая вниманию читателей этот небольшой сборник мантрамов, мы преследуем сугубо практические цели: дать тому, кто изучает Йогу вполне простые и действенные инструменты для контроля над собственной психикой и через посредство её – для контроля над здоровьем физического тела, памятуя о том, что последнее есть не что иное, как мысль в действии.

Термин «мантрам» в данном случае следует понимать как *утверждение*, до некоторой степени он соответствует также общепонятному русскому слову «молитва», которого мы в основном предпочитаем придерживаться.

При таком понимании «мантрам», или «молитва», есть особо составленный текст со специфической направленностью, который либо служит постоянным и действенным напоминанием самому себе о своих жизненных задачах, нравственных ориентирах и способах мобилизации внутренних сил для преодоления встречаемых препятствий; либо касается исполнения нами своих обязанностей перед собственным физическим телом (что связано с уходом за ним и поддержанием его здоровья, а также служит указанием на то, как грамотно пользоваться дарами и силами природы, восстанавливающими и поддерживающими здоровье – имеем в виду воду, пищу, воздух, солнечный свет, отдых и сон). В любом случае преследуется цель *избежать в жизни автоматизма, будить своё внимание, сделать каждое своё деяние, каждый шаг в жизни событием осмысленным, а не машинальным*. Долой рабство перед привычкой и бесцельную трату времени!

Мы странники не столько в пространстве, сколько во времени. Мы на пути.

Время – это такая материя, дороже которой нет ничего, а за ней идёт здоровье, дороже которого также ничего нет. Невероятная дороговизна этих двух вещей объясняется очень просто: оне – ткань, из которой скроена и сшита наша жизнь. Всё остальное для нас – производное из них.

Внутренне произнося слова «молитвы», следует не просто проговаривать слова, но *зорко* и *чутко* созерцать их смысл. Никакого словесного бормотания! Постоянно вызывайте в своём сознании внушаемые тем или иным мантрамом ощущения. Добивайтесь постоянной *свежести ощущений*, вызываемых словами молитвы, никакой рутины, никакого привыкания!

Следует учесть, что лишних слов в этих текстах нет, за каждым словом стоит определённое понятие, а определённое понятие вызывает проявление определённой вещи и определённой силы. Мы запускаем в действие конкретный механизм следствий, который будет работать нам во благо. Тем не менее в тексте есть особо важные слова, смыслу которых следует уделять ещё большее внимание, такие слова и написаны с заглавной буквы.

Текст молитв, разумеется, следует знать наизусть, иначе как же созерцать их смысл и в любую минуту жизни быть в состоянии сказать себе столь нужные и спасительные слова? Будем помнить, что человеку даются те испытания, которые он в состоянии выдержать. Но мы никогда не знаем этого. Соответствующий мантрам даёт такое знание. При решении всех трудных вопросов жизни разве есть другой способ, кроме обращения к собственному решению?

Быть собой – наука; быть другим – искусство; быть не собой – бедствие и недоразумение. Тут, поистине, есть над чем призадуматься.

«Сам не свой» – участь человека в этом мире, если следовать его требованиям. Настоящая жизнь начинается только тогда, когда человек становится «сам своим». Тут, поистине, есть над чем призадуматься.

Причина всяческой несвободы и рабства – в незнании истины. Узнайте истину – и станете свободными. Вот руководство к действию!

Корень зла и страдания – в незнании истины. Познай истину – и она сделает вас благими и счастливыми. Вот руководство к действию!

Познай самого себя – и узнаешь истину, ибо истина внутри нас. Вот руководство к действию!

Познайте самих себя и станьте самими собой – и будете совершенны как Отец наш Небесный. Вот руководство к действию!

Что ж, а теперь перейдём к делу. Сначала прочтите, а потом решайте, нужно ли вам это. А тогда либо работайте над собой и своею жизнью, либо отложите в сторону и продолжайте пребывать в рабстве у привычек и ходячих представлений. Но вы сами должны сделать свой выбор, сами должны сделать усилие – это очень важно. Мы не можем сделать этого за вас.

И.Р.

МАНТРАМ ПРОБУЖДЕНИЯ

Я – Дитя Природы!

**Я пробуждаюсь после Спокойного Сна,
Который Восстановил Мои Силы и Укрепил Меня.**

**Я Начинаю Мой Новый День, и Я Хочу Быть Здоровым!
И Ничто не сможет победить
Моё Желание
Быть Здоровым!**

**Я Проведу Мой Новый День с Пользой и Удовольствием!
И Ничто не сможет помешать Этому!**

Я – Дитя Природы, и Я Живу по Её Законам!

МАНТРАМ СВЕЖЕГО ВОЗДУХА

Я – Дитя Природы, и Я Наслаждаюсь Её Дарами!

**Природа Даёт Мне
этот Чистый и Свежий Воздух,
чтобы Я Мог Стать
ещё более Сильным и Здоровым.**

**Я Ритмично дышу Полным Дыханием и Тем Самым
Увеличиваю Полезное Действие Свежего Воздуха.**

**Я Вдыхаю в Себя
Здоровье, Силу и Энергию.**

Я Чувствую в Себе Приток Праны.

**Я Чувствую, как
Она Разливается во Мне,
Укрепляя всё Моё Тело.**

**Я Наслаждаюсь Ощущением
Обвевающего Меня Свежего Воздуха
и Чувствую на Себе
Его Благотворное Влияние.**

Я Люблю Свежий Воздух и Наслаждаюсь Им Вполне.

Я – Дитя Природы, и Я Дышу по Её Законам!

МАНТРАМ СОЛНЕЧНОГО СВЕТА

Я – Дитя Природы, и Я Наслаждаюсь Её Дарами!

**Я Купаюсь в прекрасном Солнечном Свете,
Который Мне даёт Природа.**

**Солнечный Свет Прибавляет Мне
Здоровья и Силы.**

**Я Пью из Него
Жизнь, Крепость, Красоту и Жизнеспособность.**

Свет Солнца Наполняет Меня Энергией.

Я Чувствую в Себе Приток Праны.

**Я Чувствую, как
Прана Солнечного Света Разливается
во Мне
с Головы до Ног,
Укрепляя всё Моё Тело.**

**Я Чувствую, как
Она Накапливается в Солнечном Сплетении.**

Я Люблю Свет Солнца и Наслаждаюсь Им вполне.

Я – Дитя Природы!

МАНТРАМ ВОДЫ

Я – Дитя Природы, и Я Наслаждаюсь Её Дарами!

Вода – Укрепляющее Средство Самой Природы!

**Я пью эту Вкусную и Чистую Воду,
чтобы Извлечь из Неё Водяную Прану
и чтобы Снабдить Моё Тело
Необходимым Запасом Жидкости.**

**Я Доставляю Телу Жидкость,
Необходимую для Его Жизнедеятельности,
и Это Прибавляет Мне Здоровья и Силы,
Превращает Меня
в Здорового, Естественного Человека.**

Эта Вода Принесёт Мне Ещё Больше Здоровья!

За Здоровье и Здоровых Людей!

**Я Наслаждаюсь Вкусом Воды
и Ощущением Утоляемой Жажды, Которое
Я Испытываю.**

Я – Дитя Природы, и Я Живу по Её Законам!

МАНТРАМ ПИЩИ

Я – Дитя Природы, и Я Ем по Её Законам!

**Природа Даёт Мне эту Вкусную и Здоровую Пищу,
чтобы Я Мог Доставить Моему Телу
Строительный Материал и Извлечь из Неё
Необходимую для Моего Тела Пищевую Прану.**

Эта Пища Принесёт Мне Величайшую Пользу!

**Я Наслаждаюсь Вкусом Пищи
и Ощущением Утоляемого Голода,
Которое Я Испытываю.**

**Я, Медленно и Осторожно, Жую эту Вкусную Пищу,
Обильно Пропитываю Слюною
и Тщательно Пережёвываю Её Зубами,**

**чтобы Извлечь из Неё как можно больше Пищевой Праны,
чтобы Подготовить Её для Моего Желудка,
чтобы Доставить Моему Телу
Необходимый для Него
Высококачественный Строительный Материал**

и

**чтобы, Давая Моим Зубам Необходимую Работу,
Которая Вызывает
Усиленный Приток Крови к Корням Зубов,
Тем Самым Предохранить Их от разрушения.**

**Пережёвывая Строительный Материал,
из Которого Впоследствии Будет Состоять Моё Тело,
Я Тем Самым Жую, Делаю и Воспроизвожу Самого Себя.**

Я – Дитя Природы, и Я Наслаждаюсь Её Дарами!

МАЛЫЙ МАНТРАМ ЖИЗНИ

**Я Не признаю власти людей и обстоятельств
и Не позволяю Чужим мнениям, планам, настроениям и
вкусам
Влиять на Меня.**

**Я Умею Говорить «НЕТ» и Тем Избегаю
Ненужных хлопот и переживаний.**

**В Борьбе Добра со Злом Я Всегда
Сознательно Выбираю Сторону Добра.**

**Благие Силы! Поддержите Меня в Моём Выборе,
а также Даруйте Мне Чувствознание,
Которое Позволит Мне Различать Добро и Зло
не только во Внешнем Мире, но и Внутри Себя.**

**И да Вернётся Всякое Зло, ко Мне Обращённое,
К Источнику своему!**

БОЛЬШОЙ МАНТРАМ ЖИЗНИ

Я – Дитя Природы, и Я Живу по Её законам!

**Я дышу, ем, пью, работаю, отдыхаю,
сплю, очищаюсь Так,
как Того Хотела
Создавшая Меня Природа.**

Я Дышу Полным Дыханием Йогов.

**Ем Я только Тогда, когда Я Голоден,
и Ем лишь Столько, сколько Мне Нужно съесть
для Утоления Голода.**

**Я Хочу Быть здоровым,
и Я Всегда Здоров, Когда
Я Хочу Этого.**

И Ничто не может победить Моё желание Быть Здоровым!

**Меня по Жизни ведёт Разум, поэтому
Я Наслаждаюсь Жизнью, а не мучаюсь Ею.**

**Моя жизнь Наполнена Глубоким Смыслом:
Я Познаю и Совершенствую Себя и Других с тем,
чтобы Спасти и Улучшить Мир.**

**И Каждый День Моей Жизни
Выражает Этот Глубокий Смысл.**

**Я Умею Ценить Время
и Никогда не теряю Его напрасно.**

**Постепенно и Неуклонно,
Я Иду к Моей Цели,
и Ничто не может остановить**

**Моё Продвижение Вперёд!
Чтобы Достигнуть Мою Цель,
Я Постоянно Развиваю и Укрепляю
Мою Волю.**

**Я Непрестанно Развиваю в Себе Сосредоточенность,
Упражняю Моё Внимание,
Тренирую Наблюдательность
и Укрепляю Мою Память.**

**Я Контролирую Мои Мысли
и Умею Сосредотачивать Их.
Я Всегда Помню Древнюю Истину:**

**«Если наши мысли рассеиваются,
то и силы наши рассеиваются».**

**Я Владею Моими Эмоциями и,
Безжалостно подавляя недостойные,
Позволяю Проявляться во Мне лишь
Прекрасным Эмоциям.**

**Я Контролирую Каждое Моё Слово.
Каждое Слово, Произносимое Мною,
Осмыслено и Исполнено Силы.
Я Говорю только Тогда, когда Мне Есть Что Сказать.
Я Произношу Слова Чётко, Говорю Красиво
и Получаю Наслаждение от Своей Речи.**

**Я в Совершенстве Управляю
Всеми Моими Движениями.
Все Мои Движения и Позы Прекрасны
и Я Постоянно Наслаждаюсь Их Красотой.**

**Я Ценю и Люблю
Красоту и Порядок
во Всём Окружающем и в Себе.**

**Я в Полной Мере Наслаждаюсь
Прекрасным Мгновением,
а непрекрасное Умею Делать Прекрасным.**

**Поэтому Я Никогда Не тороплюсь жить и
Наслаждаюсь Каждым Мгновением Моей жизни,
Которое Всегда Прекрасно.
Я Провожу Мои Дни с Пользой и Удовольствием,
и Ничто не может помешать Этому!**

**Я Уверен в Себе,
Я Верю в Свои Силы и
Я Знаю, что
Я Всегда с Честью Выйду
из Любой конфликтной ситуации,
потому что Я Живу Честно
и Никогда не поступаю
Вопреки Моей Совести и Моим Принципам.**

**Поэтому Я Никогда Не нервничаю,
Поэтому Я Всегда Спокоен, Радостен и Счастлив,
Спокоен, Радостен и Счастлив
Наперекор Всем невздам,
Не имеющим Никакой власти надо Мной.**

**Я Излучаю из Себя
Свет, Радость, Любовь, Доверие,
Мудрость, Справедливость, Спокойствие,
Здоровье, Силу, Уверенность в Себе и Доброту.**

**Всё Это Относительно и Абсолютно
Продляет Мою Земную Жизнь.**

Я – Венец Творчества Природы!

Я – ЧЕЛОВЕК!!!

МАНТРАМ ОТДЫХА

Я – Дитя Природы, и Я Живу по Её Законам.

**Я Даю Моему Телу
Необходимый Отдых и Расслабление.**

**Я Чувствую, как
Мышцы Моего Тела Расслабляются с Головы до Ног,
и Чувствую, как
Тело Всей Своей Тяжестью Ложится на постель.**

**Пальцы Моих Рук, Мои Руки, Ноги и Голова –
Всё Моё Тело
Наливается Свинцовой Тяжестью.**

**Я не в силах напрячь
ни единую мышцу Моего Тела.**

**Я Ритмично Дышу Полным Дыханием
и Чувствую, как
Оно Наполняет Меня Праной.**

**Я Чувствую, как
Прана Входит в Меня при вдохе и
Накапливается в Солнечном Сплетении при выдохе,
Оживляя Всё Моё Тело.**

**Этот Отдых Принесёт Мне Величайшую Пользу и
Освежит Меня!**

Я – Дитя Природы!

МАНТРАМ СНА

Я – Дитя Природы!

**Я Прожил Ещё Один День, Который
Прибавил Мне Мудрости.**

**Я Хорошо Поработал и Хорошо Отдохнул,
Прожитый День Принёс Мне
Удовлетворение и Радость.**

**А Теперь, После Трудового Дня,
Я Хочу Восстановить Мои Силы и Засыпаю.**

**Я Чувствую, как
Мышцы Моего Тела Расслабляются
с ГОЛОВЫ до НОГ,
и как
Тело Всей Своей Тяжестью
Ложится на постель.**

**Пальцы Моих Рук, Мои Руки, Ноги и Голова –
Всё Моё Тело
Наливается Свинцовой Тяжестью.**

**Я не в силах напрячь ни единую Мышцу Моего Тела,
и лишь Дыхательные Мускулы
Работают Медленно и Ритмично.**

**Я Чувствую Себя Тяжёлым Камнем,
Лежащим на Земле.
Я Един со Всей Землёй, Вращающейся
в Межпланетном Пространстве
Вокруг Солнца
и Слит с Нею.**

Я Наслаждаюсь Своей Праздностью.

Я Ритмично Дышу Полным Дыханием Йогов.

**Сон Принесёт Мне Величайшую Пользу
и Освежит Меня.**

Все Мысли и Заботы Выходят из Меня.

Я Засыпаю...

Б у д д а Ш а к ь я м у н и

**МЫ – ТОЛЬКО
ПОСЛЕДСТВИЯ СВОИХ
МЫСЛЕЙ**

ПРЕДИСЛОВИЕ

Можно, конечно же, спросить: почему появилось такое прочтение мыслей Будды? Какая в том была надобность? Ответ один – вовсе не случайно: появление её вызвано жизненной необходимостью. Какого рода эта необходимость? – Троякого: во-первых, пагубный уклад современной русской жизни, противодействием чему может быть пусть даже незначительное распространение учения Будды; во-вторых, неудовлетворительность текстов Будды, имеющих по сей день на русском языке; и, в-третьих, совершенно превратные представления об учении Будды, бытующие сегодня как на Западе, так и на Востоке, и, в частности, в России. Разъясним подробнее.

О современном состоянии русского общества можно сказать только, что оно ввергнуто в *безумие*, и безумие его ужасно. Никогда прежде русские не были так самозабвенно погружены в материальные дразги, никогда прежде они не были так загипнотизированы действительностью, которая в действительности не действительна, ибо представляет собой иллюзию, жалкую и ничтожную. Никогда прежде русские не были так *помешаны* на наживе и выживании. Никогда ещё честь и совесть и человеческое достоинство не были у них в таком постыдном пренебрежении, как сегодня. Болезнь эту необходимо лечить, и лечить как можно скорее, потому что иначе – смерть. Одним из лекарств при оздоровлении русского общества может быть ознакомление как можно большего круга русских людей с идеями Будды. Поэтому появилась эта книга.

К сожалению, сложилось так, что у людей имеются самые ошибочные и нелепые представления об учении Будды. Существует даже мнение, что это какая-то «атеистическая религия», которая «отменила» Бога, а вместо Него обожествила собственного пророка; религия, которая призывает к пассивности и, более того, – к самоуничтожению, объявляя всё сущее иллюзией и бессмысленным самообманом. Наконец, люди смешивают и неспособны различать две совершенно различных вещи: буддизм, т.е. существующую сегодня религию, и учение самого Будды, которое было учением философским и одновременно практическим и глубоко антирелигиозным. Мы объясняем это различие и ратуем не за буддизм, но за учение самого Будды. Поэтому появилась эта книга.

Теперь о филологической стороне вопроса, к которой, собственно, и свелась основная наша работа.

Мы уже сказали, что не можем признать имеющиеся на русском языке тексты Будды удовлетворительными. Дело не только в их разобщённости и разбросанности, но и в рабском отношении переводчиков к тексту, когда они, ничтоже сумняшеся, ставят в русском предложении палийские и санскритские слова, (подчас забывая притом о склонении и согласовании). Вот они, эти слова, перед которыми переводчики останавливаются в бессилии и беспомощности: *дхамма*, *нирвана*, *архат*, *бхикшу*, *санкхара*, *читта*, *брахман*, *сансара*, *майя* и т. п. Иногда следуют учёные комментарии переводчиков и редакторов, что-де то или иное слово очень ёмко и многозначно в языке оригинала, так что нет ну, решительно никакой возможности передать мысли и чувства подлинника по-русски. И невдомёк многомудрым востоковедам, что их бездушное сочинительство оказывает медвежью услугу делу, которое они взялись выполнять. По словам Делиля, «в переводах чрезмерная верность оказывается самой большой неверностью». Ну не говорят ничего уму и сердцу русского читателя такие фразы, как: «Один день жизни видевшего высшую дхамму лучше столетнего существования человека, не видящего высшей дхаммы». «Вкушающий дхамму живёт счастливо». «Длинна йоджана для уставшего, длинна сансара для глупцов, незнающих истинной дхаммы». «Покинув тёмную дхамму, пусть мудрец пестует светлую». «Нет вечной санкхары; у просветлённых нет непостоянства». И так далее, и тому подобное, примерам этим несть числа.

Мы – принципиально – поставили перед собой задачу дать Будде возможность *говорить по-русски*, без каких-либо индуизмов, без посредства санскрита и пали. Разница вышла значительная и бесспорная: всякий может убедиться, что теперь Будда говорит по-русски ясно, недвусмысленно и с должной силой. Поэтому появилась эта книга.

Из-за полного равнодушия к истории и хронологии, характерного для Древней Индии, толком теперь даже неизвестно, когда именно жил Будда. По традиции, существуют два варианта исчисления лет его жизни: 623 – 544 гг. до н.э. или 563 – 473 гг. до н.э.* Нам бы хотелось избежать двух

* Но в любом случае он оказывается современником Пифагора. К слову сказать, сходство некоторых положений буддийского учения с пифагорейским, а впоследствии и стоическим, прямо-таки поражает. (Й.Р.)

крайностей: говорить о Будде как о божестве, как то делают буддисты, или говорить о нём в манере материалистов просто как о человеке, который жил и умер. Мы предпочитаем говорить о нём как о человеке необычайном, необыкновенно одарённом, который зорко всё видел и очень остро чувствовал и которому также, благодаря его устремлённости, открылась истина, коию он и поведал миру. А из этой истины мир воспринял уже только то, что мог воспринять, да и это впоследствии переиначил и исказил.

Р. Пишель в своей книге о Будде и буддизме справедливо указывает: «Нет другой древней религии на Земле, история которой была бы теперь более ясной, чем буддизм. Она показывает нам, как из первоначально весьма простого, лишённого культа учения, могла возникнуть церковь, выродившаяся в пустые формулы и в поповскую показную пышность. В древних буддийских текстах Будда выступает перед нами человеком, променявшим удобства и роскошь на жизнь, исполненную трудов и лишений, и покинувшим родину для безродного существования, в поисках истины. В продолжение своей долгой жизни он желал только добра и творил добро. Истинный сын своего народа, он должен быть судим как индус. И кто так к нему относится, тот не усомнится в признании его за одного из величайших и значительнейших людей, каких только знает история».

Надо сказать, что Будда,* или Шакьямуни, а вернее – Сиддхарта Гаутама, не был книжным человеком. Как и Христос, как Сократ и Эпиктет, он не написал ни строчки. Поэтому его подлинные слова до нас не дошли. Изречения, которые по традиции приписываются ему, – лишь отрывочные пересказы его слов, сделанные, в лучшем случае, его учениками. Это объясняет многие параллели, повторы и приблизительность образов, хотя сам Будда – и это доподлинно известно – говорил ярко, энергично, доходчиво, что совершенно естественно, ведь без этого условия его пропаганда и агитация не были бы столь сокрушительно успешны.

Таким образом, всё это несовершенство исходных текстов вполне закономерно и сильно напоминает то, что полтысячелетия спустя

* «Будда» – это почётное прозвище, его обычно переводят как просветлённый, но можно перевести и как пробуждённый (санскритское слово будда одного корня с русским будить и сохраняет его значение); а также понимающий, знающий; и ещё: изучивший, постигший. (Й.Р.)

произошло с Христом, с той лишь разницей, что в *первоначальной* литературе буддизма нет такого изобилия первоисточников и их конкуренции, приведшей в христианстве к разделению текстов на канонические и апокрифы. Здесь источники сравнительно скудны.”

Наиболее значительным сборником такого рода является «Дхаммапада». Согласно традиции, она составлена из изречений, которые Будда произнёс по тому или иному поводу. Составлен этот сборник уже в более поздние времена, когда буддизм из руководства к делу выродился в религию. Как нетрудно убедиться, построение этой книги произвольно и малоудачно, во многом сделано чисто механически. И поскольку нас интересует учение самого Будды, а не буддийская религия, то мы сочли полезным новую книгу составить совершенно иначе: её структура определяется той единственной и неповторимой конфигурацией идей, которая присуща учению Будды. При этом оказалось полезным существенно расширить пределы материала и, выйдя за рамки «Дхаммапады», внести некоторые изречения Будды из других источников канона. Поэтому это совершенно новая книга за авторством Будды, написанная по-русски и предназначенная прежде всего для русских.

Отметим, что академический русский перевод канонической «Дхаммапады» – хотя и чувствуется, что выполнен он с изрядной тщательностью и добросовестностью, – мы вынуждены признать весьма мало удачным. Говоря по-русски, он вырублен *топором*, тогда как сказанное там вполне заслуживает того, чтобы его написали пером. В своей работе над текстом мы именно к этому стремились.

Мало кто отдаёт себе отчёт в том, сколь в действительности сложен и тяжёлый труд переводчика, в особенности при переводе стародавних текстов. Аллан Кардек, в своём «Евангелии от Спиритизма», совершенно справедливо в этой связи указывает: «Надо принимать в расчёт нравы и характер народов, влиявших на особенности свойств того или иного языка: без этого понимания настоящий смысл некоторых слов исчезает. При переводе с одного языка на другой одно и то же слово получает более или менее сильное выражение; так, на одном языке оно может

* В своём освещении вопроса мы полностью игнорируем более позднюю богатейшую литературу буддизма, написанную на многих восточных языках. Мы, в данном случае, ограничиваемся учением только самого Будды. (И.Р.)

служить выражением оскорбления или богохульства, тогда как на другом оно не имеет того значения, какое ему придадут; даже в одном и том же языке некоторые слова теряют своё значение по истечении нескольких столетий. Вот почему строго дословный перевод не всегда передаёт мысль в совершенстве, и для того, чтобы быть точным, надо иногда употреблять слова не буквальные, а однозначные или перефразы».

Вольтер, помнится, совершенно справедливо указывает: «Горе тем, кто переводит буквально и, передавая каждое слово, обескровливает смысл. Именно здесь можно сказать, что буква убивает, а дух животворит». По нашему убеждению, переводчику, ни при каких обстоятельствах, не следует уподобляться джинну и быть «рабом лампы», а подобает относиться к своей задаче *творчески*. Это правило не знает исключений, и здесь они неуместны более, чем где-то ещё. Если переводчик отдаёт предпочтение букве, а не духу, то он убивает текст, губит произведение и только напрасно отпугивает ни в чём не повинного читателя.

Но дело не только в этом. При всём уважении к познаниям русско-советских и западных филологов мы не считаем для них возможным верно понять восточное учение, идеи и цели которого им совершенно чужды, которых они не разделяют, на которые смотрят снисходительно со стороны, будучи убеждены в ошибочности самого учения. Такой подход бесперспективен, и в нём совсем немного смысла. Ведь как говорит Гегель, «невозможно познать вещи, исходя из их ложности». В лучшем случае такие учёные могут воспринимать подобного рода тексты как... поэзию. Такое отношение, кстати сказать, и выражено в предисловии к названному переводу «Дхаммапады»: «Прелесть *Дхаммапады* заключается в необыкновенном изяществе её сутр, каждая из которых представляет собой законченный афоризм, поражающий ёмкой краткостью и образностью».

Мы считаем, что когда вопрос ставится так, что нам предлагается сделать выбор между теориями материалистов, с одной стороны, и теориями всевозможных мистиков, индийских духовидцев и им подобных, с другой, то в конечном счёте этот выбор сводится к вопросу о том, кому следует отдать предпочтение в постижении истины: тем ли, кто думает об этом с 9 часов утра и до 18 вечера, с перерывами на обед и отвлекаясь на всевозможные другие занятия, это с одной стороны, или же тем, которые отказались от всех благ и забот этой жизни и, можно сказать, от

неё самой и которые ушли совсем из общества, дабы иметь возможность беспрепятственно и постоянно размышлять над разрешением загадок бытия и постижением тайн Высшей Истины.

Спрашивается, какой, например, толк писать русскими словами такую фразу: «Убив мать и отца и двух царей из касты кшатриев, уничтожив царство вместе с его подданными, брахман идёт невозмутимо. Убив мать и отца и двух царей из касты брахманов, убив пятым человека-тигра, брахман идёт невозмутимо». Чему здесь может научиться читатель? Ведь если ты знаешь, что мать, в данном случае, – *желание*, отец – *гордыня*, царство с подданными – *чувственные удовольствия*, человек-тигр – *препятствия к достижению блаженства*, два царя из касты брахманов и два царя из касты кшатриев – это *две ложные системы взглядов*,* то тогда ты, наверное, напишешь так: «Убив желание и гордыню, сознав заблуждения ложных учений, устранив чувственные удовольствия и все препятствия на пути блаженства, ведающий истину идёт по жизни невозмутимо». Очень вольно? Ну что ж, зато не вздор и верно по сути.**

Кстати, о *брахманах*. Бессмысленно применительно к Будде писать по-русски это слово. Бессмысленно заменять его *жрецом*, *священнослужителем* или *монахом*, потому что Будда отрицает всякую церковь и всю её иерархию. В его устах слово «брахман» звучит скорее как укор самозванцам, потому что, в его понимании, притязания брахмана позволительны только тому, кто постиг истину. А тогда бессмысленная по-русски глава о брахманах приобретает совершенно иное и энергичное звучание как о *ведающих истину*.

Но есть в оригинальном тексте слова-образы, которые часто встречаются, которые русскому читателю в общем понятны и которые бесполезно толковать при переводе, но толкование которых при чтении

* Можно не уточнять в переводе, что два царя из касты брахманов – это *этернализм* (т.е. вера в вечное существование души и мира), а два царя из касты кшатриев – это, напротив, вера в уничтожение души и вера в то, что души вообще не существует. (Й.Р.)

** Нам бы не хотелось быть превратно понятыми: мы не считаем себя вправе кого-то бранить или осуждать. На этих немногих примерах, коими мы предпочли ограничиться, дабы напрасно не утомлять читателя, мы просто показываем, чем вновь предлагаемая работа отличается от предыдущих. (Й.Р.)

следует учитывать. Это: *поток* – заботы и тревоги материальной жизни, весь её уклад; *остров* – внутреннее, т.е. *духовное* убежище, против которого бессилён *поток*;^{*} и *берег* – окончательное освобождение от земных перевоплощений в посмертном существовании.

Необходимо, пожалуй, отметить, что сопоставлению сходства и различия в учениях двух великих наставников человечества – Будды и Христа – посвящены горы учёной литературы, но суть проблемы, по нашему мнению, наиболее удачно и немногословно выражена Г.К. Честертоном: *«Будда привлекает нас действием, отказом; но это действие переносит его в мир отрицания, ничуть не похожий на драму. И мы не поймём нравственной силы великого мистика, если не заметим, что он разделился с драмами, чья суть – желания и борьба, конец – поражение и отчаяние. Он обрёл мир и стал учить других, как обрести его. С этих пор он жил жизнью философа, несомненно, более идеального, чем Аполлоний; делом его были не дела, а объяснения. Он объяснял, точнее, мягко сводил на нет все и вся. Христос сказал: «Ищите Царства Божия, и это всё приложится вам». Будда учил: ищите Царства, и вам ничего не будет нужно».*

Здесь мы прямо-таки *обязаны* сказать несколько слов об одной исключительно важной вещи, без знания которой какое-либо понимание учения Будды, учения Христа или иного оккультиста высокого толка оказывается невозможным. Люди Запада, люди действия имеют обыкновение гордиться своими познаниями и своей наукой. Но, между тем, мироощущение, миропонимание человека Запада страдает странным искажением, в нём наличествует *чудовищная* аберрация: не исполнив дело самопознания и, стало быть, не зная о себе ничего стоящего, он, исходя из себя же, пытается объяснить Вселенную. Разве результаты таких объяснений повод для гордости? Нет. Они повод для горькой улыбки со стороны тех, кто знает большее. Человек, сформированный современной

* Сходная символика со скалами и морскими волнами встречается у Марка Аврелия и у Лермонтова: «Будь подобен скале: волны беспрестанно разбиваются о неё, она же стоит недвижимо, и вокруг неё стихают взволнованные воды». – «Укор невежд, укор людей души высокой не печалит; пускай шумит волна морей, утёс гранитный не повалит!» У Белинского также есть подобная мысль: «Яростная волна подмывает песчаный берег и с бессилием разбивается о гранитную скалу». (И.Р.)

цивилизацией и культурой, человек светский, человек плотский имеет касательно себя твёрдое убеждение, будто он есть *это* физическое тело. Такое мироощущение он разделяет с животными, у которых оно вполне уместно. Если наука Запада станет когда-нибудь достойна своего назначения, тогда она будет учить тому, что было всегда известно оккультистам всего мира, а именно: что человек не есть физическое тело, он есть душа, *пользующаяся этим телом как орудием*. В этом невероятно огромная разница. Эта простая мысль является аксиомой для каждого серьёзного оккультиста, а для оккультиста высокоразвитого, для Будды, для Христа – это вещь вполне *очевидная*. Без знания и понимания этой истины любое оккультное учение выглядит скопищем нелепостей и ни на чём не основанных утверждений, весь пафос его теряется. Когда наш ум озарён светом этой истины, всё встаёт на свои места и мы верно понимаем учение.

Вопрос о возрождении, воплощении, перерождении, перевоплощении – одним словом, о *реинкарнации* – всегда был и остаётся главнейшим вопросом оккультной философии. По учению оккультной философии, каждое существо, помимо грубо материального, видимого, уничтожающегося тела (*стхулашарира*), обладает ещё тонким внутренним телом (*лингашарира*), которое вместе с душой переходит из одного грубого тела в другое. Это внутреннее тело есть субстрат всех психических процессов, и оно образовано рядом элементов, во главе которых стоит орган мышления или мыслительная субстанция, *буддхи*, буквально «разум». Эту мыслительную субстанцию приводят в движение *самскара* или *васана*, т.е. присутствующие в разуме впечатления, оставшиеся в нём от прежних дел (*карма*) и передающиеся от рождения к рождению по наследству. *Самскары*, стало быть, суть то, что осталось скрытым в духе от прежних рождений и что при достаточных для того условиях развивается в духе и ведёт к новым делам. Эти *самскары* в продолжении многих перевоплощений особи могут пребывать скрытыми; существо может совершенно не сознавать их, но оно, тем не менее, обладает жизненной силой и снова выступают при подходящих условиях. Это – скрытые восприятия, предрасположения, открывающие возможность добрых и злых дел, служащие побуждениями к ним, подобные бациллам, развивающимся при определённых, благоприятных для них условиях. Покуда, стало быть, такие *самскары* имеются в духе,

он не может успокоиться. Их нужно поэтому уничтожить. Это достигается тем, что человек уничтожает «неведение» (*авидья*). Под неведением, оккультная философия подразумевает незнание того, что дух и материя – нечто совершенно между собой различное. Если человек *сознает* – это заблуждение исчезает. Соединение духа с телом прекращается, наступает состояние «однобытия» (*кайвалья*), «избавления» (*мукти*), «погашения» (*нирвана*). «Неведение» есть причина самскара. Таково учение Будды.

И ещё. В учении *Просветлённого* нет ничего враждебного ни православию, ни католичеству, ни вообще христианству. Мало кто знает, но факт, что Будда – не только основатель буддизма, но и христианский святой: Иосафат – у католиков, и индийский царевич Иоасаф или Иоасаф Прекрасный – у православных, память которого отмечается 19 ноября.

Предупреждаем читателей: настоящая книга – не книга для чтения, а *книга для медитации*. Лучше всего читать её изо дня в день по одной главе, тщательно обдумывая прочитанное и стараясь не только запечатлеть его в памяти, но и уразуметь *умом*, а всего более – *сердцем*. Благие результаты не замедлят сказаться.

Дабы быстрее и легче проникнуться духом учения Будды, настоятельно рекомендуем созерцать глубокий и прекрасный смысл молитвы, которую буддийские монахи поют в вечерний час: «Видимые и невидимые существа и те, кто близ меня, и те, кто далеко, да будут все счастливы, да будет радостно сущее. Не вредите один другому, не пожелайте зла. Как мать, жертвуя жизнью, охраняет своё дитя, так и ты безгранично возлюби всё сущее. В лесу ли под тенью дерева, в пустыне ли, о братья, помните о Вещем – Будде, и не будет вам страха».

ṽor paṁānantā

31 августа 2007 г.

Б у д д а *

(623 – 544 гг. до н.э.)

- Как невидим путь орла в небе, так же незрим путь мудреца среди людской суеты.
- Умей мы ясно увидеть, сколь великим чудом является один-единственный цветок, вся жизнь наша переменилась бы к лучшему.
- Величие того, кто хозяин самому себе, превосходит величие того, кто хозяин всему миру.
- Самый прекрасный из даров, какой ты можешь принести людям – это поделиться с ними своим озарением. Нет ничего более великого, ничего более важного.
- Я не учитель, я не целитель. Я тот, кто пробудился от сна в мире спящих.
- Человек постоянно склонен порицать других: он смотрит только на их ошибки, видит лишь их заблуждения, а в это время собственные страсти всё более заполняют его, устраняя от совершенства.
- Мы все – только следствие того, что мы думаем, итог своих мыслей.
- Дух есть всё: о чём ты думаешь, тем ты и становишься.

* © Йог Раманантата, перевод с французского, английского, итальянского, немецкого, испанского и псевдорусского; редакция, композиция и секвенция афоризмов; 2019 г.

- Тому, кто живёт в постоянном страхе, не следует обольщаться мыслью, будто он знает, что такое жизнь.
- Если жизнь человека чиста, ничто не может погубить его.
- Каждый человек – сам творец собственного здоровья и своих болезней.
- Все наши суждения о вечности, ничуть не более ценны, чем суждения цыплёнка, ещё не вылупившегося из яйца, о мире, в котором ему предстоит жить.
- Человек возвращается в сей мир, дабы пожать жатву дел, посеянных им в прошлой жизни. Таково воздаяние, такова его нынешняя земная жизнь.
- Самое важное в жизни человека – это наконец уразуметь, ради исполнения какого дела он явился на землю, а уразумев, посвятить себя этому делу без остатка.
- Велика сила самопознания, которой наделён ум. Истинно говорю тебе, друг, что в этом самом теле, хоть оно смертно и росту в нём не более пяти вершков, заключается целый мир, его развитие и его упадок, а также и путь, ведущий к освобождению.
- Мир приходит изнутри. Не ищите его снаружи.
- Во время долгого путешествия, которое есть жизнь человеческая, вера – лучший из попутчиков; лучший отдых в пути; и самое большое достояние.
- Кто ведает истину, говорит речь правдивую, поучительную; нет в ней резкости, и она никого не обижает.

- О, страждущие, знайте! Я покажу вам истину. То, что мы есть, есть только следствие того, что мы думали прежде. То, что мы есть, имеет основание в наших мыслях. Если человек говорит и действует с чистыми помыслами, то счастье следует за ним неотступно, как тень.
- Не живите в прошлом, не грезьте будущим, сосредоточьте мысль на текущем мгновении!
- Прошлое – всего лишь сон; будущее – обманчивый призрак; настоящее – облако, проплывающее мимо.
- Если хочешь узнать прошлое, то всмотришься в настоящее, кое есть его итог. Если хочешь узнать своё будущее, посмотри на своё настоящее, ибо оно есть его причина.
- Вы сейчас то, чем занимались прежде. В будущем вы станете тем, что делаете сейчас.
- Не оплакивать прошлого, не заботиться о будущем, но жить настоящим – в этом причина для того, чтоб быть радостным и счастливым.
- Есть только одно время, которое важно не пропустить напрасно, и это время – вот это самое мгновение, которое ты живёшь здесь и сейчас.
- Одних огорчает неустроенность дел в этом мире; другие подвергают себя всевозможным истязаниям ради грядущей жизни в раю: поистине люди несчастны из-за своих надежд на будущее счастье и, так и не достигнув цели, в конце концов впадают в беспросветное несчастье.
- Крайне важно позаботиться о насущном сегодня – завтра будет уже слишком поздно. Смерть приходит неожиданно. Как бы мы стали торговаться с нею?

- Не зарывайся в прошлое и не блуждай в будущем. Прошлого больше нет, будущее ещё не наступило. Жизнь, как она есть здесь и сейчас – вот что всесторонне рассматривает упражняющийся в твёрдости и свободе духа.
- Крепко запомните: нет ни в чём постоянства, постоянны только сами перемены.
- Сами перемены никогда не бывают мучительными, а вот сопротивление переменам таковым неизменно оказывается.
- Капля за каплей наполняется сосуд.
- Каждое утро мы рождаемся заново. То, чему посвящён сегодняшний день, важнее всего остального.
- Тучи никуда не деваются: они превращаются в дождь.
- Забвение – вот истинный царь мира сего.
- Все вещи появляются и исчезают из-за содействия причин и условий. Ни одна вещь не существует и не может существовать сама по себе, всякая вещь находится во взаимодействии со всеми прочими.
- Распад и разложение естественное свойство всех сложных, составных вещей. Поэтому принимайся за дело с осторожностью!
- Всё возникающее преходяще: его не было, оно появилось и оно исчезнет.
- Чтобы увидеть то, что видели лишь немногие, ты должен побывать там, где были эти немногие.

- Всё, что преходяще, недостойно ни нашей радости, ни нашей склонности.
- Человек может добиться большого успеха и огромного состояния, но как бы ни были велики его состояние и успех, колесо судьбы, при малейшем движении, вновь повергнет его во прах.
- Не стоит недооценивать то, что у вас есть, ещё более не стоит завидовать другим. Кто завидует другим, для того состояние безмятежности остаётся недостижимым.
- Никто не спасёт нас, кроме нас самих. Никто не может и не в силах этого сделать. Мы сами должны пройти свой путь.
- Жизнь для каждого из нас – это не трудность, ждущая своего разрешения, это – опыт, который нам надо пережить.
- Нога ощущает себя ногой, когда чувствует под собой почву.
- Нет пути, ведущего к счастью: счастье и есть путь.
- Тысячи свечей могут быть зажжены от одной-единственной свечки, и жизнь её от этого не станет короче. Счастье никогда не уменьшается от того, что делишься им с другими.
- В этом мире мы, чтобы жить в единодушии и согласии. Те, кому это известно, не воюют и не спорят между собой.
- Удовлетворяйте жизненные нужды так, как бабочка пьёт нектар из цветов: не нарушая ни их запаха, ни их цельности.
- Легко делается причиняющее вред. Хорошее и идущее на пользу совершается с величайшим трудом.

- Крайности подобны ловушкам и засадам; оставайся в середине, но даже за середину не держишь особенно крепко.
- Если слишком сильно натянуть струну ситара, она лопнет; если слишком слабо – не издаст ни звука. Музыка возможна только при среднем натяжении струн. Путь просветления держится разумной середины. Это линия, идущая на равном удалении ото всех крайностей.
- Подлинное счастье возможно только в одном-единственном случае: если ты идёшь по правильному пути.
- Нельзя передать свою мудрость кому-то или научить ей других.
- Если ты на самом деле счастлив, это значит только одно: путь, избранный тобой, верен!
- Если человек живёт чистой жизнью, никому и ничему не дано погубить его.
- Мы все бойцы, мы все воины. Истинно сказываю вам, что самый великий боец, величайший воин не тот, кто на войне победил тысячи врагов, но тот, кто наедине с собой сумел обуздать свои страсти.
- Никому нельзя очистить кого-то другого: каждый очищается только сам.
- Чем больше открытости, тем жизнь становится легче. Ложка соли в стакане воды делает эту воду негодной для питья. Но та же ложка соли оказывается почти незаметной в озере.
- Учись ничего не удерживать – таков ключ к счастью.

- Приятное путешествие предпочтительнее прибытия.
- Чистота или грязь – личное дело каждого, никто не может очистить кого-то другого, но очистить самого себя может каждый.
- Будь там, где ты есть; иначе ты упустишь свою жизнь и начнёшь жить вместо неё чужую.
- Жизнь каждого из нас имеет свой предел страдания. Иной раз именно он содействует нашему пробуждению.
- Умный человек не может поверить в то, что счастье или страдание появляются без причины.
- Каждый искупает свою собственную вину. Очистить или испачкать себя мы можем только сами, никто другой не в состоянии сделать это за нас.
- Случится с тобою радость или беда в деревне ли или в лесу, не вини в том ни других, ни себя! Знать, карма твоя ещё не иссякла; как только она истощится, проявления сии прекратятся сами собою.
- Нет огня пламеннее страсти, нет судороги пагубнее гнева, нет сети коварнее обмана, нет реки стремительнее желания.
- Человек всё время меняется: он не один и тот же, но он и не становится кем-то другим.
- Всегда помните: нет ничего постоянного, кроме перемен.
- Не перемены мучительны, мучительно сопротивление переменам.

- То, что люди считают своей жизнью, не есть настоящая жизнь. То, что они считают своей жизнью – только обманчивая видимость. Такая жизнь проходит пустую.
- Лучший из путей – путь истины; лучшая из истин – истина освобождения; лучшая из добродетелей – уничтожение страстей; лучший из людей – тот, кто прозорлив.
- Никакой огонь не сравнится с силою страсти, и никакая акула не калечит и не убивает так, как ненависть; нет западни коварнее, чем безрассудный поступок, как и нет водоворота сокрушительней, чем жадность.
- Из всех страстей мира вождение – самая сильная. Все остальные страсти мира просто следуют по проторенному ей пути.
- Как бы мало ни было желание, ты оказываешься привязан к нему, как телёнок привязан к своей матери.
- Сознание, смущаемое желаниями, не может освободиться. Мудрость, смущаемая незнанием, не может развиваться.
- Земной человек – всего-то лишь кукла, которую природа дёргает за верёвочки, и эта кукла принимает себя совершенно всерьёз и самым нелепым образом ещё воображает себя некой личностью!
- Скука плодит больше вымогателей, чем скупость; больше – пьяниц, чем жажда, и, возможно, столько же самоубийств, как и отчаянье.
- Надо знать, каким должно быть достойное поведение мужчины или женщины посреди этого мира, где каждый судорожно цепляется за кучу рухляди, которую он считает своею. Сколь искренны могут быть приветствия и

пожелания у людей, которые, уносясь силою неудержимого потока, ещё к тому же стремятся обойти и опередить один другого?

- В оторванности и разъединённости состоит нищета и беда мира сего; в сострадании и сплочённости состоит его настоящая сила.
- Распаляемый жадностью, побуждаемый ненавистью, сбитый с толку обманом и заблуждением, направляемый неподвластным ему умом человек – на беду себе, на беду другим – выбирает ложный путь и испытывает боль и страдания.
- Всё проходит... Пройдёте и вы. Зная об этом, как же можете вы вести ссоры?
- Вселенная горит и сверкает! А мир человеческий погружён в непроглядный мрак. Ну почему же люди не стремятся к свету?
- Мы живём в постоянном страхе, а это всё равно, как если б мы не жили.
- Знал б ты, какой ущерб наносит тебе твой гнев, ты избегал бы его, как яда.
- Гневаться на кого-то – то же самое, что схватить рукой раскалённый уголь с намерением бросить им в кого-то. В итоге обжигашься только сам.
- Кто сдерживает народившийся гнев, как сходящую с пути колесницу, лишь тот – умелый ездок, а прочие только держатся за вожжи.

- Гнев не может исчезнуть, пока обида гнездится в уме. Гнев исчезнет без следа, как только чувство обиды будет предано забвению.
- Избегайте гнева, избегайте гордыни. Если вы ничем не связаны, ничем не скованы, вы недоступны печали.
- Мы будем жить счастливыми, если не станем питать ненависти к тем, кто ненавидит нас.
- Любовь к ближним – вот основа счастья, себялюбие – вот причина несчастья и бед.
- Быть щедрым, с лёгкой душой помогать и близким, и ближним, быть безупречным в деле своём и поступках своих – величайшее счастье, возможное человеку в жизни.
- Любите врагов ваших, потому что враги – благодетели ваши: если вы любите их, они помогают вам достичь совершенства.
- Хорошие люди и дурные люди, добрые и злые совершенно непохожи друг на друга. Дурные никогда не ценят проявленную к ним доброту, но мудрые люди ценят её и испытывают благодарность.
- Всё, что ты делаешь, да будет на благо и не причиняет страданий!
- Какой смысл в твоей доброте, коли ты остаёшься бездейственным?
- Ни огонь, ни ветер, ни рождение, ни смерть не в силах свести на нет наши благие дела и поступки.

- Среди благородных устремлений, позволяющих человеку подняться над самим собой и над окружением, следует числить как существеннейшие: отсутствие заурядных вкусов и наклонностей, искоренение лени и сонливости, тщеславия и заносчивости, преодоление пугливости и беспокойства, отказ от дурных желаний и влечений.
- Дорожи обществом мудрого, который указывает на твои ошибки.
- Как свеча не может гореть без света, так и люди не могут жить без духовной жизни.
- Семья – это место, где умы приходят в соприкосновение друг с другом. Если среди них царит любовь, то дом этот будет прекрасен, как цветущий сад. Но если меж умами согласия и созвучья нет, то всё выйдет так, как если бы на этот сад налетела буря и всё в нём переломала и искорёжила.
- Встречи с кем попало – это любовь без взаимности.
- Вы сами, как никто другой в целом свете, заслуживаете своей любви и нежности.
- Мир человеческий слеп. Зрячие в нём большая редкость, приятное исключение.
- В те времена, когда люди становятся всё дурнее и исчезает истинное учение, приумножается число законов.
- Если люди считают возможным шуметь, значит, они никогда не образумятся.
- Где пусто, там шум; наполненный сосуд сосредоточен на самом себе; глупец похож на полупустой кувшин, человек с умом – на глубокое озеро.

- Того, кто указывает тебе на твои недостатки и ошибки, почитай как указавшего тебе на сокровище. Проводи время с мудрым, осуждающим твои заблуждения. Поистине общение с таким человеком – величайшее из благ.
- Мудрым называют того, кто умеет и днём, и ночью сохранять бдительность; того, кто знает лучший способ прожить в одиночестве.
- Много страдания претерпевает тот, кто вынужден следовать за другим. Благо тому, кто может быть хозяином самому себе! В общении много вынужденного и неприятного; такую скованность тяжело выдержать.
- Мир этот погружён во мрак, немногие здесь в состоянии видеть ясно, и редок тот, кто в полёте мысли поднимается в небо, словно птица, вырвавшаяся из сетей.
- Сидеть в одиночестве, в одиночестве отдыхать и в одиночестве ходить, занимаясь делами, не ведая лени и не унывая. Кто хорошо понимает причины страдания, наслаждается полной умиротворённостью, пребывая в одиночестве.
- Обстоятельно взирая на жизнь, возможно видеть всё с необходимой ясностью. Не будучи ничем порабощён, человек в состоянии оставить все вождедения. И как итог – жизнь, исполненная радости и покоя. Вот что такое жизнь в полном одиночестве.
- И мудрец – величайший из людей, и слон – величайший из зверей, оба согласны, что нет ничего лучше одинокой жизни в глухом лесу.
- Лес – совершенно особенное живое существо, коего доброта и склонность безграничны, кой не предъявляет никаких

требований и щедро делится своими сокровищами. Всем живым существам дарует он защиту и не жалеет тени даже для лесоруба, который явился, чтоб его погубить.

- Живите под сенью высоких деревьев.
- Прекрасны леса, в которых исполненный мирской суеты чувствует свою неуместность. Именно там радостно пробуждённому, ничего не желающему от мира суеты людской.
- Домашняя жизнь исполнена бесконечных забот и непрекращающейся борьбы с грязью и нечистотами. Трудно жить полноценной духовной жизнью, совершенной и чистой во всех своих проявлениях, будучи запертым в четырёх стенах.
- Когда долго живёшь на одном месте, скапливается много вещей, появляется много дел и обязанностей, приходится вести общение со множеством семей; а когда уезжаешь, то испытываешь боль расставания и разлуки.
- Учись у дерева: не дорожи мёртвыми листьями, пусть их падают на землю!
- Будь подобен дереву: твёрдо стой на земле; знай свои корни; покрывайся новой листвой; гнись, прежде чем сломаться; радуйся своей неповторимой красоте; продолжай расти.
- Думай, как дерево: впитывай солнечный свет; утверждай волшебство жизни; сохраняй изящество на ветру; стой высоко после грозы; чувствуй себя освежённым после того, как прошёл дождь.
- Совет от дерева прими: стой высоко и гордо; не бойся трудностей; пей воды вволю; не забывай о корнях; будь

доволен красотой, что в удел тебе досталась; наслаждайся прекрасными видами сверху.

- Деревья – это колонны, подпирающие небо, и если падает какое-то высокое дерево, некая часть неба неизбежно обрушивается на нас.
- В деревне ли, в лесу, на холмах или на равнине, всюду, где живут пробуждённые, жизнь прекрасна и восхитительна.
- Почитай того, кто указал тебе на твои недостатки, так же, как указавшего тебе на сокровища.
- Бывают люди знающие и умелые, но начисто лишённые душевной теплоты, а бывают люди преданные, но несведущие; очень трудно отыскать в мире сем человека одновременно сведущего и преданного.
- Самый главный промах в жизни – это не хранить верность лучшему из тех, кого знаешь.
- Здоровье – самый прекрасный подарок, довольство – величайшее из богатств, верность – самое лучшее отношение, связывающее людей.
- Быть рядом с тем, кто живёт в благополучии, всякий может; но быть рядом с человеком в его беде, может, думаю, лишь настоящий друг.
- Когда кто-нибудь совершает ошибку, то его настоящие друзья – и в этом их долг – побуждают его, пусть и силой, к совершению правильного действия.
- Неискреннего и злого друга опасаться следует пуще, чем дикого зверя: дикий зверь в состоянии нанести увечье лишь вашему телу, но злой друг нанесёт увечье вашей душе.

- Нет ничего ужаснее привычки во всём сомневаться. Сомнение разделяет людей. Это яд, убивающий дружбу и разрывающий самые приятные отношения. Это шип, который язвит и ранит, это меч, несущий смерть.
- Главная тайна жизни – не ведать страха. Никогда не бойтесь, что с вами станет, и ни от кого не зависьте. Лишь в тот миг, как вы отвергнете всякую помощь, вы станете свободны.
- Жизнь каждого, кто живёт в постоянном страхе, не заслуживает того, чтоб называться «жизнью».
- Сами трудитесь над своим спасением. Избегайте зависеть в этом от других.
- Если желаете летать, освободитесь от всего, что тянет вас вниз.
- Тому, над кем гнев более не властен, кому прибыль и убыток равно безразличны, кто живёт счастливым, не ведая страха и забот, такому завидуют и боги.
- Если человек живёт чистой жизнью, ничто не может его погубить; если он обуздал жадность, ничто не может ограничить его свободу.
- Даже от привязанности к безмятежности тебе следует быть свободным.
- Поистине не желаю я такого счастья, которого добиваются несчастьем других.
- Поскольку в мире по каждому поводу всё устроено как нерасторжимое единство противоположностей, вроде «выигрыша» и «проигрыша», то и не может быть на свете человека совершенно счастливого или несчастного.

- Убедившись, что счастье и несчастье перемешаны и составляют одно целое, я не вижу особой разницы в том, чтоб быть человеку царём или быть рабом: вполне определённо, что царь не всё время предаётся счастью, и раб не постоянно бедствует.
- Не вижу радости в наслаждениях и удовольствиях, потому что они относительны, а именно: те же самые причины, которые служат ощущению счастья, оказываются причинами для ощущения несчастья.
- Как мог бы разумный человек согласиться взять на себя верховенство и власть, этот жалкий клубок заблуждений и обмана, в котором воедино сплетены страх, заносчивость, тяжкие обязанности и – что хуже всего! – преступление верховного Закона, которое властителю постоянно приходится совершать в неизбежных ошибках и прегрешениях против ближнего?
- Подобно богатому дворцу, обътому пламенем пожара, подобно изысканному блюду, отравленному ядом, подобно пруду с фонтанами и огнями, служившему украшением сада, но в который тайком пробрались крокодилы, власть правителя при всей своей кажущейся привлекательности несёт неминуемую гибель, взвалившему её на свои плечи.
- Лучше питаться травой в лесу и наслаждаться, как драгоценностью, высшим счастьем, доступным мудрецу, чем жить посреди пороков, в которые так легко впасть царю, ибо они похожи на чёрных змей, которых не разглядеть во тьме.
- Если безмятежность – это высшее блаженство и сила, то власть правителя – это крайняя обеспокоенность и ненадёжность. Склонность властвовать – это отказ от мира с самим собой.

- Как было бы возможно совместить закон духовного освобождения, сущность которого есть безмятежность, с законом царей, сущность которого осуществление власти? Как не могут соединиться ледяная вода и обжигающий пламень, так и внутренний мир несовместим с внешним насилием.
- Насилие – потомство вождения.
- С помощью насилия иной раз и можно решить ту или иную трудность, но такое решение неизбежно плодит трудности новые.
- Власть над волей даёт также власть над телом.
- Лишённое сознания тело подобно куску древесины, и так как тело действует или прекращает действие по воле ума, то совершенно необходимо подчинить себе ум.
- «Волей» я называю действие, ибо там, где воля, там действуют – делом ли, словом или мыслью.
- Мудрецы овладели телом, словом и умом. Они трижды властители, властители настоящие.
- Большинство людей походит на листья, падающие с дерева: вот они летят, носятся взад-вперёд по воздуху, кружатся и в конце концов опускаются на землю. Но есть среди людей и такие, кто подобны звёздам: они твёрдо следуют своим путём, не позволяя трепать себя ветру, и наконец сами в душе своей находят свой закон и свою цель.
- Пусть человек тысячу раз победил в бою тысячу противников, всё равно тот, кто победил только самого себя, в тысячу раз более доблестный воин, чем он.

- Чтобы мочь, надо думать о себе, что ты можешь.
- Не составляет труда отступить от себя и потерпеть неудачу. Чтобы исполнить то, что ценно и хорошо, чаще всего потребуется приложить значительные усилия.
- Сами будьте себе источником света! Могущий тот, кто считает, что он может.
- Настойчивость – одно из самых трудных достоинств, но только настойчивый одерживает окончательную победу.
- Тайна великого человека состоит главным образом в его настойчивости, последовательности и упорстве.
- Кто любит, тот творит невозможное.
- Если сравним реку и скалу, то поймём, что река побеждает всегда не своей силой, а своей настойчивостью.
- Человек своими усилиями должен спасти себя; никто другой не может сделать за него то, что он должен сделать для себя сам.
- Честолюбие подобно любви, потому что оно так же не терпит отлагательства и соперников.
- Чтобы суметь найти нашу подлинную сущность, мы прежде должны пройти через все семь основных грехов.
- Чувствуй себя в мире как на празднике: танцуй и пой, иди, подобно пчеле, от цветка к цветку – достичь зрелости можно, лишь пройдя через всё многообразие опыта.
- Защищая самого себя, человек защищает других людей; защищая других, мы защищаем самих себя.

- В каждой битве победители теряют столько же, сколько и побеждённые.
- С помощью силы и грубости, быть может, и можно порой решить ту или иную трудность, но такое решение плодит новые беды, которым нет и не будет конца. Это неизбежно, это совершается на каждом шагу.
- Лучше будет, если ты победишь самого себя, а не выиграешь тысячу сражений. Потому что это будет твоя окончательная победа. Никто и ничто не сможет отнять её у тебя: ни ангелы, ни демоны, ни рай, ни ад.
- Живущий без гнева в этом мире гнева и злобы, живущий без защиты в этом мире войны и посягательств, живущий без желания в этом мире вожделения и страстей – вот совершенный человек!
- Человек, повелевающий собою, будет повелевать и другими. Когда он достигнет знания самого себя, он окажется в состоянии учить и других.
- Не верь ничему тобою прочитанному или услышанному, пусть бы его сказал и я, пока то, что ты узнал, не удостоверят твой ум и здравый смысл.
- Так тебе сказал твой учитель? – В этом нет ещё повода принимать сказанное на веру. Так говорят какие-то умные люди? – И это не повод принимать сказанное на веру. В это верят все или таково общее мнение? – Тем более нет смысла считать это истиной. Так написано в священных книгах? – И это не повод. Кто-то исповедует именно эту веру? – Это не причина для тебя поступать так же. Это, как утверждается, есть слово Бога и откровение свыше? – И таким внушениям тоже не стоит верить. Правдой и истиной

считай лишь то, что одобряют твой разум и совесть. В это верь и учи тому же других.

- Обуздай мысль и направь её, куда следует.
- Подлинное знание суть четыре благородные истины: в мире есть зло, это зло неслучайно, его можно преодолеть, если пойти благородным путём.
- На благородном пути восемь шагов: правильный взгляд, правильные намерения, правильная речь, правильные дела, правильная жизнь, правильные усилия, правильная память, правильная и сосредоточенная мысль. И тогда наступает безмятежность.
- Кто мудро смотрит на вещи, тот испытывает отвращение ко злу. Вот путь к очищению.
- Когда вода в хранилищах загрязнена, то все краны дадут только грязную воду. Ваше сердце – это хранилище. Ваше видение и мысли нечисты, ваша речь грязна. Когда сердце загрязнено подобным образом, чувства обречены быть осквернёнными.
- Путь истины – это путь, начертанный мудрым.
- То, что мы представляем собой сегодня, – это следствие наших вчерашних мыслей, а сегодняшние мысли создают завтрашнюю жизнь. Наша жизнь – это порождение нашего разума или нашего безумия.
- Не враг, не недруг, а собственный его ум увлекает человека на пути зла.
- Ум – ключ ко всему. Каковы ваши мысли, таковы вы сами.

- Чтобы обладать хорошим здоровьем, чтобы доставить подлинное счастье своей семье, чтобы принести мир всем окружающим, ты должен в первую очередь достичь власти и господства над собственным умом. Если человек владеет всецело своим умом, он может легко найти путь к озарению, и тогда вся мудрость и вся добродетель естественно снизойдут на него.
- Мы становимся тем, что мы думаем.
- Ум – единственный источник счастья и бедствия.
- Те, что чужды мыслей, исполненных обиды, определённо достигнут мира душевного.
- Если человек испытывает отвращение ко злу, если он исполнен спокойствия, ему отратно слушать слова мудрости и благие поучения; человек с такими чувствами и вкусами свободен от страха.
- Собственный необученный и неподотчётный ум, а не враг и не недруг, увлекает человека на путь зла.
- Все дурные поступки происходят из-за невоспитанности ума. Если ум будет должным образом преобразован, откуда взяться тогда дурным поступкам?
- Ум не устойчив, и трудно его покорить. Он устремляется туда, куда хочет. Но приручить его необходимо: прирученный ум – верный залог счастья.
- Суть четыре состоянья ума, природа которых беспредельность; и это – любовь, сострадание, радость и безмятежность.
- Будь бдителен: охраняй ум свой от отрицательных мыслей.

- Бдительность – это путь, ведущий в царство бессмертия. Небрежность – дорога, ведущая в долину смерти.
- Как вода попадает в дом с худой крышей, когда идёт дождь, так и страсть проникает в ум, не занятый размышлением.
- Враг может нанести тебе вред, ненавистник причинить боль, но источником куда худшего зла станет тебе заблуждение твоего ума.
- Кто глуп и знает о своей глупости, тот уже мудр, а мнящий себя мудрым поистине, что называется, «глупец».
- Ни отец, ни мать, ни родные, ни близкие, никто не сделает тебе столько добра, как твой ум, избрав себе верный путь.
- Ум неустойчивый и рассеянный, не знающий здравого и верного учения, падкий на лесть не в состоянии исполниться мудрости.
- Как резчик по дереву выстругивает и выпрямляет стрелу, так и мудрец выправляет свой ум и блуждающие мысли.
- Плотник обрабатывает древесину; лучник гнёт лук; мудрец работает над самим собой.
- Мысль, разработанная и пущенная в дело, важнее мысли, существующей лишь в качестве идеи.
- Хорошие мысли неизбежно производят хорошие дела и поступки. Такова их природа.
- Не надо всматриваться в пределы, ограничивающие других. Позаботьтесь лучше о том, чтобы раздвинуть собственные.

- Пусть мудрые охраняют свои мысли, а именно – те из них, что до крайности сложны и трудны для понимания посторонних. Только так можно странствовать без принуждения и в безопасности. Мысль, которую хорошо охраняют, приносит счастье размышляющему.
- Если ум человека очищается, то обстановка вокруг него также становится чистою.
- Всё, чем мы являемся в настоящее время, есть следствие того, что мы думали и передумали прежде. Ум есть всё. Мы становимся тем, что мы думаем, мы становимся тем, о чём мы думаем.
- Наполни свой ум состраданием.
- Если трудность или неприятность может быть устранена, то незачем волноваться; если она не может быть устранена, то также незачем волноваться, ведь волнением положения дел не изменишь.
- Крестьянин трудится в поле, оружейник – в своей мастерской, плотник обрабатывает древесину, мудрец же работает над своим умом.
- Четыре важнейших правила усвой и применяй на деле. Первое: полагайся на дух и смысл учения, а не на слова, служащие для его выражения. Второе: полагайся на само учение наставника, а не на его личность. Третье: полагайся на подлинную мудрость, а не на её поверхностные толкования. И четвёртое: полагайся на самую мудрость, а не на умозаключения.
- Безмятежность и мир идут изнутри, не тщишься искать их вовне.

- Твой путь не на своде небесном, он – в сердце твоём.
- Покой и безмятежность приходят из внутреннего мира, не тратьте напрасно время, сиюсь найти их в мире внешнем.
- Правильная мысль – это мысль, в которой нет ни неясности, ни рассеянности, нет ни гнева, ни ненависти; нет ни желания, ни чувственного устремления.
- Ничего не принимай на веру. Живи своим умом.
- Руководствоваться чужими убеждениями, не имея собственных, значит уподобиться слепцу, которого в кромешной тьме ведёт другой слепец.
- Не верьте ни во что только из-за того, что вы это услышали. Не верьте ни во что только из-за того, что так говорят и думают многие. Не верьте ни во что из-за того только, что оно написано в книгах религии. Не верьте ни во что только из уважения к своим наставникам и старшим. Не верьте обычаям и преданиям из-за того только, что им следовали многие поколения. Но после наблюдения и размышления, когда вы убедитесь, что это нечто согласное с разумом и ведёт к добру и пользе всех и каждого, тогда только примите это и живите в соответствии с ним.
- Не бойтесь инакомыслия. Иное мнение всегда заслуживает того, чтобы быть понятым.
- Заблуждение думать, будто беды и зло приходят с Востока или с Запада; нет, они зарождаются в глубине собственного ума. Стало быть, бесполезно вооружаться против зла во внешнем мире, коли собственный ум остаётся тебе не подвластен и не подотчётен.

- Человек прежде должен сам продвинуться на пути, которым ему идти следует, только после этого он может давать наставления другим.
- При нехватке усердия мудрости не достигают.
- Немногие понимают, что терпение вырабатывается упражнением.
- Внимание ведёт к бессмертию, невнимательность – к смерти; внимательные не умирают никогда; невнимательные словно мертвы уже и сейчас.
- Все причиняющие вред состояния ума имеют свои корни в невежестве и сводятся к невежеству. Устранением невежества устранишь и все вредные состояния – и ум, стало быть, будет ясен.
- Мудрым я называю того, кто, будучи невиновным, переносит несправедливые оскорбления и побои с терпением, равным его силе.
- От размышления рождается мудрость. Размышляйте.
- Куда больший ущерб, чем тот, который наносит враг врагу, причиняет человеку рождённая им мысль, которой он не хозяин.
- Тот, кто предаётся здоровым размышлениям, быстро добивается счастья. Он видит, что богатство и красота вещи переменчивые, тогда как мудрость – самое драгоценное из сокровищ.
- Есть три ошибочных образа мышления. Какие именно? Тот, что основан на желании похвалы; тот, что основан на желании заработать денег или заслужить почести и

уважение; и тот, что основан на желании вмешаться в чужие дела. Эти три образа мышления не ведут ни к чему хорошему.

- Приверженность ко мнениям вместо знаний всегда опасна.
- Ложное представление внушает тебе мысль, будто такие вещи, как свет и тьма, длина и высота, белое и чёрное суть нечто различное, которое следует понимать как противоположности. Но на самом деле вещи сии зависят одна от другой, они – разные стороны одного и того же явления, они выражают отношение и относительность, а не саму действительность и сущность.
- Не занимай голову глупостями и не трать время на пустяки.
- В поисках истины неизбежно возникает множество вопросов, ответы на которые не имеют особенного значения. Из какого вещества состоит вселенная? Вечна ли вселенная? Ограничена она или нет? И прочее в том же роде. Ответы на эти вопросы не так уж и важны, но стоит человеку отложить работу над своим приближением к просветлению до той поры, пока он не найдёт точного ответа на все подобные вопросы, он так и умрёт, ничего толком не узнав и не успев заняться своим главным делом.
- Решительно упражняй себя в достижении мира душевного!
- Ум ясный, сердце доброе.
- Своими мыслями мы создаём вселенную, которая нас окружает.
- Твоё дело – открыть свой собственный мир и после того всем сердцем отдаться ему.

- Дух – это всё. О чём думаете, тем и становитесь.
- Коли ты достиг истинного знания и оно не лежит без дела, у смерти нет над тобой власти!
- Твои сегодняшние мысли – это то, чем ты станешь завтра.
- Нет размышленья без мудрости, как и не бывает мудрости без размышления. Если мудрый человек размышляет, он поистине близок и очень близок к безмятежности.
- Как пчела собирает нектар с цветов, не причиняя ущерба их цвету и аромату, так и мудрый живёт в этом мире, не нанося ему вреда.
- Наша сущность – это наши мысли, то, что мы думаем. Мы созданы собственной мыслью. И окружающий нас мир тоже создан нашими мыслями.
- Не во внешнем мире, но внутри себя следует искать умиротворения и покоя. Кто обрёл эту умиротворённость, тот не имеет уже нужды ни в чём, но и ни от чего не отказывается.
- Ни похвалами, ни упрёками, ни лестью, ни осуждением нельзя вывести мудреца из состояния внутреннего спокойствия и равновесия.
- Подобен глубокому озеру с его прозрачными водами мудрец с его радостной ясностью!
- Как не дрожит скала, стоящая на твёрдом основании, так и несокрушим человек, свободный от суетных помыслов.
- Позволь своему уму успокоиться, пусть он станет подобен воде в пруду посреди леса. И он должен стать

ещё и прозрачным, как вода, текущая с гор. Пусть мутная вода успокоится, тогда она и станет прозрачной, и пусть успокоятся твои метущиеся мысли и желания – сделать это в твоей власти!

- Касательно сомнения или уверенности в существовании внешнего мира невозможно иметь верное знание, опираясь на чужие слова. Когда я сам пойму истину с помощью воздержания и спокойствия ума, тогда и приму то, в чём сам уверен по данному поводу.
- Не могу принять точки зрения, порождённой сомнением, ибо мало в ней ясности и много внутренних противоречий. Разве мудрый человек может руководствоваться чужими убеждениями? Ведь это всё равно, что быть слепцом, которого ведёт другой слепец в кромешной тьме.
- Своё знание можно передать другим, свою мудрость – нет. Человек может обрести мудрость, укрепиться благодаря ей, совершить с её помощью невероятные вещи, но научить ей других и сделать её достоянием прочих он не в силах.
- То счастье, какое в течение человеческой жизни достигается ценой насилия над другими, мудрец, движимый состраданием, решительно отвергает, равно как и счастье загробное, о котором никому ничего неизвестно.
- Тропы тех, кто благороден, кто живёт исполненный серьёзности и кто свободен благодаря совершенному знанию, не находят дух Тьмы.
- Убив желание и гордыню, сознав заблуждения ложных учений, устранив чувственные удовольствия и все препятствия на пути блаженства, ведающий истину идёт по жизни невозмутимо.

- Размышлять – значит идти дорогой бессмертия; избегать размышления – значит брести дорогою смерти. Бодрствующие в размышлении не умирают никогда; не имеющие умственных сил и невежды мертвецам подобны.
- Тот, кто живёт в покое, зовётся отшельником; отбросивший свою грязь зовётся очистившимся; и тот, кто отринул заблуждения и видимости, зовётся ведающим истину.
- Я называю ведающим истину того, кто не совершил зла ни телом, ни словом, ни мыслью – кто сдерживает себя в трёх вещах.
- Я называю ведающим истину того, для кого не существует ни этого мира, ни иного, ни обоих вместе, кто бесстрашен и свободен от привязанностей.
- Я называю ведающим истину того, кто, устранив препятствия, искоренил вражду, привязанность, сомнение и невежество.
- Я называю ведающим истину того, кто так же мало стремится к чувственным удовольствиям, как вода к тому, чтобы удержаться на листе лотоса, или горчичное зерно – на острие шила.
- Я называю ведающим истину того, чью стезю не знают ни люди, ни боги, ни полубоги, – мудреца, достигшего свободы и избавления от желаний.
- У кого уничтожены, с корнем вырваны, устранены завистливость, жадность, изворотливость, кто мудр и отказался от ненависти, – такого называют привлекательным.

- Кто живёт со всеми в мире, кто исполнен спокойствия, смирения, воздержанности, кто ведёт праведную жизнь и отвергает применение наказания к живым существам, то пусть он хоть красиво одет и даже – живёт во дворце, всё равно – он преданный, он подвижник, он ведающий истину.
- Люди ищут себе заступников и наставников вне себя самих и тем подвергают себя в страдание.
- Нельзя говорить, что той или иной вещи нет из-за того только, что глупцы её не замечают.
- У слепых – потому только, что они не видят синего и жёлтого – нет права говорить, будто обладающие зрением не различают цветов и что различия в цвете – вздорная выдумка.
- Легко видеть чужие ошибки, да трудно разглядеть собственные.
- На чужие ошибки мы охотно указываем, словно это полотнище, которое плещется на ветру, а свои скрываем и прячем, как нечестный игрок прячет в рукаве гружёную кость.
- Не обращай внимания на чужие ошибки, на сделанное или несделанное другими. Но не упускай из виду как то, что сделал ты сам, так и то, что сделать ещё не успел.
- Три вещи невозможно скрывать долго: солнце, луну и истину.
- У слепцов из-за того только, что сами они не видят и не различают ни голубого, ни жёлтого, нет тем не менее никакого права утверждать, будто зрячие не могут различать цвета́ и будто цве́та, как такового, не существует. Точно так

же невозможно сказать, что та или иная вещь не существует, если она сокрыта от восприятия и понимания глупцов.

- Человеку, глаз которого поражён недугом, может казаться, будто он, к примеру, видит летающих мух. На этих мух похожи все вещи, которые представляются реально существующими живущим среди обмана чувств глупцам.
- Правда – то, что даёт прекрасные плоды.
- Те, кто в состоянии увидеть истину, не должны держать свои глаза завязанными. Тот, кто в состоянии понять самое важное, не должен тратить своё время на вздор.
- Кто отодвинул в сторону вождделение, ненависть и глупость, похож на зеркало, которое протёрли от пыли.
- Не верьте всему, что говорит ваш учитель, из одного только уважения к учителю.
- Ничему не верь на слово, где бы это ни прочитал и кто бы тебе это ни сказал, хотя бы и я сам, если только предлагаемое не окажется созвучно твоему уму и его не поддержит твой здравый смысл. Не верь старым книгам, не верь в то или в это из-за того только, что в это верит твой народ или тебя заставляли в это верить с самого твоего детства. По каждому поводу применяй свой ум; когда со всех сторон рассмотришь вещь и посчитаешь, что она хороша для всех и каждого, тогда и верь в неё, живи ею и помоги ближнему, чтобы он, в свою очередь, увидел её как ты.
- Я ещё не встретил такого невежды, у которого мне было бы нечему поучиться.
- Оттачивайте свои слова. Оттачивайте свои мысли. Ни в коем случае не позволяйте своему телу делать злое. В

чистоте следуйте этим трём правилам – и окажетесь на единственном пути: на пути мудрости.

- Подарить истину – это сделать подарок, который превосходит все остальные.
- Встав на путь истины, можно совершить только две ошибки: не пройти весь путь целиком и не трогаться с места, стоя всего лишь в начале.
- Истина, как таковая, может быть нами постигнута только внутри самих себя путём самого глубокого размышления и понимания.
- Истина несёт успокоение истосковавшемуся уму, побеждает заблуждение и умеряет пылание страстей.
- Уважение, скромность, довольство, благодарность и внимание к словам мудрости – вот она, лучшая из удач!
- Мягкостью побеждается гнев, великодушием – низость, правдой – обман.
- Размышляйте. Живите в чистоте и спокойствии. Стремитесь к совершенству в деле своём. Подобно луне, выходящей из-за туч, светите и освещайте!
- Размышление сообщает мудрость; отказ от размышления оставляет в невежестве. Хорошенько знайте же, что ведёт вперёд и что удерживает вас сзади, и смело и решительно выбирайте путь, ведущий к мудрости.
- Усердием знание приобретается, отсутствием усердия знание теряется. Пусть же человек, знающий причины того и другого, позаботится о том, чтобы знание неуклонно возрастало.

- Два свойства обязательно участвуют в познании: спокойное молчание и внутренняя собранность.
- Совершенства добиваются упражнением, другого способа нет.
- Учиться значит изменяться.
- Быть глубоко учёным и опытным, быть закалённым и говорить правильно и красиво – это большое везение и преимущество в жизни.
- Если то, что вы узнали, не может служить помощью в ваших делах и занятиях, считайте, что вы ровным счётом ничего не узнали.
- Живите так, как если б вы должны были умереть завтра. Учитесь так, как если б вы должны были жить вечно.
- Человек, не стремящийся к увеличению, расширению и углублению своих знаний, бредёт по жизни, как вол: мясом он обрастает, но ума у него не прибавляется.
- Самый благородный способ получения знаний – это обдумывание и размышление. Самый простой – подражание, и самый горький – собственный опыт.
- Смотри не за ближним своим: как и в чём он ошибся да что упустил, а смотри за собою, чтоб ясно видеть, что сделал ты сам, а что тебе сделать ещё предстоит.
- Глупца знать по его делам, и мудрого также.
- Праздность – кратчайшая дорога к смерти; прилежание и трудолюбие – путь жизни; глупые люди пребывают в праздности, мудрые – прилежно трудятся.

- Что толку быть добрым, если ты ничего не делаешь!
- Дурные и вредные для себя дела делать легко. А вот что хорошо и полезно, то делать крайне затруднительно и обычно хочется отложить на «потом».
- Если что-то должно быть сделано, приступай к делу решительно и без промедлений.
- Я никогда не смотрю на уже сделанное, я смотрю только на то, что мне остаётся сделать.
- Не пытайся заменить свою обязанность обязанностью чужою; не откладывай свою работу, чтобы сделать чужую. Сколько ни было бы почёта в такой подмене. Не забывай, что ты здесь, дабы узнать свой путь и пройти его до конца.
- Всего жди только от себя самого. Никто другой за тебя твоего дела не сделает.
- Один день, проведённый деятельно и осмысленно, значит больше, чем сто лет, прожитых в праздности и бессмыслице.
- Так устройте свою жизнь, чтобы она походила на ожерелье из прекрасных дел и свершений.
- Твоё дело – узнать, в чём состоит твоё дело, затем всем сердцем посвятить себя ему.
- Не стоит недооценивать дел, которые, пренебрегая низшим, целиком обращены к высокому; но только при подобном расходе сил мудрые должны добиться такого итога, который уже не предполагает от них какой-то последующей деятельности.

- Как из большого вороха цветов можно сделать множество гирлянд и венков, так и смертным в этой жизни дано сделать много прекрасной работы.
- Занимайся каждым своим делом с полной отдачей, как если б оно было последним делом в этой твоей жизни.
- Нога чувствует себя ногой, когда ощущает под собой почву.
- Если б мы были в состоянии увидеть, какое чудо из чудес раскрывшийся цветок, вся наша жизнь изменилась бы.
- Главная тайна жизни – не знать никакого страха.
- От одной свечи, без всякого для неё ущерба, можно зажечь дюжину других свечей. Счастье не становится слабее и его не становится меньше от того, что мы поделимся им с другими.
- Услыхав слова благородных истин, мудрецы становятся чистыми, как пруд – глубокий, прозрачный и незамутнённый.
- Не стоит верить каждому слову, сказанному учителем, только потому, что вы уважаете самого учителя. Постоянно стремитесь понять услышанное, и только то, что смогли понять, принимайте к сведению.
- Слова обладают способностью как разрушать, так и строить, как наносить раны, так и целить. Когда слова одновременно исполнены правды и доброты, они могут изменить и улучшить мир, в котором мы вынуждены жить.
- Одна строфа, услышав которую вновь становишься спокойным, лучше, чем вещание сотни стихов, составленных из пустых и напрасных слов.

- Не трать времени на пустые речи: либо говори дело, либо молчи.
- Человек, стрелой пронзённый, жаждет только одного: чтобы стрелу поскорее вытащили из его плоти, и нет у него ни малейшего желания рассуждать о том, из какого металла стрела, причиняющая ему боль, сделана, ни даже о том, отравлен её наконечник или всё-таки нет.
- Мудрые пропускают свои речи чрез свой ум подобно тому, как зерно просеивается через сито.
- Когда тебе нечего сказать важного, храни молчание, исполненное достоинства.
- Тот, кто спрашивает, ошибается. Тот, кто отвечает, заблуждается. Знает истину тот, кто молчит.
- На дурно заданный вопрос отвечают молчанием.
- Не потому он мудрый, что много говорит. Спокойного, свободного от ненависти, не ведающего страха – вот кого называют «мудрым».
- В ту минуту спора, как ты почувствовал гнев, ты перестал заботиться об истине и начал заботиться лишь о себе.
- Собака не считается хорошей только из-за того, что она умеет громко лаять. Точно так же и человек не считается хорошим только из-за того, что он умеет красиво говорить.
- Словно цветы, красочные, но лишённые запаха, красивые слова в устах того, кто не согласует их со своими делами.

- У слов есть власть разрушать и создавать; когда слова искренни и доброжелательны, они в состоянии изменить мир.
- Прежде чем говорить, спроси самого себя, правда ли то, что ты собираешься сказать, не причинит ли это кому-нибудь зла, полезно ли это и, наконец, стоит ли то, что ты хочешь сказать, нарушенной ради него тишины?
- Искренние и доброжелательные слова изменяют мир к лучшему; лживые и полные злобы – превращают его в скверное место.
- Никогда не говорите грубых слов, чтоб они не вернулись к вам и не остались с вами.
- Злой человек, оскорбляющий праведного, похож на глядящего вверх и плюющего в небо. Плевки его не испачкают неба, а полетят вниз и упадут на него самого.
- Вежливость должна бы стать естественной формой общения, а не каким-то исключительным событием.
- Как твёрдая скала стоит недвижимо под натиском ветра, так и мудрец несокрушимо выдерживает наскоки клеветы и лести.
- Клеветник похож на человека, который при встречном ветре вздумал бы бросаться в кого-то песком. Песок окажется отброшен на того, кто его бросал. Человека добродетельного клевета не коснётся, и беда, которую хотел причинить клеветник, вернётся к нему самому.
- В своих речах справедливый всячески избегает и сторонится оскорблений, лжи и клеветы. Он говорит правду и презирает обман. Слова, им сказанные, приводят к согласию и миру.

- Моя цель не в том, чтобы быть лучше кого-то, а в том, чтобы быть лучше, чем я был прежде.
- Не скрывать правды, быть исполненным усердия, хорошо владеть собою и притом говорить толково и правильно – что может быть лучше этого?
- Пашне, заросшей сорными травами, подобен человек, растлѐнный жадностью и стяжательством.
- Богатство – это главным образом пользование, а не обладание, применение, а не хранение.
- Воистину в мире сем материальные блага должны рассматриваться всего только как частичное возмещение за бедствие земного существования.
- Коли царь допускает, чтоб бедность была возможна в царстве его, то людям придётся воровать, просто чтобы остаться в живых.
- Живя чистой неэгоистической жизнью, мы не можем ничего почитать своей собственностью, даже когда нас окружает полнейшее изобилие.
- Чем меньше у вас имущества, тем меньше у вас забот.
- Как счастлив тот, кто отказывается от имущества! Лишившись собственности, он обрѐл силу знания. Множество мучений и забот одолевает собственников, все помыслы приковывают их цепями к другим таким же озабоченным людям. И вот уже неоткуда им ждать избавления!
- Всех учите простой истине: великодушное сердце, скромная речь и жизнь, исполненная служения и сострадания – вот

те три могучие силы, которыми начинается обновление человечества.

- Точно так же как свеча не может гореть, не испуская света, так и люди не могут жить, не порождая духовной жизни.
- Дела и поступки твои пусть будут благотворны и не причиняют страдания.
- У того, чья мысль неустойчива, кто не ведаёт истинной мудрости, чья вера нестойка, добродетель не бывает совершенной.
- Как хорошо обученная лошадь, едва тронутая кнутом, будьте легки на подъём и стремитесь к заветной цели. Вера, добродетель, жизненные силы, самоуглубление и постижение благородных истин принесут вам, вдумчивым, исполненным знания и безупречным в поведении, освобождение от великого зла – рождения в новом теле.
- Невежество – верховное зло, в нём причина страдания и бед; стало быть, первейшее средство к улучшению жизни – сегодня как и в дальнейшем – в обретении знания.
- Как сокровища извлекаются из земли, так и добродетель проступает из благих дел, и мудрость исходит из чистого и спокойного ума. Для безопасного продвижения по лабиринту человеческой жизни, нам необходимы свет мудрости и водительство добродетели.
- Вражды не примирить другой враждою; отсутствие вражды несёт примирение – таков закон Вечности.
- Держать на кого-то зло – это всё равно что зажать в руке кусок раскалённого угля с намереньем метнуть им в кого-то: обожжёшь только самого себя.

- Делай добро, делай его снова и снова – и сто крат пожнёшь счастья и радости.
- Доброе добрый делает легко, злой – с трудом; злое злой делает легко, добрый – с трудом.
- Думайте так: да будут счастливы все живые существа в сердце своём! Каковы б они ни были: слабые или сильные, без исключения, длинные, широкие, средние, короткие, тонкие, шумные, зримые и незримые, близкие и далёкие, рождённые или стремящиеся к рождению – да будут все существа счастливы в сердце своём!
- Пусть никто не обманывает другого и не презирает кого бы то где бы то ни было и в гневе и раздражении не желает страдания для другого.
- Лучше ничего не делать, чем творить злое. Ведь что бы вы ни делали, вы делаете это самим себе.
- Как пыль, брошенная против ветра, беды и неприятности сыплются на того, кто вредит безвредным и обижает безобидных.
- Сторонитесь злых дел, пестуйте жизнь, совершая добрые дела, и очищайте ум от умственных нечистот.
- Все дела и события жизни становятся дурны от десяти вещей, избеганием коих всё обращается к добру и благу. Эти вещи суть три греха тела, четыре греха языка и три греха ума.
- Зло, исходящее от тела, – это убийство, воровство и прелюбодейство; зло от языка – ложь, клевета, грубость, напрасные слова; от ума – вожделение, ненависть и заблуждение.

- Помни, что тот, кто тебя раздражает, достоин твоего сострадания; именно так проще всего справиться с раздражением.
- Если мы будем жить без ненависти к тем, кто ненавидит нас, значит мы будем жить счастливыми.
- Помочь хотя бы одной-единственной душе – в этом гораздо больше благородства, чем прожить всю жизнь погружённым в изучение тайн этого мира и мира потустороннего.
- Коли желаете получить озарение, вам незачем изучать и постигать бесчисленные учения и наставления. Достаточно постичь одно-единственное. Хотите знать какое? Великое сострадание! У кого есть великое сострадание, у того все качества просветлённого лежат, как на ладони.
- Как сам ты дрожишь при мысли о наказании и боишься смерти, точно так же, признав в ближнем такое же «я» как у тебя, ты не должен ни убивать, ни судить.
- Не убивайте ни одно живое существо, хотя бы оно и было насекомым, потому что всякая жизнь священна.
- В ком есть сострадание и мудрость, тот не замышляет причинить вред самому себе или кому-либо ещё или всем вместе. Он скорее позаботится о собственном благе, о благе кого-либо ещё, о благе всех и каждого и о благе всего мира.
- Не убивайте сами и не позволяйте убивать другим. Всячески препятствуйте убийству.
- Всё живое боится страдания, всё живое дорожит жизнью; узри самого себя во всяком живом существе – не убивай и не причиняй смерти.

- Тот, кто прежние свои злые дела заслонил добрыми, теперь сияет в этом мрачном мире словно месяц, вышедший в тёмную ночь из облаков.
- Ярость побеждай любовью, добром отвечай на зло; побеждай скупость щедростью, речи лжеца – словом правды.
- Победитель порождает ненависть, побеждённый влечит дни в печали. Отказ от победы и поражения – вот путь к покою и счастью.
- Не убивайте и препятствуйте убийству. Берегитесь развода и распутства. Избегайте лжи и сплетен, грубых слов и праздной болтовни. Питайте отвращение к скупости и жадности. Делайте добро и дорожите подлинным знанием. Главное условие для просветления есть воля к собственному освобождению, ибо только это позволит быть полезным другим.
- Учи этой тройственной, триединой истине: великодушное сердце, доброжелательная речь и жизнь, наполненная служением и состраданием – вот основа изменения и обновления человечества.
- Поистине боль того, кто, быть может, и заблуждается, но обращён к добру, предпочтительнее счастья того, кто, хотя бы и на разумных основаниях, устремлён во зло.
- Любите весь мир, как мать любит своё единственное дитя, своего единственного ребёнка.
- Зачем же причинять страдание другим, раз мы сами стараемся всеми способами его избежать?

- Истинно говорю вам: сострадание ко всем живым существам – это закон.
- Взирайте благосклонно и доброжелательно на всё сущее. Пусть каждое слово ваше будет спокойно, приветливо, исполнено дружелюбия. Пусть каждое дело ваше будет добрым созиданием и исправлением ошибки.
- Умейте ставить себя на место другого – так вы окажетесь не в состоянии причинять другим зло.
- Прекрасный поступок – тот, который не влечёт за собой сожаления и плоды которого принимаются с радостью и спокойствием.
- Пусть человек избегает злых поступков так же, как тот, кто любит жизнь, избегает ядов.
- Зло нужно только для того, чтоб добро могло проявить своё превосходство.
- Добро видно издалека, повсюду доходит свет его.
- Ни огонь, ни ветер, ни рождение, ни смерть не могут свести на «нет» наши добрые дела. Плоды их – наша безраздельная собственность.
- Даже творящий доброе испытывает беспокойство, пока его благие дела не созрели; но когда они дают плод, он оказывается невыразимо счастлив.
- Прошедшая любовь – всего лишь воспоминание. Будущая любовь – мечта или желание. Лишь в настоящем – здесь и сегодня – мы можем действительно любить.

- Глубина твоей любви вольно или невольно создаёт вокруг тебя океан, и ты в нём становишься островом.
- Помни и знай: ты сам – величайшее чудо из чудес.
- Вы можете исходить всю вселенную в напрасных поисках того, кто более вас заслуживал бы любви и нежности. Пустые хлопоты! Вы нигде не найдёте такого человека. Вы сами, как никто другой во всей вселенной, заслуживаете собственной нежности и любви.
- Тот, кто любит сорок сороков человек, находится во власти сорока сороков бед и несчастий; у того, кто не любит никого, таких бед и несчастий нет.
- Тот, кто явственно видит единство жизни, видит своё «Я» во всех существах и все существа – в своём «Я», взирает на всё беспристрастным и непредвзятым оком.
- Достоинство царей и правителей выглядит в моих глазах как достоинство пыли. Сокровищницы, наполненные слитками золота и драгоценными камнями, смотрятся, на мой взгляд, как груды обычных кирпичей и камней. На одеянья из тончайшего шёлка я взираю как на лохмотья. Мириады миров вселенной я вижу как мельчайшие семечки внутри большой ягоды, и самое большое на земле озеро – не более чем капля влаги на моей ступне.
- Мудрый человек, понимая, что мир сей есть лишь обман чувств, не существующий в действительности, не ведёт себя так, как если бы этот мир был чем-то настоящим и стоящим, и так избегает страдания.
- Всё здесь – только боль и страдания, но всё здесь призрачно.

- Кого терзает пламя страстных влечений, кто ищет наслаждений, тот только множит свои мучения и сам куёт себе цепи.
- Наслаждения – источник печали, наслаждения – источник страха; кто отринул власть наслаждений, тот свободен и от печали, и от страха.
- Отдайся твой ум созерцанию множества проявлений мира сего, ты убедишься бы: ни сын, ни отец не являются причиной страдания; страдание – последствие невежества и незнания.
- Жаждающий наслаждений жаждет страданий и в конце концов обретает их.
- Где цветёт наслаждение, там вызревает страдание. Где наслаждение увяло, не окажется и страдания.
- Страдание неизбежно, но боль – итог собственного выбора.
- Земная жизнь есть страдание. На землю пролито больше слёз, чем имеется воды в океане.
- Рождение – страдание, старость – страдание, болезнь – страдание; жить с нелюбимыми, быть разлучёнными с любимыми, не достичь желаемого – всё это страдание.
- Стремлением к наслаждению и пестованием боли обретается лишь печаль.
- Всё подвержено изменениям, всё появляется и исчезает; блаженство невозможно, пока мы не выйдем за пределы мучительной боли, неотделимой от борьбы между жизнью и смертью.

- С той же лёгкостью, с какой ветер валит хрупкое дерево, искушения влекут к беде того, кто стремится к удовольствиям, кто жаден, ленив и слаб. Но как ветер не может опрокинуть гору, так и никакое искушение не может совладать с тем, кто бдителен, полон сил, доверия и живёт простой и чистой жизнью.
- Погружённый в кипенье страстей не в состоянии видеть духовное благо даже тогда, когда ему на него указывают.
- Люди ненасытны в своих желаниях подобно океану, который не может насытиться попадающей в него влагой. Завладей они всей землёю, окружённую морем, им захочется ещё завоевать и всю землю, что находится по ту сторону океана.
- Для страстного человека возможность потакать своим страстям – величайшее бедствие. Пребывая во власти страстей, он впадает в состояние опьянения; в опьянении – делает то, что ему не следовало бы делать, и не делает того, что следует; так он достигает состояния душевной опустошённости, из-за которой его будущая жизнь окажется тяжёлой и мучительной.
- Наслаждение – само непостоянство, оно – враг добрых намерений, в нём нет ничего, кроме пустоты и тщеты, в мире земном оно – обманчивое видение. Одно только стремление к наслаждениям сбивает ум человеческий с толку; насколько же пагубнее для него отдаться самим наслаждениям!
- Те, кто порабощены земными наслаждениями, не обретают блаженства в раю, и ещё менее – в мире людей: наслаждения не могут удовлетворить того, кто отдаётся им, как и горящие дрова не могут погасить пламени на сильном ветру!

- Ради наслаждения невежда поступает мелочно и, в конце концов, несчастье постигает его. Прежде всего, это – смерть и привязанность к колесу перевоплощений; ведь именно ради наслаждения живые существа, несчастные и терзаемые вожделениями, идут навстречу смерти и страданию.
- Нет на свете большей беды, чем наслаждение, однако люди, сбитые с толку обманчивой видимостью, стремятся больше всего к наслаждению; но разумный человек, знающий, каково положение дел, неужели же он станет стремиться к своему несчастью?
- Будь неустанно бдителен и следи за собой: страсти нас обманывают, да ещё и ускользают от нас! Оне всего более похожи на вещи, взятые взаймы. Какой разумный и проницательный человек позволит себе увлечься ими?
- Если бы обладающий зрением был в состоянии завидовать слепому, или свободный – тому, кто сидит в тюрьме, или тот, кто богат, вздумал бы завидовать бедному, либо находящийся в здравом уме – сумасшедшему, только в этом случае мудрый мог бы завидовать тому, чья душа сосредоточена на чувственных предметах.
- Всяк человек сам творец своего здоровья и своих болезней.
- Поддерживать здоровье тела – это долг и обязанность человека, иначе мы окажемся не в состоянии сохранить силу и ясность ума своего.
- Жизнь без здоровья – это уже не жизнь, а всего лишь состояние муки и слабости, т.е. преддверие смерти.
- Двух вещей тебе следует избегать во время жизненного странствия: напрасных желаний и умерщвления плоти.

- Сохранение внутреннего спокойствия возможно лишь при постоянном и разумном поддержании физической силы.
- Запомните хорошенько: ничто не постоянно, кроме перемен.
- Понимая, что созданное обречено на разрушение, что разрушение уже заложено в нём, ты начинаешь искать вечно неизменное – и, в конце концов, найдёшь его.
- Посмотри только на эту разукрашенную тень, немощную, снедаемую бесконечными желаниями; и сил нет у неё, и защищаться она не может; совсем истощилось твоё тело – хилость и слабость в нём, будто уже оно готово рассыпаться на куски; жизнь в нём постоянно превращается в смерть. Лысый череп как тыква, которую срывают осенью. Какие теперь могут быть радости, какое веселье?
- Зная, что это тело подобно всего лишь глине и праху, и укрывшись в мысли о духовной силе как в доспехах, пусть ищущий истины с оружием мудрости нападёт на духа Тьмы, и да сохранит он победу и да будет он свободен от привязанностей.
- Рождение ребёнка – начало рабства. Рождая себе детей, люди сами заковывают себя в цепи.
- Тело – лишь мешок с костями. Что за радость видеть эти голубоватые кости и лысые головы подобные испорченным тыквам, разкиданным в осеннюю пору?
- Стремящийся к истине наделён великой бдительностью, он всегда бодрствует. И днём и ночью, всё время его мысль устремлена к просветлению.

- Знание и любовь – две основные движущие силы вселенной, и пока живое существо не исполнилось любовью, оно обречено нести цепи земного перевоплощения.
- То, что мы из жизни в жизнь накапливаем в себе как знание, как мудрость, в конечном счёте не может привести нас к постижению подлинных тайн существования. То, что поможет постичь их, должно лежать где-то вне этой жизни, переживаемой нами от воплощения к воплощению.
- Мы должны достичь такого знания, такой мудрости, которые освободят нас от всего, что может предстать перед нашим духовным взором как новое земное рождение.
- Только тогда мы в состоянии перейти в нечто, именуемое словом «вечность», если в одной из земных жизней сможем освободиться от предстоящей – той, что должна была к ней примкнуть в сопровождении всех за ней следующих.
- Уважайте в каждом его веру, даже если она противоречит вашим убеждениям.
- В долгом странствии, которым является человеческая жизнь, вера – лучший попутчик, от неё наибольшее утешение и поддержка в пути, она величайшее из благ.
- Вера – пропитание в жизненном странствии; добрые дела – кров и убежище; мудрость – руководящий свет в течение дня, а правильное мышление – достойная защита в ночную пору.
- Величайшая из молитв – терпение.
- Ни спутанные волосы, ни благородство происхождения не дают ни мудрости, ни святости. В ком истина и знание, тот один и счастлив, и свят, и мудр.

- Восхождение на небо лучше, чем царская власть, и безмятежность лучше, чем власть над всем миром.
- Пусть глупец месяц за месяцем пирует в роскошном дворце и ест из золотой посуды, всё же он не стоит отрезанного ногтя того, кто следует стезёй добродетели.
- Какой смысл в том, чтоб молиться Богу или богам? Разве не нелепость верить в то, будто кто-то другой может даровать нам блаженство или ввергнуть нас в несчастье?
- Не вижу никакого смысла в том, чтобы узнать ваши противоречивые мысли о Боге. И что толку обсуждать исполненные сомнительных тонкостей ваши учения о душе? Делайте добро и сами будьте добрыми – и это приведёт вас к свободе и ко всему, что есть истинного.
- Как бы ни было велико число святых слов, которые вы прочитаете и которые скажете вслух, они ничем не помогут вам, коль дела ваши со словами этими расходятся.
- Всегда следуя этим трём правилам, всего больше уподобишься богам. Первое: говори правду; второе: не поддавайся гневу; третье: не бойся давать, как бы мало ни было у тебя самого.
- Гораздо важнее уменьшить страдание какого-нибудь животного, чем сидеть в созерцании бед вселенной и молиться в компании священников.
- Все ваши представления о вечности столь же значимы, как и понятия птенца, ещё не вылупившегося из яйца, о мире за пределами его скорлупы.
- Не думай о том, сколь велика вселенная. Такие размышления могут только повредить голову.

- Души всех живых существ во вселенной, объединившись, узрели бы Бога!
- Существование всех вещей делает возможным существование каждой отдельной вещи. Одно содержит в себе всё, и всё содержится в одном.
- Единство может проявлять себя только через двойственность. Ведь само единство и идея единства уже образуют двойственность.
- Мучительно рождение для человека. Труден путь его становления. Неохотно и с величайшим трудом слушают люди слова правды. Редко приходит пробуждённый на Землю.
- Слова мои резки и суровы, потому что я говорю правду.
- Лучше власти над всем миром, лучше жизни в раю и лучше господства над всеми мирами вселенной совершение первого шага на пути пробуждения!
- Самый большой дар, какой ты можешь принести людям – это твоё озарение, которым ты с ними щедро поделишься. Нет ничего важнее и значительнее этого.
- Просветлённый рождается среди людей, потому что Небо исполнено заботы обо всех живых существах.
- Я не тот, кто учит; я не тот, кто исцеляет. Я тот, кто пробудился от сновидений посреди мира спящих.
- Я не ищу себе никакой награды, даже рождения на небе, но ищу блага для людей, стремлюсь вывести на путь заблудившихся, дать свет живущим во мраке и упразднить в мире все страдания и муки.

- Братья, я знаю, что ваше внимание в неотступном плену у воображаемого мира, который вы создали себе собственной мыслью. Братья, я знаю, что нужно усилие воли, дабы смотреть внутрь самого себя. Братья, сделайте это усилие и посмотрите внутрь себя самих! Сосредоточьте своё внимание на вашей мысли, посмотрите, как она появляется, как она движется и исчезает, как она непостоянна и переменчива и насколько порождаемые ею призраки лишены существенности.
- Если твоё благоразумие не принимает моего учения, то ты должен следовать своему благоразумию.
- Моё учение – и не учение вовсе, а видение. Я не дал вам каких-либо установленных правил, свода предписаний и взглядов. Я просто раскрыл вам глаза.
- Да сможет человек совершить много добра в своей жизни! – вот одна из моих молитв.
- Спокоен и невозмутим тот, кто пробудился. Его ум чист и ясен, и слова и дела его отражают эту чистоту и ясность.
- Нельзя ударить ведающего истину, но и ведающий истину пусть не изливает свой гнев на обидчика. Позор тому, кто ударил ведающего истину, и ещё больший позор излившему гнев на обидчика.
- Подлинная вера усиливается благодаря словам мудрого учителя и последующему собственному размышлению.
- Кто нашёл прибежище в просветлении и в мудрости, тот владеет подлинным знанием, видит четыре благородные истины. Он видит зло, происхождение зла и преодоление зла, и благородный путь, ведущий к прекращению зла.

- Безмятежность совсем не для тех, кто её желает, ибо безмятежность есть отсутствие желаний.
- У кого совсем нет отождествления себя с нынешним именем и телесной формой и кто не печалится, ничего не имея, – вот кто настоящий мудрец.
- Не достигает безмятежности тот, кто её страстно желает, ибо как раз в отсутствии таких желаний и состоит безмятежность.
- Если ты обрёл благоразумие и оно делает своё дело, смерть не имеет власти над тобою.
- Тому, чья жизнь наполнена мудростью, не приходится бояться смерти. Да и как бы он мог?
- Перестаньте, дети мои, терзаться из-за неизбежности предстоящей разлуки со мною: расставание наступает неотвратно, поскольку у живых существ множества разных рождений в ходе переселений и странствий по мирам.
- Как птицы, встретившиеся на ветвях дерева, давшего им приют, расстаются, так и совместная жизнь людей завершается расставанием. И как тучи сливаются и уплотняются, а после снова расходятся, так, думаю, и живые существа встречаются и расстаются.
- И раз участь людей постоянное расставание, то и сама мысль о пылкой привязанности несправедлива, ведь встречи и свидания смертных всего более походят на грёзы и сновидение.

- Деревья, и те, по осени расстаются с великолепиям листвы, бывшей их украшением в летнюю пору; насколько же неизбежнее разлука между двумя людьми?
- Истинно сказываю вам: в размышлении рождается мудрость, отсутствием размышления насаждается глупость. Зная оба этих пути – путь жизни и путь смерти – делайте так, чтобы мудрость торжествовала.
- Когда возникает угроза того, что чистое учение совершенно исчезнет, и когда люди снова впадают в чувственные вожделения и в умственный мрак, тогда рождается новый Просветлённый.
- Человек возвращается на землю, чтобы в новом существовании собрать урожай, который он в прошлой жизни посеял своими делами, мыслями и поступками. Таково учение о *карме*.
- Нет печали для того, кто завершил своё странствие, кто пресёк все заботы, кто освободился от всех обязанностей, кто оставил все свои владения и имущество.
- Кто прожил жизнь мудро, тому не приходится опасаться даже смерти.
- Делитесь своим счастьем. Отрадно сделать что-либо хорошее перед тем, как оставить эту жизнь.
- Суть четыре благородных истины: рождение, жизнь, смерть, возрождение. Мы должны были родиться, мы живём, мы умрём и нам предстоит возродиться, т.е. воскреснуть и перевоплотиться.
- Смерть может быть прекрасной, если ты понимаешь её значение. Это растворение – ты снова возвращаешься в

источник жизни, чтобы получить расслабление и отдых и подготовиться к новому существованию. Это погружение в источник жизни и соединение с Богом – и затем новое рождение, дабы стать пробуждённым.

- Теперь вы разбужены! Так неужели же вы снова ляжете спать, повернувшись на другой бок?

2019 г.

Иешуа из Назарета

БУДЬТЕ СОВЕРШЕННЫ

Изречения «Иисуса Христа»

ПРЕДИСЛОВИЕ

Увы, сколь часто человеческие убеждения на поверку оказываются самыми грубыми предубеждениями и стоят перед человеком как шлагбаум, опущенный на пути его духовного и интеллектуального развития.

Книга наша есть плод долгих лет работы, раздумий и наблюдений. Она ни в коей мере не обращена к *людям, коснеющим в материализме и атеизме*, ибо они вполне убеждены, что знают истину жизни, так что для них тема наша – всего лишь праздное копание в жалком сплетении небылиц и попытка придать им исторический статус.

Ни в коем случае книга сия не обращена и к *верующим*, которых – и мы понимаем это – слишком многое в ней способно возмутить или покоробить. Это тем более ясно, что с той ступени, с которой мы взираем на «верующих», различия, разделяющие их – католики они, православные, старообрядцы, или протестанты того или иного толка – представляются подетски нелепыми. Ибо у всех у них *одна общая беда* – они бесконечно далеки от Христа, учение которого давным-давно выхолощено основателями названных сект.

Мы обращаемся к *людям, сомневающимся и ищущим*, к людям, стремящимся разобраться и понять или хотя бы просто уяснить для себя. Такие люди инстинктивно чувствуют великую истину, выраженную в учении Иисуса из Назарета, но никак не могут согласовать её со множеством противоречий и нелепостей, которые хорошо видны им в учениях церквей и потому вынуждают их оставаться в полном недоумении. Такие люди придерживаются «умеренных» взглядов, они *в меру* материалисты и атеисты или «веруют», но без агрессивного фанатизма и *с осторожностью*. К таким читателям мы и обращаемся с надеждой, что сможем многое им разъяснить, развеять их сомнения и твёрдо *поставить на путь*.

Мы убеждены, что первые две крайности составляют весьма незначительную часть читающей публики. Зато к третьей категории принадлежит читательское большинство.

Избегая неуместного многословия и пустого топтания на месте коснёмся здесь лишь немногих, но весьма существенных пунктов.

Немало досадных недоразумений связано с основателем христианства. Начнём с самого обозначения. Многие теперь в простоте

душевной думают, что Иисус – имя, а Христос – фамилия. Это глубокое заблуждение. Греческое слово *христос* означает «помазанник Божий», т.е. пророк, тот, чьими устами *иногда* говорит Бог. Понятно, что ни сам Иисус, ни его соплеменники такого термина не использовали. У евреев речь шла о пророке и спасителе, приход которого им был предсказан и которого они давно ожидали. Они называли его на своём языке *мессией*. Так что в русском тексте «Евангелий», где речь идёт о «Христе», уместнее бы писать «Мессия». Стало быть, если мы стремимся к исторической точности, то должны отказаться от чужеземного и присвоенного задним умом обозначения «христос». Нам приходится считаться также и с тем, что у древних не было фамилий в нашем понимании, а были только имена с уточнениями, указывающими на происхождение, типа «Демокрит из Абдер», «Пифагор с Самоса» или даже «Леонардо *да Винчи*», что по-русски буквально значит Леонардо *из Винчи*, ибо Винчи – не фамилия, а название мелкого итальянского поселения, в котором родился названный гений.

Так выходит, что по-русски гораздо правильнее говорить не об *Иисусе Христе*, но о *Иисусе из Назарета*. Но и это ещё не всё. У евреев нет имени Иисус. Все эти *Иисусы*, *Иезусы*, *Джизасы* и прочая – всего лишь греко-латинские, английские и прочие прочтения еврейского имени *Иешуа*. Таким образом, если мы желаем быть точными, нам следует говорить не об Иисусе Христе, но о *Иешуа из Назарета*. Именно таким устанавливается правильное русского наименование основателя христианского учения.

Следующее недоразумение. Во всём мире Рождество, т.е. день рождения Иисуса празднуется 25 декабря (у православных, по их календарю, точно так же). Т.е. в астрологических терминах получается, что Иисус – *Козерог*. Но это грубейшее заблуждение. Серьёзным астрологам прекрасно известно, что он – *Дева*, т.е. рождение приходится не на период декабрь-январь, но на август-сентябрь. Не вдаваясь в подробности, скажем, что данное извращение внесено в первые века новой эры под влиянием митраизма – религии, влившейся в нынешнее христианство вместе с её новообращёнными последователями. В скобках отметим, что Митра в религии Древней Персии и Древней Индии – бог света, чистоты и правды. Культ Митры широко распространился в Римской империи. В конце IV века ожесточённая борьба культа Митры с христианством завершилась победой последнего. Но культ Митры

оказал сильное влияние на последующее христианство, в частности из него были заимствованы обряд причащения хлебом и вином, миф о непорочном зачатии, праздник рождения Христа в день зимнего солнцестояния, празднование седьмого дня недели – воскресенья, учение о конце света.

Но и этого мало. В европейской культуре летосчисление поделено на две половины: до Рождества Христова и после, до *нашей* или новой эры и новой эры. Т.е. год рождения Иешуа считается *нулевым* годом, точкой отсчёта нашей эры, и, датируя его жизнь, следовало бы писать «0 – 33 гг. н.э.». Но это не правда. Тогда в исторических деталях оказывается множество несоответствий и несуразностей. Окультисты знают, что *реальная* датировка жизни Иешуа из Назарета такова: 7 г. до н.э. – 26 г. н.э.

Идём далее. Церковные догматы утверждают, что Иисус – Бог и Сын Божий. Поэтому, в частности, по нормам русского правописания, говоря о Христе в 3-м лице, пишут Он, Его, и т.д. Мы же, следуя правилам оккультистов, пишем эти местоимения со строчной буквы, заглавная употребляется только тогда, когда речь идёт о Боге. К этому нас обязывает оккультная идеология: оккультисты, спириты не считают Христа Богом или даже «Сыном Божиим» в самом *буквальном* смысле. С точки зрения оккультизма, каждый человек – точно такой же сын Божий и имеет право заявить о себе: «Я есмь сын Божий». Ведь сказано же в древних христианских писаниях: «Каждый младенец мужского пола, который выйдет из чрева матери своей, назовётся сыном Божиим». И соответственно получается, что каждый младенец женского пола назовётся *дщерью Божией*.

Для оккультистов Иисус Христос – не божество, но дух, стоящий на самой вершине Духовной Иерархии и до известной степени представляющий для нас, землян, самого Бога.

Окультистам и всем внимательно читавшим христианское писание известно, что Иешуа не претендовал на божественность. Даже в канонических «Евангелиях» по недосмотру церковных цензоров осталось множество указаний, свидетельствующих сие. Так, Иешуа в разных местах вопрошает: «Что ты называешь меня благим? Никто не благ, как только один Бог». Или такие слова: «Не бывает, чтобы пророк погиб вне Иерусалима». Т.е. он считал себя *пророком*, и таковым считали его

последователи, и отказывались считать противники, т.е. «правоверные» иудеи, супостаты «ересей» и новшеств.

Не стремясь никого удивить, мы тем не менее скажем, что предпочитаем рассматривать Иешуа не как *бога*, а как *йога*. Оккультисты знают, что он не один год провёл в Индии, не только уча, но и учась там. Есть в учении Христа и такой интересный пункт. Он учит, что тело человеческое есть храм Божий. А это Учение Йогов. Многое и слишком многое позволяет видеть в нём высокого и высочайшего Адепта йогической мудрости. Многое в его учении имеет свои корни в мистической индийской философии. Процитируем по этому поводу Честертона, который формулирует эту мысль, сам ничего не подозревая об этом: «Человек строит свою душу. Христианская доктрина спасения предполагает труд, подобный труду скульптора, ваяющего крылатую победу. Человек должен знать, к чему стремится. Статую не создашь, не жертвуя кусками камня». Лучше, по нашему мнению, не скажешь.

Теперь бегло коснёмся филологического и когнитивного (в смысле *уразумительного*) аспекта проблемы. В писаниях о Христе нет ничего достоверного. И это понятно. *Пересказы пересказов*, к тому же в *переводах с переводов* с одних языков на другие не могут не вносить множества искажений, каковые со временем только нарастают и множатся. Все высказывания Христа, дошедшие до нас, лишь пересказ, передача сказанного, к тому же скорее всего неумелая. Ведь понятно, что если что-то сказанное было неверно понято, то оно было неверно и записано, а, стало быть, искажено, переосмыслено, и впоследствии обросло ещё множеством неуместных подробностей.

Мы знаем, что Христос старался говорить со слушателями как можно проще, быть им как можно понятнее, для чего и использовал форму притчи, всего более внятную невежественному уму, но всё-таки то, что он говорил, было весьма сложно, и потому даже лучшие ученики сплошь да рядом не понимали его. В «священных» текстах не редкость такие оговорки и указания: «Но они не поняли слова сего, и оно было закрыто от них, так что они не постигли его; а спросить его о сем слове боялись.» Или: «Но они ничего из этого не поняли; слова сии были для них сокровенны, и они не разумели сказанного».

Никогда не следует забывать, что «богოდухновенные» книги *Библии*, включая и её новозаветную часть, суть плод работы сотен поколений

переводчиков, редакторов и переписчиков, каждый из которых, по мере своей потребности, стремился вставить что-то своё или подправить текст на собственный лад. Здесь как нигде уместны слова самого Христа: «Буква убивает, а дух животворит». Но мир людской не ведаёт, что такое дух, ему понятна только буква. И по этой причине никто не относится столь пренебрежительно к учению Иисуса, как сами «христиане». Они, видите ли, считают его учение неосуществимым, им нужен компромисс с миром.

Йог Рамачарака в сей связи говорит: «Для иллюстрации этого факта следует прочесть *Нагорную проповедь*, положения которой принимаются и почитаются оккультистами и мистиками всех школ и стран. Затем, посмотрите, как последователи учения Христова отстаивают внешнюю форму христианства, в то же время смело, без всякого смущения, утверждая, что учение Христа «неисполнимо». Неверующие могут отрицать истинность учения Христа, но объявлять это учение «неразумным» и непригодным для человечества решились лишь люди, исповедующие его. И так обстоит дело с массой последователей всех религий; они отстаивают название и внешние формы, но принимают только такие учения, которые соответствуют их жизни. Вместо того чтобы сообразовать свою жизнь с этими учениями, они приспособляют эти учения к своей жизни. Мы упоминаем об этих фактах не для того, чтобы подвергнуть кого бы то ни было резкой критике, а только берём их как пример различия между эзотерическим и экзотерическим учением всех религий».

Не откажем себе в удовольствии ещё раз предоставить слово Честертону (хотя, разумеется, ни в коей мере не усматриваем в нём высший авторитет в обсуждаемом вопросе): «Простые слова *Евангелия* тяжелы, как жернова, и тот, кто может читать их просто, чувствует, что на него свалился камень. Толкования – только слова о словах. Но как опишешь словами тёмный сад, внезапный свет факелов, гневные лица? *Как будто на разбойника вышли вы с мечами и копьями, чтобы взять меня. Каждый день бывал я с вами в Храме, и вы не поднимали на меня рук; но теперь – ваше время и власть тьмы.* Что прибавишь к мощной сдержанности этой насмешки, подобной вознёсшейся и застывшей волне?»

В процессе работы над книгой возникла такая надобность – и нам пришлось дерзнуть взять на себя непомерно тяжёлую и *небывалую*

задачу (за 2000 лет никто почему-то не счёл нужным осознать её важности и необходимости): по мере существующей возможности восстановить, если не слова, то важнейшие мысли Иешуа из Назарета, сгруппировать и систематизировать их, дабы *иметь связанное и краткое изложение христианского учения из первых рук*. Мы, разумеется, не считали нужным ограничиваться только каноническими текстами, но черпали и в апокрифах, по крайней мере, в той незначительной их части, что оказалась в нашем распоряжении. Не станем распространяться о чрезвычайных трудностях, которые пришлось преодолеть при данной работе, выразим лишь надежду, что результат с лихвой искупает все претерпённые труды и мучения.

Охотно признаём, что весь корпус изречений Иисуса представляет собой довольно разнородное и пёстрое в *стилистическом* отношении сборище. Это естественно и неизбежно, ибо многие вещи были переведены не только разными людьми, но и в разные времена, и мало того – наиболее крылатые слова сказаны даже не по-русски, а на другом языке – церковно-, а вернее, старославянском. Мы не сочли ни нужным, ни возможным делать сверхрадикальное редактирование текста, а старались соблюдать чувство меры.

Не скроем, что осмысление слов Иисуса и всего христианского учения сделано нами с позиций *рационализма*, но не рационализма материалистов или агностиков, а *мистического рационализма*, лучшими представителями которого считаем Аллана Кардека, Йога Рамачараку и Артура Конан-Дойля.

Ещё многое имеем сказать, но не многие смогут сейчас вместить. Мы не обольщаемся пустыми надеждами, а знаем, что сказанное сказано не для дней нынешних, но для будущих. Слова наши – всего лишь семена, посеянные в не одинаковую по качеству и составу почву, но многие из них дадут обильные всходы в века грядущие. По мере возможности мы старались меньше говорить от себя, мы просто взяли то, что пришло к нам от наших предшественников, бережно его обработали и теперь передаём дальше. Аминь!

Ўор раѣанантатѣ

17 июня 2008 г.

И. Христос

(7 г. до н.э. – 26 г. н.э.)

- Придите ко мне все труждающиеся и обременённые, и я успокою вас; возьмите иго моё на себя и научитесь от меня, ибо я кроток и смирен сердцем, и найдёте покой душам вашим; ибо иго моё благо и бремя моё легко. (1)
- Я на то родился и на то пришёл в мир, чтобы свидетельствовать об истине; всякий, кто от истины, слушает гласа моего. (2)
- Я есмь путь, и истина, и жизнь. (3)
- Царство Божие внутри вас есть. Ищите сначала царства Божия, и вы всё получите. (4)
- Входите тесными вратами; потому что широки врата и пространен путь, ведущий в погибель, и многие идут ими. Потому что тесны врата и узок путь, ведущие в жизнь, и немногие находят их. (5)
- Царство Небесное силою берётся и употребляющие усилие восхищают его. (6)
- Бог есть любовь, и пребывающий в любви пребывает в Боге, и Бог – в нём. (7)
- Бога никто никогда не видел. Если вы любите друг друга, то Бог в вас пребывает, и любовь Его совершенна в вас есть. Кто говорит: «Я люблю Бога», а брата своего ненавидит, тот лжец; ибо нелюбящий брата своего, которого видит, как может любить Бога, которого не видит? (8)

- Любите друг друга, ибо любящий рождён от Бога и знает Бога, потому что Бог есть любовь. Пребывающий в любви, пребывает в Боге, и Бог – в нём. (9)
- Первая из всех заповедей: Бог есть единственный наш хозяин. И возлюби Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твоею, и всем разумением твоим, и всей силою твоею: вот первая заповедь. Вторая подобная ей: возлюби ближнего твоего, как самого себя. Иной, большей сих, заповеди нет. (10)
- Нет никакого различия между чужой и своей жизнью. (11)
- Живите ради других. (12)
- Кто станет сберегать душу свою, тот погубит её; а кто не побоится погубить её, тот оживит её. (13)
- Нет больше той любви, как если кто положит душу свою за друзей своих. (14)
- Истина приходит с Неба. Взгляни, как те, кто говорят истину на земле, судимы теми, кто имеют власть на земле. (15)
- В мире будете иметь скорбь; но мужайтесь: я победил мир. (16)
- Сын человеческий не для того пришёл, чтобы ему служили, но чтобы послужить и отдать душу свою для искупления многих. (17)
- Не послал Бог сына Своего в мир, чтобы судить мир, но чтобы мир спасён был через него. (18)

- Потому любит меня Отец, что я отдаю жизнь мою, чтобы опять принять её. Никто не отнимает её у меня, но я сам отдаю её. Имею власть отдать её и власть имею опять принять её. Сию заповедь получил я от Отца моего. (19)
- Если меня гнали, будут гнать и вас; если моё слово соблюдали, будут соблюдать и ваше. Но всё то сделают вам за имя моё, потому что не знают Пославшего меня. (20)
- Невозможно не придти соблазнам, но горе тому, чрез кого они приходят: лучше было бы ему, если бы мельничный жёрнов повесили ему на шею и бросили его в море, нежели чтоб он соблазнил одного из малых сих. (21)
- Истинно, истинно говорю вам: вы восплачете и возрыдаете, а мир возрадуется; вы печальны будете, но печаль ваша в радость будет. Женщина, когда рождает, терпит скорбь, потому что пришёл час её; но когда родит младенца, уже не помнит скорби от радости, потому что родился человек в мир. (22)
- Да не смущается сердце ваше: веруйте в Бога и в меня веруйте. (23)
- В доме Отца моего обителей много; а если бы не так, я сказал бы вам: «Я иду приготовить вам место». (24)
- Бог есть свет, и нет в Нём никакой тьмы. (25)
- Моё учение – не моё, но Пославшего меня; кто хочет творить волю Его, тот узнает о сём учении, от Бога ли оно, или я сам от себя говорю. (26)
- Из того, что я вам говорю, вы не узнаете, кто я? (27)

- Не моя воля, но Твоя да будет. Не чего я хочу, а чего Ты. Не как я хочу, но как Ты. (28)
- Пославший меня есть со мною; Отец не оставил меня одного, ибо я всегда делаю то, что Ему угодно. (29)
- Пославший меня есть истинен, и что я слышал от Него, то и говорю миру. (30)
- Ибо я сошёл с небес не для того, чтобы творить волю мою, но волю пославшего меня Отца; воля же пославшего меня Отца есть та, чтобы из того, что Он мне дал, ничего не погубить. (31)
- Не все вмещают слово сие, но кому дано. (32)
- Вот сеятель вышел, он наполнил свою руку, он бросил семена. Но иные упали на дорогу, прилетели птицы, поклевали их. Иные упали на камень, и не пустили корня в землю, и не послали колоса в небо. И иные упали в терния, они заглушили семя, и червь съел их. И иные упали на добрую землю и дали добрый плод в небо. Это принесло шестьдесят мер на одну и сто двадцать мер на одну. (33)
- Если вы не верите моим словам, то верьте делам, которые я творю. (34)
- Или признайте дерево хорошим и плод его хорошим; или признайте дерево худым и плод его худым; ибо дерево познаётся по плоду. (35)
- Нет доброго дерева, которое приносило бы худой плод; и нет худого дерева, которое приносило бы плод добрый. Ибо всякое дерево познаётся по плоду своему. (36)

- Верующий в меня не в меня верует, но в Пославшего меня; и видящий меня видит Пославшего меня. Я, Свет, пришёл в мир, чтобы всякий верующий в меня не оставался во тьме. И если кто услышит мои слова и не поверит, я не сужу его, ибо я пришёл не судить мир, но спасти мир. (37)
- Отвергающий меня и не принимающий слов моих имеет судьбу себе: слово, которое я говорил; оно будет судить его в последний день. Ибо я говорил не от себя, но Пославший меня Отец, Он дал мне заповедь, что сказать и что говорить. И я знаю, что заповедь Его есть жизнь вечная. Итак, что я говорю, говорю, как сказал мне Отец. (38)
- Счастливы вы, что голодны до истины, ибо я насыщу вас хлебом мудрости. Счастливы вы, что стучите, ибо я открою вам дверь жизни. Счастливы вы, что хотите сбросить власть Тьмы, ибо я приведу вас в царство Света, где Тьма не имеет силы. (39)
- Истинно говорю вам, счастлив тот, кто соблюдает законы жизни и сторонится путей смерти. Ибо крепнут в нём силы жизни, и избегает он когтей смерти. (40)
- Вы не понимаете слов жизни, потому что пребываете в смерти. Темнота закрывает вам глаза и уши ваши глухи. Ибо истинно говорю вам, никакой пользы вам нет от изучения мёртвых писаний, если на деле отвергаете вы Того, Кто дал вам эти писания. (41)
- Истинно говорю вам, Бог и его законы не в том, что вы делаете. Они не в обжорстве и пьянстве, не в разгуле и не в похоти, не в стремлении к богатствам и не в ненависти к врагам вашим. Ибо всё это далеко от истинного Бога и ангелов его, но исходит от царства тьмы и властителя зла. И всё это вы носите в себе, и потому слово и сила Бога не

могут войти в вас, ибо всяческое зло и мерзость обитают в теле вашем и духе вашем. (42)

- Если вы желаете, чтобы слово Бога живого и сила его вошли в вас, не оскверняйте тело ваше и дух ваш, ибо тело есть храм духа, а дух есть храм Бога. И потому очищайте сей храм, чтобы Властитель храма мог пребывать в нём и чтобы занял он место достойное его. (43)
- Устремляйтесь к свежему воздуху лесов и полей, и там найдёте вы ангела воздуха. Сбросьте обувь вашу и одежду и дозвольте ангелу воздуха обнять тело ваше. Затем сделайте долгий и глубокий вдох, чтобы ангел воздуха мог проникнуть в вас. Истинно говорю вам, ангел воздуха изгонит из тела вашего всю нечистоту, которая оскверняла его снаружи и внутри. И тогда всё зловонное и нечистое поднимется и удалится из вас подобно клубам дыма и растворится в океане воздуха. Ибо истинно говорю вам, свят ангел воздуха, очищающий всё нечистое и придающий благоухание всему зловонному. Ни один из людей не может предстать перед лицом Бога, если он не прошёл через ангела воздуха. (44)
- После ангела воздуха устремитесь к ангелу воды. Сбросьте обувь свою и одежду и дозвольте ангелу воды обнять всё ваше тело. Отдайтесь целиком в его объятия, и всякий раз как вы даёте движение воздуху дыханием своим, давайте движение воде своим телом. Истинно говорю вам, ангел воды изгонит из тела вашего всю нечистоту, которая оскверняла его внутри и снаружи. И всё нечистое и зловонное всплывёт и удалится из вас, подобно тому, как грязь удаляется из одежды при стирке и растворяется в потоке речном. Истинно говорю вам, свят ангел воды, очищающий всё нечистое и придающий благоухание всему зловонному. Ни один из людей не может предстать перед лицом Бога, если он не прошёл через ангела воды. (45)

- И не думайте, что достаточно чтобы ангел воды заключил вас в объятия лишь снаружи. Истинно говорю вам, нечистота внутри намного превосходит ту, что снаружи. И тот, кто очищает себя снаружи, но внутри остаётся нечистым, подобен гробнице, ярко выкрашенной снаружи, но внутри полной всякого рода ужасной грязи и мерзости. И потому истинно говорю вам, дозвоьте ангелу воды дать вам также крещение внутри, чтобы могли вы освободиться от всех ваших прошлых грехов, и чтобы внутри вы стали чисты, как речная пена, играющая в лучах солнца. (46)
- И если останется в вас что-либо от ваших прошлых грехов и нечистот, устремитесь к ангелу солнечного света. Сбросьте обувь свою и одежду и дозвоьте ангелу солнечного света обнять всё ваше тело. Затем медленно и глубоко вдохните, чтобы ангел солнечного света мог проникнуть в вас. И изгонит ангел солнечного света всё нечистое и зловонное из вас, подобно тому, как тьма ночи исчезает под яркими лучами восходящего солнца. Ибо истинно говорю вам, свят ангел солнечного света, очищающий всё нечистое и придающий благоухание всему зловонному. Ни один из людей не может предстать перед лицом Бога, если не пройдёт через ангела солнечного света. (47)
- Истинные ваши братья есть все те, кто выполняет волю вашего Отца Небесного и вашей Матери Земной, а не ваши кровные братья. Истинно говорю вам, что ваши истинные братья в воле Отца Небесного и Матери Земной будут любить вас в тысячу раз сильнее, чем ваши кровные братья. Ибо нет истинного братства по крови. И братья обращаются с братьями, как с чужими. Поэтому говорю вам, любите ваших истинных братьев в воле Бога в тысячу раз сильнее, нежели ваших кровных братьев. (48)
- Сейчас я говорю с вами на живом языке Бога живого, через дух святой нашего Отца Небесного. Хотя и нет среди вас

ни одного, кто способен понять всё, о чём я говорю. Тот, кто излагает вам писания, говорит с вами на мёртвом языке мертвецов, через своё немощное и смертное тело. И потому все могут понять его, ибо все люди больны и пребывают в смерти. Никто не видит света жизни. Слепые ведут слепых по тёмным тропам грехов, болезней и страданий, и в конце концов все падают в яму смерти. (49)

- Я послан к вам Отцом, чтобы я мог заставить свет жизни засиять перед вами. Свет освещает себя самого и тьму, тьма же знает лишь себя, но света не знает. И много ещё имею сказать вам, но вы пока ещё не в состоянии выдержать это. Ибо глаза ваши привыкли ко тьме, и полный свет Отца Небесного ослепит вас. Поэтому вы пока не можете понять то, о чём я говорю вам про Отца Небесного, пославшего меня к вам. (50)
- Счастливы те, кто стойко терпит до конца, ибо дьяволы сатаны записывают все ваши дурные поступки в книгу, в книгу вашего тела и вашего духа. Истинно говорю вам, все многочисленные греховные деяния записываются с самого начала мира, и о всех них осведомлён наш Отец Небесный. Ибо можете вы избежать законов, составленных царями, но законов вашего Отца Небесного никто из Сынов Человеческих избежать не может. (51)
- И когда вы предстанете перед лицом Бога, дьяволы сатаны станут свидетельствовать против вас о ваших поступках, и Бог увидит ваши грехи, записанные в книге тела вашего и вашего духа, и сердце Его опечалится. Но если вы раскаетесь в своих грехах, и с постом и молитвой устремитесь к ангелам Бога, то за каждый день поста и молитвы, ангелы Бога вычеркнут один год ваших дурных поступков из книги вашего тела и вашего духа. И когда последняя страница будет также вычеркнута и очищена от всех ваших грехов, вы предстанете перед лицом Бога, и

Бог возрадуется в сердце Своём и забудет все грехи ваши. (52)

- Истинно говорю вам, ни один хороший поступок с самого начала мира не остался незамеченным и незаписанным Богом. Ибо вы можете тщетно ожидать награды от ваших царей и правителей, но благим деяниям никогда не приходится ждать вознаграждения от Бога. (53)
- Счастливы те, кто упорствует до конца, ибо они унаследуют землю. (54)
- Будьте истинными Сынами Бога, чтобы вы также могли иметь Его силу и знание всех тайн. Ибо мудрость и сила могут произойти только лишь из любви к Богу. И потому любите вашего Отца Небесного и вашу Мать Земную всем сердцем вашим и всем духом вашим. И служите им, чтобы их ангелы также могли служить вам. Пусть все деяния ваши будут посвящены Богу. И не давайте пищи сатане, ибо возмездие за грех – смерть. С Богом же находится награда за добро – Его любовь, которая есть знание и сила жизни вечной. (55)
- Плоть убитых зверей в вашем теле станет вашей собственной могилой. Ибо истинно говорю вам, кто убивает – убивает самого себя, а кто ест плоть убитых зверей – ест тела смерти. Ибо в крови его каждая капля их крови превращается в яд, в его дыхании их дыхание превращается в зловоние, в его плоти их плоть – в гнойные раны. (56)
- Истинно говорю вам, человек более велик, чем зверь. Но если кто убивает зверя без причины, когда зверь не нападает на него, а из-за желания убить или ради мяса его или ради шкуры его или ради клыков его, то совершает он зло, ибо сам превращается в дикого зверя. И конец его будет таким же, как конец диких зверей. (57)

- Чем ближе заповеди к Богу, тем меньше их нужно нам. И чем дальше оне от Бога, тем больше их нужно нам. Поэтому законы святош и грамотеев неисчислимы, законов Сына Человеческого семь, ангелов – три, Бога – один. (58)
- Если вы принимаете живую пищу, она наполняет вас жизнью, но если вы убиваете свою пищу, мёртвая пища убьёт также и вас. Ибо жизнь происходит только от жизни, а от смерти всегда происходит смерть. Ибо всё, что убивает вашу пищу, также убивает и ваши тела. А всё, что убивает ваши тела, убивает также и ваши души. И тела ваши становятся тем, что есть пища ваша, равно как дух ваш становится тем, что есть мысли ваши. Потому не принимайте в пищу ничего, что было разрушено огнём, морозом или водой. Ибо обгоревшая, сгнившая или замороженная пища также сожжёт, разложит или обморозит ваше тело. (59)
- Не уподобляйтесь глупому землепашцу, который засеял свою землю проваренными, замороженными и сгнившими семенами. И когда пришла осень, ничего не уродилось на полях его. Огромно было его горе. Но будьте подобны землепашцу, который засеял своё поле живыми семенами, и поле его уродило живые колосья пшеницы, и в сотню раз больше, чем он посадил. Ибо истинно говорю вам, живите лишь огнём жизни и не готовьте пищу свою с помощью огня смерти, который убивает вашу пищу, ваши тела и также ваши души. (60)
- Тело ваше – это то, что вы едите, а дух ваш – это то, что вы мыслите. Потому не принимайте в пищу ничего, что было уничтожено огнём более сильным, чем огонь жизни. Готовьте и принимайте в пищу все плоды деревьев, все травы полей, молоко зверей, пригодное для питья. Ибо всё это вскормлено и возвращено огнём жизни, всё есть дар ангелов нашей Земной Матери. (61)

- Не варите на огне, не смешивайте вещи друг с другом, чтобы кишечник ваш не уподобился болоту со зловонными парами. Ибо истинно говорю вам, это отвратительно в глазах Божиих. (62)
- Будьте осмотрительными и не оскверняйте храмов ваших тел различного рода мерзостями. Довольствуйтесь двумя или тремя видами пищи, которые вы всегда найдёте на столе нашей Матери Земной. И не желайте поглощения всего, что вы видите вокруг себя. Ибо истинно говорю вам, если вы будете смешивать в вашем теле все виды пищи, покой тела прекратится, и бесконечная война разразится в вашем теле. (63)
- Дома и царства, разделённые друг против друга творят свою собственную гибель. (64)
- И когда вы едите, не наедайтесь досыта. Избегайте соблазнов сатаны и слушайте голос ангелов Бога. Ибо сатана всегда искушает вас всё больше и больше. Но живите духом и не поддавайтесь желаниям тела. И пост ваш всегда приятен для глаз ангелов Бога. Поэтому всегда следите за тем, сколько вы съедаете, чтобы наесться досыта, и всегда ешьте меньше на треть. (65)
- Истинно говорю вам, кто ест более, чем два раза в день, совершает в себе работу сатаны. И ангелы Бога оставляют его тело, и вскоре сатана овладевает им. (66)
- Не принимайте пищу нечистую, привезённую из дальних стран, но ешьте всегда то, что дают вам ваши деревья. Ибо Бог ваш хорошо знает, что вам необходимо, где и когда. И Он даёт обитателям всех царств ту пищу, которая самая лучшая для них. (67)

- Не принимайте пищу, как это делают язычники, в спешке набивая себя едой, оскверняя тело всевозможными отвратительными вещами. (68)
- Дышите медленно и глубоко во время еды, чтобы ангел воздуха мог благословить вашу трапезу. И тщательно прожёвывайте пищу зубами, чтобы стала она подобной воде и чтобы ангел воды обратил её в кровь в вашем теле. И ешьте медленно, как будто это молитва, с которой вы обращаетесь к Богу. Ибо истинно говорю вам, сила Бога входит в вас, если вы принимаете пищу таким образом за Его стол. Но сатана превращает в зловонное болото тело того, на кого не сошли ангелы воздуха и воды во время трапезы. (69)
- Всё, что вы едите в печали или в гневе или без желания, становится в вашем теле ядом. Ибо дыхание сатаны оскверняет такую пищу. Возложите с радостью ваше подношение на алтарь своего тела, и пусть все дурные мысли покинут вас, когда вы будете принимать в своё тело силу Бога с Его стола. И никогда не садитесь за стол Бога прежде, чем позовёт он вас через ангела голода. (70)
- Не предавайтесь блуду ни ночью, ни днём, ибо распутник подобен дереву, сок которого истекает из его ствола. И дерево это высохнет прежде времени и никогда не будет давать оно плодов. Поэтому не предавайтесь блуду, чтобы сатана не иссушил ваше тело и Бог не сделал ваше семя бесплодным. (71)
- Следуйте примеру воды, что течёт, ветра, что дует, солнца, что восходит и садится, деревьев и трав, что растут, зверей, что бегают и скачут, луны, что прибывает и убывает, звёзд, что загораются и гаснут – всё это движется и совершает свою работу. Ибо всё, что имеет в себе жизнь – движется, и лишь то, что мертво, недвижимо. (72)

- Придите ко мне все измождённые и страждущие в раздоре и несчастье! Ибо мир мой даст силу вам и утешит вас. Ибо мир мой переполнен радостью. Потому я всегда так приветствую вас: «Да будет мир вам!» И вы приветствуйте так друг друга, чтобы в тело ваше мог снизойти мир вашей Матери Земной, а на дух ваш – мир вашего Отца Небесного. И тогда вы обретёте мир и меж собой, ибо царство Бога в вас. (73)
- Возвращайтесь к вашим братьям, с которыми вы доселе были в разладе, и дарите им также ваш мир. Ибо счастливы, кто стремится к миру, ибо обретут они мир Бога. Идите и не грешите более. И дарите каждому мир свой, как я подарил свой мир вам. Ибо мир мой есть Бог. Да будет мир вам. (74)
- Тело есть покинутый дом, видимый издали: что казалось прекрасным, станет руиной заброшенной, если приблизиться к нему. Тело есть колесница позлащённая, водружённая на пьедестал сотворившим её, дабы не запятнала её земля. Но обращённая в идол златой, стала она уродлива и лишилась красоты, ибо только в движении открывается назначение её. (75)
- Подобно тьме пустой за окном, когда ветер задувает свечу, тело одно, без сердца и разума, которые полнят светом его. (76)
- Истинно, истинно говорю тебе: Мы говорим о том, что знаем, и свидетельствуем о том, что видели, а вы свидетельства Нашего не принимаете. Если я сказал вам о земном и вы не верите, – как поверите, если буду говорить вам о небесном? (77)
- В начале был Закон, и Закон был у Бога, и Закон был Бог. Он был в начале у Бога. Всё через Него начало быть, и без Него ничего не начало быть, что начало быть. В Нём была

жизнь, и жизнь была свет человеков. И свет во тьме светит, и тьма не объяла его. (78)

- Истинно, истинно говорю вам, если пшеничное зерно, падши в землю, не умрёт, то останется одно; а если умрёт, то принесёт много плода. Любящий душу свою погубит её, а ненавидящий душу свою в мире сём сохранит её в жизнь вечную. (79)
- Так будут последние первыми, и первые последними; ибо много званых, а мало избранных. (80)
- Мы должны терпеливо переносить то, что не можем изменить ни в себе самих, ни в других. (81)
- Претерпевший же до конца спасётся. (82)
- Кто хочет жизнь свою сберечь, тот потеряет её; а кто потеряет жизнь свою ради истины, тот сбережёт её. Ибо что пользы человеку приобрести весь мир, а себя самого погубить или повредить себе? (83)
- Кто любит отца или мать более, нежели Бога, недостоин Бога; и кто любит сына или дочь более, нежели Бога, недостоин Его; и кто не берёт креста своего и не следует за мною, тот недостоин Бога. Сберегший душу свою потеряет её, а потерявший душу свою ради Бога сбережёт её. (84)
- Если кто хочет идти за мною, отвергнись себя и возьми крест свой и следуй за мною; ибо кто хочет жизнь свою сберечь, тот потеряет её; а кто потеряет жизнь свою ради меня, тот обретёт её. (85)
- Какая польза человеку, если он приобретёт весь мир, а душе своей повредит? Или какой выкуп даст человек за душу свою? (86)

- Терпением вашим спасайте души ваши. (87)
- Если все, то не я! (88)
- Вас мир не может ненавидеть, а меня ненавидит, потому что я свидетельствую о нём, что дела его злы. (89)
- Истинно, истинно говорю вам: о чём ни попросите Отца во имя моё, даст вам. (90)
- Невозможное человекам возможно Богу. (91)
- Да не смущается сердце ваше и да не устрашается! (92)
- Есть свет внутри человека света, и он освещает весь мир. Если он не освещает, то он – тьма. (93)
- Я бросил огонь в мир, и вот я охраняю его, пока он не запылает. (94)
- Кто приближается ко мне, приближается к Огню. (95)
- Тот, кто вблизи меня, вблизи Огня, и кто вдали от меня, вдали от царства Небесного. (96)
- Я свет миру; кто последует за мною, тот не будет ходить во тьме, но будет иметь свет жизни. (97)
- Бог говорит: «Я – свет, который на всех. Я – всё: всё вышло из Меня и всё вернулось ко Мне. Разруби дерево, Я – там; подними камень, и ты найдёшь там Меня.» (98)
- Если вы не поститесь от мира, вы не найдёте царствия Небесного. Если не делаете субботу субботой, вы не увидите Отца. (99)

- Много званных, но мало избранных. (100)
- Блаженны единственные и избранные, ибо вы найдёте царствие Небесное, ибо вы от него и вы снова туда возвратитесь. (101)
- Если вам говорят: «Откуда вы произошли?» – скажите им: «Мы пришли от света, от места, где свет произошёл от самого себя». (102)
- Знак вашего Отца, который в вас, есть движение и покой. Вы также ищите себе место в покое, дабы вы не стали трупом и вас не съели. (103)
- Тот покой, который вы ожидаете, пришёл, но вы не poznали его. (104)
- Я встал посреди мира, и я явился им во плоти. Я нашёл всех их пьяными, я не нашёл никого из них жаждущим, и душа моя опечалилась за детей человеческих. Ибо они слепы в сердце своём и они не видят, что они приходят в мир пустыми; они ищут снова уйти из мира пустыми. Но теперь они пьяны. Когда они отвергнут своё вино, тогда они покаются. (105)
- Научен будет достойный. (106)
- Заповедь новую даю вам: да любите друг друга! Как я возлюбил вас, так и вы да любите друг друга. По тому узнают все, что вы мои ученики, если будете иметь любовь между собою. (107)
- Блаженны нищие в духе, ибо их есть царство Небесное. (108)

- Блаженны невидевшие и уверовавшие, ибо им истина ведома. (109)
- Блаженны алчущие и жаждущие правды, ибо они насытятся. (110)
- Блаженны голодные, потому что чрево того, кто желает, будет насыщено. (111)
- Блаженны плачущие, ибо они утешатся. (112)
- Блаженны милостивые, ибо они помилованы будут. (113)
- Блаженны кроткие, ибо они наследуют землю. (114)
- Блаженны чистые сердцем, ибо они Бога узрят. (115)
- Блаженны миротворцы, ибо они будут наречены сынами Божиими. (116)
- Блаженны изгнанные за правду, ибо их есть царство Небесное. (117)
- Блаженны вы, когда вас ненавидят и вас преследуют. И не найдут места там, где вас преследовали. (118)
- Блаженны те, которых преследовали в их сердце; это те, которые познали Отца в истине. (119)
- Кто нарушит одну из заповедей сих и научит так людей, тот ничтожным наречётся в царстве Небесном; а кто сотворит и научит, тот великим наречётся в царстве Небесном. Ибо, говорю вам, если праведность ваша не превзойдёт праведности буквоедов и святош, то не войти вам в царство Небесное. (120)

- Если тебя пригласят на пир или свадьбу, не садись на лучшее место, чтобы не пришлось уступать его гостю почётнее тебя. Но сядь на худшее место, и тогда тебе предложат лучшее, если ты его заслужил. Потому что всякий, возвышающий сам себя, унижен будет, а унижающий себя – возвысится. (121)
- От всякого, кому дано много, много и потребуется, и кому много вверено, с того больше взыщут. И многие первые тогда последними будут, а последние – первыми. (122)
- Князья народов господствуют над вами и вельможи властвуют вами; но между вами да не будет так. А кто хочет между вами быть бóльшим, да будет вам слугою; и кто хочет между вами быть первым, да будем вам рабом. Так как человек не для того пришёл, чтобы ему служили, но чтобы послужить и отдать душу свою для искупления многих. (123)
- Смотрите, ваши цари и ваши знатные люди – они носят на себе мягкие одежды и они не могут познать истину! (124)
- Что вы называете меня благим? Никто не благ, как только один Бог. (125)
- Цари господствуют над народами, и владеющие ими благодетелями называются. А вы не так: но кто из вас больше, будь как меньший, и начальствующий, как служащий. Ибо кто больше: возлежащий или служащий? Не возлежащий ли? А я посреди вас, как служащий. (126)
- Большой из вас да будет вам слуга; ибо кто возвышает себя, тот унижен будет, а кто унижает себя, тот возвысится. (127)
- Кто хочет быть первым, будь из всех последним и всем слугою. (128)

- Никто, зажегши свечу, не ставит её в сокровенном месте, ни под сосудом, но на подсвечнике, чтобы входящие видели свет. (129)
- То, что ты услышишь твоим ухом, возвещай это другому уху с ваших кровель. Ибо никто не зажигает светильника и не ставит его под сосуд и никто не ставит его в тайное место, но ставит его на подставку для светильника, чтобы все, кто входит и выходит, видели его свет. (130)
- Светильник для тела есть око. Итак, если око твоё будет чисто, то всё тело твоё будет светло; если же око твоё будет худо, то всё тело твоё будет темно. Итак, если свет, который в тебе, тьма, то какова же тьма? (131)
- Если же тело твоё всё светло и не имеет ни одной тёмной части, то будет светло всё так, как бы светильник освещал тебя сиянием. (132)
- Суд состоит в том, что Свет пришёл в мир; но люди более возлюбили тьму, нежели свет, потому что дела их были злы. Ибо всякий, делающий злое, ненавидит свет и не идёт к свету, чтобы не обличились дела его, потому что они злы; а поступающий по правде идёт к свету, дабы явны были дела его, потому что они в Боге соделаны. (133)
- Если мир желает быть обманутым, то зато Бог поругаем не бывает. (134)
- Будьте прохожими. (135)
- Ещё на малое время свет есть в вас; ходите, пока есть свет, чтобы не объяла вас тьма, а ходящий во тьме не знает, куда идёт. (136)

- Доколе свет в вас, веруйте в свет, да будете сынами Света. (137)
- Познаете истину, и истина сделает вас свободными. (138)
- Вы соль земли. Если же соль потеряет силу, то чем сделаешь её солёною? Она уже ни к чему не годна, как разве выбросить её вон на поправление людям. (139)
- Соль – добрая вещь; но если соль потеряет силу, чем исправить её? Ни в землю, ни в навоз не годится; вон выбрасывают её. Кто имеет уши слышать, да слышит! (140)
- Тот, кто знает всё, нуждаясь в самом себе, нуждается во всём. (141)
- Когда вы рождаете это в себе, то, что вы имеете, спасёт вас. Если вы не имеете этого в себе, то, чего вы не имеете в себе, умертвит вас. (142)
- Горе той плоти, которая зависит от души; горе той душе, которая зависит от плоти. (143)
- Несчастно тело, которое зависит от тела, и несчастна душа, которая зависит от них обоих. (144)
- Тот, кто познал мир, нашёл труп, и тот, кто нашёл труп – мир недостоин его. (145)
- Тот, кто нашёл мир и стал богатым, пусть откажется от мира. (146)
- Тот, кто нашёл самого себя, – мир недостоин его. (147)
- Если вы познаёте истину, истина сделает вас свободными. Незнание – это рабство. Знание – это свобода. Если мы

познаем истину, мы найдём плоды истины в нас самих. Если мы соединимся с ней, она воспримет сокровище души нашей. (148)

- Где ум, там сокровище. (149)
- Тот, кто обладает знанием истины, – свободен. Свободный не творит греха, ибо тот, кто творит грех, – раб греха. (150)
- Тот, кто обретает истолкование этих слов, не вкусит смерти. (151)
- Когда вы познаете себя, тогда вы будете познаны и вы узнаете, что вы – дети Отца живого. Если же вы не познаёте себя, тогда вы в бедности и вы – бедность. (152)
- Человек подобен мудрому рыбаку, который бросил свою сеть в море. Он вытащил её из моря, полную малых рыб; среди них этот мудрый рыбак нашёл большую хорошую рыбу. Он выбросил всех малых рыб в море, он без труда выбрал большую рыбу. Тот, кто имеет уши слышать, да слышит! (153)
- Да был бы среди вас знающий человек! Когда плод созрел, он пришёл поспешно, – его серп в руке его, – и он собрал плод. Тот, кто имеет уши слышать, да слышит! (154)
- Пусть тот, кто ищет, не перестаёт искать до тех пор, пока не найдёт, и когда он найдёт, он будет потрясён, и если он потрясён, он будет удивлён, и он будет царствовать над всем. (155)
- Вы испытываете лицо неба и земли, а того, что перед вами, – вы не poznали его; и это время – вы не знаете, как испытать его. (156)

- Познай то, что перед лицом твоим, и то, что скрыто от тебя, – откроется тебе. Ибо нет ничего тайного, что не будет явным. (157)
- Блаженны вы, когда будут поносить вас и гнать и всячески неправедно злословить за меня. Радуйтесь и веселитесь; ибо велика ваша награда на небесах: так гнали и пророков, бывших прежде вас. (158)
- Вы свет мира. Не может укрыться город, стоящий на верху горы. И, зажегши свечу, не ставят её под сосудом, но на подсвечнике, и светит всем в доме. Так да светит свет ваш пред людьми, чтобы они видели ваши добрые дела и прославляли Отца вашего небесного. (159)
- То, что услышите, распространяйте по домам. (160)
- Имеющий уши да слышит. (161)
- Итак наблюдайте, как вы слушаете; ибо, кто имеет, тому дано будет; а кто не имеет, у того отнимется и то, что он думает иметь. (162)
- Вам слушающим говорю: любите врагов ваших, благотворите ненавидящим вас, благословляйте проклинающих вас и молитесь за обижающих вас. Ударившему тебя по щеке подставь и другую; и отнимающему у тебя верхнюю одежду не препятствуй взять и рубашку. Всякому, просящему у тебя, давай, и от взявшего твоё не требуй назад. (163)
- Не думайте, что я пришёл нарушить закон или пророков: не нарушить пришёл я, но исполнить. Ибо истинно говорю вам: доколе не прейдёт небо и земля, ни одна йота или ни одна черта не прейдёт из закона, пока не исполнится всё. (164)

- Что говорю вам в темноте, говорите при свете; и что на ухо слышите, проповедуйте на кровлях. (165)
- Нет ничего тайного, что не сделалось бы явным, ни сокровенного, что не сделалось бы известным и не обнаружилось бы. (166)
- Я пришёл не разрушить, но дополнить. (167)
- Вы слышали, что сказано древним: не убивай; кто же убьёт, подлежит суду. А я говорю вам, что всякий, гневающийся на брата своего напрасно, подлежит суду; кто же скажет брату своему: «безумный», обличает сам себя, а кто скажет: «ничтожество», вступает на злой путь гибели. (168)
- Если хочешь обратиться к Богу твоему и там вспомнишь, что брат твой имеет что-нибудь против тебя, умолкни и пойди прежде примиришься с братом твоим и тогда только обратись к Богу твоему. (169)
- Наблюдайте за собою. Если же согрешит против тебя брат твой, выговори ему, и если покается, прости ему; и если семь раз в день согрешит против тебя и семь раз в день обратится, и скажет: «каюсь», – прости ему. (170)
- Что вы свяжете на земле, то будет связано на небе; и что разрешите на земле, то будет разрешено на небе. (171)
- Если хочешь войти в жизнь вечную, соблюди заповеди: не убивай, не прелюбодействуй, не кради, не лжесвидетельствуй, почитай отца и мать и люби ближнего твоего, как самого себя. (172)
- Мирись с соперником твоим скорее, пока ты ещё на пути с ним, чтобы соперник не отдал тебя судье, а судья не отдал тебя слуге, и не ввергли бы тебя в темницу. Истинно

говорю тебе: ты не выйдешь оттуда, пока не отдашь всё до последнего гроша. (173)

- Покупатели и торговцы не войдут в места моего Отца. (174)
- Блаженны бедные, ибо ваше – царствие Небесное. (175)
- Был человек богатый, у которого было много добра. Он сказал: «Я использую моё добро, чтобы засеять, собрать, насадить, наполнить мои амбары плодами, дабы мне не нуждаться ни в чём». Вот о чём он думал в сердце своём. И в ту же ночь он умер. Тот, кто имеет уши, да слышит! (176)
- Трудно богатому войти в царство Небесное! Легче верблюду пройти сквозь игольное ушко, нежели богатому войти в царство Божие. (177)
- Кто имеет достаток в мире, но, видя брата своего в нужде, затворяет от него сердце своё, – как пребывает в том любовь Божия? Дети мои! станем любить не словом или языком, но делом и истиною. (178)
- О, если бы ты был холоден, или горяч! Но как ты тёпл, а не горяч и не холоден, то извергну тебя из уст моих. Ибо ты говоришь: «я богат, разбогател и ни в чём не имею нужды». А не знаешь, что ты несчастен и жалок, и нищ и слеп и наг. (179)
- Безумный! нынче же ночью душу твою возьмут у тебя, кому же достанется то, что ты заготовил? (180)
- Даром получили, даром давайте. (181)
- Бедные блаженны духом, ибо их есть царство Небесное. (182)

- Напротив горе вам, богатые! Ибо вы уже получили своё утешение. (183)
- Горе вам, пресыщенные ныне! ибо взалчѣте. Горе вам, смеющиеся ныне! ибо восплачете и возрыдаете. (184)
- Разве не видите вы, что могущественные и богатые сеют дух мятежа против вечной власти Неба? (185)
- Царь небесный больше и могущественнее земного закона, и Его царство превосходит все царства земные. (186)
- Можно ли восставать против заблудших людей, которым мрак сокрыл их путь и врата? Я только повелел несчастным, чтобы они не двигались дальше по мрачным дорогам, ибо под их ногами отверзлась бездна. (187)
- Земная власть непродолжительна и подчинена множеству изменений. Не было бы никакой пользы человеку возмущаться против неё, ибо одна власть всегда наследует другой власти; так продлится до конца человеческой жизни. (188)
- Я не предсказывал вам, что вы освободитесь от кесаря; но душа, погружённая в грех, будет освобождена от него. (189)
- Нет семьи без главы, не будет порядка в народе без кесаря, которому нужно слепо повиноваться, если он один будет отвечать за свои действия перед Высшим Судом. (190)
- Нет лучшего между людьми, но есть больные, о которых должны заботиться люди избранные, облечённые властью, употребляя средства, данные им святым законом их небесного Отца. (191)

- Милосердие и справедливость — вот самые высшие способности, дарованные кесарю; его имя станет славным, если он здесь их проявляет. (192)
- Но кто поступает иначе, преступает пределы власти над своим подчинённым, тот подвергает свою жизнь опасности, оскорбляет Великого Судию, вредит своему достоинству во мнении людей. (193)
- Временная власть поддерживает порядок в стране. Живите сообразно с вашим положением и с вашей судьбой, чтобы не нарушать общественного порядка. Помните, что беспорядок царствует в вашем сердце и уме. (194)
- Дайте кесарю то, что принадлежит кесарю, дайте Богу то, что принадлежит Богу, и то, что моё, дайте это мне! (195)
- Трудящийся достоин награды за труды свои. (196)
- Блажен человек, который потрудился: он нашёл жизнь. (197)
- Не разрушают того, что дано нашим Отцом небесным и было уничтожено грешниками; но я советовал очиститься сердцем от всякой скверны, ибо оно — истинный храм Божий. (198)
- Воистину знай, что получивший удар знаменует ударившему, что тот не мог научить его. (199)
- Вы слышали, что сказано: око за око и зуб за зуб. А я говорю вам: не противься злему. Но кто ударит тебя в правую щёку твою, обрати к нему другую. И кто захочет судиться с тобою и взять у тебя рубашку, отдай ему и верхнюю одежду; и кто принудит тебя идти с ним одно поприще, иди с ним два. (200)

- Просящему у тебя дай, и от хотящего занять у тебя не отвращайся. (201)
- Вы слышали, что сказано древним: не прелюбодействуй. А я говорю вам, что всякий, кто смотрит на женщину с вожделением, уже прелюбодействовал с ней в сердце своём. (202)
- Оставит человек отца и мать и прилепится к жене своей, и будут два одною плотью, так что они уже не двое, но одна плоть. Итак, что Бог сочетал, того человек да не разлучает. (203)
- Сказано также, что, если кто разведётся с женой своей, пусть даст ей разводную. А я говорю вам: кто разводится с женою своей, кроме вины любодеяния, тот подает ей повод прелюбодействовать; а кто женится на разведённой, тот прелюбодействует. (204)
- Нехорошо, что сын отталкивает свою мать, чтобы занять первое место, которое ей принадлежит. Кто не почитает свою мать, священнейшее после Бога существо, тот недостоин имени сына. (205)
- Слушайте же, что я хочу вам сказать: почитайте женщину, мать вселенной; в ней лежит вся истина Божественного творения. (206)
- Женщина – основание всего доброго и прекрасного; она – источник жизни и смерти. От неё зависит всё существование человека, ибо она – нравственная и естественная опора в его трудах. (207)
- Она вас рождает в муках, в поте своего чела; она следит за вашим ростом, и до самой смерти её вы причиняете ей

сильнейшее томление. Благословляйте её, чтите её, ибо она – ваш единственный друг и ваша опора на земле. (208)

- Почитайте её, защищайте её; поступая так, вы приобретаете её любовь и её сердце и будете приятны Богу. Вот почему много грехов вам отпустится. (209)
- Любите также ваших жён и уважайте их, ибо оне завтра будут матерями, а позднее – праматерями всего рода. (210)
- Покорствуйте женщине; её любовь облагораживает человека, смягчает его ожесточённое сердце, укрощает зверя и делает его ягнёнком. (211)
- Жена и мать – неоценимое сокровище, которое дал вам Бог; оне – наилучшие украшения вселенной, и от них родится всё, что населяет мир. (212)
- Как некогда Бог сил отделил свет от тьмы и сушу от вод, так женщина владеет божественным даром отделять в человеке добрые намерения от злых мыслей. (213)
- Вот почему я говорю вам, что после Бога ваши лучшие мысли должны принадлежать женщинам; женщина для вас – божественный храм, в котором вы весьма легко получите полное блаженство. (214)
- Черпайте в этом храме ваши нравственные силы; там вы забудете свои печали и неудачи, возвратите погубленные силы, вам необходимые, чтобы помогать ближнему. (215)
- Не подвергайте её унижениям; этим вы унизите только самих себя и потеряете то чувство любви, без которого ничего здесь на земле не существует. (216)

- Покровительствуйте своей жене, и она защитит вас и всю вашу семью; всё, что вы сделаете своей матери, жене, вдове или другой женщине в скорби, сделаете для Бога. (217)
- Не лгите, и то, что вы ненавидите, не делайте этого, ибо всё открыто перед Небом. Ибо нет ничего тайного, что не будет явным, и нет ничего сокровенного, что осталось бы нераскрытым. (218)
- Помогайте бедным, поддерживайте слабых, не делайте зла кому бы то ни было, не желайте того, чего вы не имеете и что видите у других. (219)
- Не воруйте чужого добра, ибо это было бы похищением у своего ближнего предметов, добытых им в поте лица своего. (220)
- Никого не обманывайте, чтобы вас самих не обманули. Старайтесь оправдаться до последнего суда, когда это будет слишком поздно. (221)
- Не развратничайте: это оскверняет Божьи законы. (222)
- Не покидайте вашего семейства, чтобы погрузиться в разврат, не губите благородства ваших чувств и не поклоняйтесь идолам, которые останутся глухи к вашему голосу. (223)
- Все существа, все создания, все творения пребывают друг в друге и друг с другом; и они снова разрешатся в их собственном корне. Ведь природа вещества разрешается в том, что составляет её единственную природу. Тот, кто имеет уши слышать, да слышит! (224)
- Нет греха, но вы те, кто делает грех, когда вы делаете вещи, подобные природе разврата, которую называют «грех». Вот

почему благо сошло в вашу среду к вещам всякой природы, дабы направить её к её корню. (225)

- Вот почему вы болеете и умираете, ибо вы любите то, что вас обманывает. Тот, кто постигает, да постигнет! Вещество породило страсть, не имеющую подобия, которая произошла от чрезмерности. Тогда возникает смятение во всём теле. Вот почему я сказал вам: крепитесь, и если вы ослабли, крепите себя пред разными формами природы. Тот, кто имеет уши слышать, да слышит! (226)
- Закон был дан человеку, дабы руководить его поступками. (227)
- Ещё слышали вы, что сказано древним: не преступай клятвы, но исполняй пред Господом клятвы твои. А я говорю вам: не клянись вовсе: ни небом, потому что оно престол Божий; ни землею, потому что она подножие ног Его. Ни головою своею не клянись, потому что не можешь ни одного волоса сделать белым или чёрным. Но да будет слово ваше: «да», «да», «нет», «нет», а что сверх этого, то от лукавого. (228)
- Поступай с другими так, как хотел бы, чтобы они поступали с тобою. (229)
- Люби брата твоего, как душу твою. Охраняй его как зеницу ока твоего. (230)
- Вы слышали, что сказано: люби ближнего твоего и ненавидь врага твоего. А я говорю вам: любите врагов ваших, благословляйте проклинающих вас, благотворите ненавидящих и гонящих вас, да будете сынами Отца вашего небесного, ибо Он повелевает солнцу Своему восходить над злыми и добрыми и посылает дождь на праведных и неправедных. (231)

- Любите врагов ваших – и не будет у вас врага. (232)
- Когда вы видите человека, чей дух скор на гнев, знайте, что дни его сочтены, ибо такие погибают во цвете лет. (233)
- Все, взявшие меч, мечом погибнут. (234)
- Если вы будете любить любящих вас, какая вам награда? Не то же ли делают и мытари? И если вы приветствуете только братьев ваших, что особенного делаете? Не так же ли поступают и язычники? (235)
- Если делаете добро тем, которые вам делают добро, какая вам за то благодарность? ибо и грешники то же делают. И если займы даёте тем, от которых надеетесь получить обратно, какая вам за это благодарность? ибо и грешники дают займы грешникам, чтобы получить обратно столько же и больше. (236)
- Но вы любите врагов ваших и благотворите и займы давайте, не ожидая ничего, и будет вам награда великая, и будете сынами Всевышнего, ибо Он благ и к неблагодарным и злым. Итак, будьте милосердны, как и Отец ваш милосерд. (237)
- Всякому, просящему у тебя, давай и от взявшего у тебя не требуй назад. И как хотите, чтобы с вами поступали люди, так и вы поступайте с ними. (238)
- И так во всём: как хотите, чтобы с вами поступали люди, так и сами поступайте с ними; ибо в этом закон и мудрость пророков. (239)
- Будьте милосердны ко всем, потому что все люди – ваши ближние и братья. (240)

- Не спрашивай, кто ближний, а сознавай своё единство со всем живым, сострадай и служи всему живому. (241)
- Нет никого, кто оставил бы дом, или родителей, или братьев, или сестёр, или жену, или детей для царства Божьего, и не получил бы гораздо более в сие время, и в век будущий жизни вечной. (242)
- Если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш небесный. А если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших. (243)
- Как же можете вы надеяться, что Бог простит вас, когда вы поступите дурно, если сами вы не будете прощать других? (244)
- Если вы поститесь, вы зародите в себе грех, и если вы молитесь, вы будете осуждены, и если вы подаёте милостыню, вы причините зло вашему духу. (245)
- Смотрите, не творите милостыни вашей пред людьми с тем, чтобы они видели вас: иначе не будет вам награды от Отца вашего небесного. (246)
- Когда ты творишь милостыню, не труби перед собою, как делают лицемеры в церквях и на улицах, чтобы прославляли их люди. Истинно говорю вам: они уже получают награду свою. (247)
- У тебя же, когда творишь милостыню, пусть левая рука твоя не знает, что делает правая, дабы милостыня твоя была втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно. (248)

- И, когда молишься, не будь, как лицемеры, которые любят в церквах и на углах улиц, останавливаясь, молиться, чтобы показаться пред людьми. Истинно говорю вам, что они уже получают награду свою. (249)
- Ты же, когда молишься, войди в комнату твою и, затворив дверь твою, помолись Отцу твоему, Который втайне, и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно. А молясь, не говорите лишнего, как язычники; ибо они думают, что в многословии своём будут услышаны. Не уподобляйтесь им, ибо знает Отец ваш, в чём вы имеете нужду, прежде вашего прошения у Него. (250)
- Всё, чего ни будете просить в молитве, верьте, что получите, – и будет вам. И когда стоите на молитве, прощайте, если что имеете на кого, дабы и Отец ваш небесный простил вам согрешения ваши. Если же не прощаете, то и Отец ваш небесный не простит вам согрешений ваших. (251)
- Все те, которые говорят: «Господи, Господи», которые молятся языком, а желаниями своими пребывают во зле, не войдут в царство Небесное. (252)
- Также, когда поститесь, не будьте унылы, как лицемеры: ибо они принимают на себя мрачные лица, чтобы показаться людям постящимися. Истинно говорю вам, что они уже получают награду свою. А ты, когда постишься, причеши голову твою и умой лицо твоё, чтобы явиться постящимся не пред людьми, но пред Отцом твоим, Который втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно. (253)
- Ты заботишься и суетишься о многом; а одно только нужно. Благо же тому, кто избрал благую часть, которая не отнимется у него. (254)

- Не собирайте себе сокровищ на земле, где моль и ржа истребляют, и где воры подкапывают и крадут. Но собирайте себе сокровища на небе, где ни моль, ни ржа не истребляют, и где воры не подкапывают и не крадут, ибо, где сокровище ваше, там будет и сердце ваше. (255)
- Никто не может служить двум господам: ибо или одного будет ненавидеть, а другого любить, или одному станет усердствовать, а о другом нерадеть. Два господина эти: душа и тело. (256)
- Невозможно человеку сесть на двух коней, натянуть два лука, и невозможно рабу служить двум господам: или он будет почитать одного и другому он будет грубить. (257)
- Блажен тот лев, которого съест человек, и лев станет человеком. И проклят тот человек, которого съест лев, и человек станет львом. (258)
- Никто не может служить двум господам: ибо или одного будет ненавидеть, а другого любить; или одному станет усердствовать, а о другом нерадеть. Не можете служить Богу и маммоне. (259)
- У одного богатого человека был хороший урожай в поле; и он рассуждал сам с собой: что мне делать? некуда мне собрать плодов моих. И сказал: «Вот что сделаю: сломаю житницы мои и построю большие и соберу туда весь хлеб мой и всё добро моё и скажу душе моей: душа! много добра лежит у тебя на многие годы; покойся, ешь, пей, веселись». Но Бог сказал ему: «Безумный! в сию ночь душу твою возьмут у тебя; кому же достанется то, что ты заготовил?» Так бывает с тем, кто собирает сокровища для себя, а не в Бога богатеет. (260)

- Если у вас есть деньги, не давайте в рост, но дайте тому, от кого вы не возьмёте их. (261)
- Берегитесь любостязания, ибо жизнь человека не зависит от изобилия его имения. (262)
- Если хочешь быть совершенным, пойди, продай имение своё и раздай нищим; и будешь иметь сокровище на небесах; и приходи и следуй за мною. (263)
- У тебя удивительная душа. Совершенствуй её. Будь самим собой! Не думай, будто совершенство твоё в накоплении внешних благ или обладании ими. Твоё совершенство внутри тебя. Если только ты сумеешь осуществить его, тебе незачем желать богатства. (264)
- Обыкновенные богатства могут быть украдены. Истинные же богатства украсть нельзя. В сокровищнице твоей души сокрыты бесконечно большие драгоценности, которые нельзя у тебя отнять. А потому старайся устроить свою жизнь так, чтобы ничто внешнее не причиняло тебе огорчений. (265)
- Когда сильный с оружием охраняет свой дом, тогда в безопасности его имение; когда же сильнейший его нападёт на него и победит его, тогда возьмёт всё оружие его, на которое он надеялся, и разделит похищенное у него. (266)
- Ты должен отказаться от имения. Оно влечёт за собой низменные заботы, бесконечный труд, непрерывную несправедливость. (267)
- Старайся отрешиться от всякого имения. Имение препятствует жизни души на каждом шагу. Оно мешает тебе совершенствоваться. Это бремя. Это жёрнов на твоей шее. Твоя душа не нуждается в нём. (268)

- То, что ты ищешь и что тебе действительно необходимо, находится внутри тебя, а не вовне. (269)
- Посему говорю вам: не заботьтесь для души вашей, что вам есть и что пить, ни для тела вашего, во что одеться. Душа не больше ли пищи и тело одежды? Взгляните на птиц небесных: оне не сеют, не жнут, не собирают в житницы; и Отец ваш небесный питает их. Вы не гораздо ли лучше их? Да и кто из вас, заботясь, может прибавить себе роста хотя на один локоть? (270)
- Если и малейшего сделать не можете, что заботитесь о прочем? (271)
- И об одежде что заботитесь? Посмотрите на полевые лилии, как оне растут: ни трудятся, ни прядут; но говорю вам, что и Соломон во всей славе своей не одевался так, как всякая из них; если же траву полевую, которая сегодня есть, а завтра будет брошена в печь, Бог так одевает, кольми паче вас, маловеры! (272)
- Не заботьтесь и не говорите: что нам есть? или что пить? или во что одеться? потому что всего этого ищут безбожники, и потому что Отец ваш небесный знает, что вы имеете нужду во всем этом. Ищите же прежде царства Божия и правды Его, и это всё приложится вам. (273)
- Не заботьтесь с утра до вечера и с вечера до утра о том, что вы наденете на себя. (274)
- Не берите с собою ни золота, ни серебра, ни меди в поясы свои, ни сумы на дорогу, ни двух одежд, ни обуви, ни посоха. Трудящийся достоин пропитания. (275)

- Не заботьтесь о завтрашнем дне, ибо завтрашний сам будет заботиться о своём: довольно для каждого дня своей заботы. (276)
- Да не станешь ты тем, кто делит, но тем, кто приумножает. (277)
- Тому, кто имеет мудрость, ещё прибавится и будет в изобилии. (278)
- Кто имеет, тому дано будет и приумножится; а кто не имеет, у того отнимется и то, что имел. (279)
- Необходимо и важно всецело жить данной минутой. (280)
- Не заботьтесь о завтрашнем дне. Душа не больше ли пищи и тело – одежды? (281)
- Мой мир, приобретите его себе! (282)
- Продавайте имение ваше и давайте милостыню. Приготовляйте себе влагалища неветшающие, сокровище неоскудевающее на небесах, куда вор не приближается, и где моль не съедает. Ибо, где сокровище ваше, там и сердце ваше будет. (283)
- Тот, кто напился из моих уст, станет как я. Я также, я стану им, и тайное откроется ему. (284)
- Просите, и дано будет вам; ищите, и найдёте; стучите, и отворят вам; ибо всякий просящий получает, и ищущий находит, и стучащему отворят. (285)
- Люди, которым достаточно искать и не найти, поступают неразумно. Пусть тот, кто ищет истину, не перестаёт

искать до тех пор, пока не найдёт, и когда найдёт, он будет потрясён. (286)

- Ищите и вы найдёте, но те вещи, о которых вы спросили меня в те дни, – я не сказал вам тогда. Теперь я хочу сказать их, и вы не ищите их. (287)
- Есть ли между вами такой человек который, когда сын его попросит у него хлеба, подал бы ему камень? и когда попросит рыбу, подал бы ему змею? Итак если вы, будучи злы, умеете даяния благие давать детям вашим, тем более Отец ваш небесный даст благо просящим у Него. (288)
- Не судите, да не судимы будете. Ибо каким судом судите, таким будете судимы, и какою мерою мерите, такую и вам будут мерить. (289)
- Может ли слепой водить слепого? не оба ли упадут в яму? (290)
- И что ты смотришь на сучок в глазе брата твоего, а бревна в твоём глазе не чувствуешь? Или, как скажешь брату твоему: «Дай, я выну сучок из глаза твоего», а вот, в твоём глазе бревно? Лицемер! вынь прежде бревно из твоего глаза, и тогда увидишь, как вынуть сучок из глаза брата твоего. (291)
- Если же согрешит против тебя брат твой, пойди и обличи его между тобою и им одним: если послушает тебя, то приобрёл ты брата твоего. Если же не слушает, возьми с собою ещё одного или двух, дабы устами двух или трёх свидетелей подтвердилось всякое. (292)
- Что вы зовёте меня: учитель! учитель! – и не делаете того, что я говорю? Всякий приходящий ко мне и слушающий

слова мои и исполняющий их, скажу вам, кому подобен. Он подобен человеку, строящему дом, который копал, углубился и положил основание на камне, почему, когда случилось наводнение и вода налегла на этот дом, то не могла поколебать его, потому что он основан был на камне. А слушающий и неисполняющий подобен человеку, построившему дом на земле без основания, который, когда налегла на него вода, тотчас же обрушился; и разрушение дома сего было великое. (293)

- Живи и бодрствуй так, словно вот-вот умрёшь, и твори добро с таким усердием, словно будешь жить вечно. (294)
- Жизнь дана нам, как ребёнок дан няньке, чтобы возрастить его. (295)
- Безразлично, кто ты есть, раз ты стремишься к усовершенствованию души, вложенной в тебя. (296)
- Верный в малом и во многом верен будет, а неверный в малом неверен во всём. (297)
- Кто в малом был верен, того над многим поставлю. (298)
- Никто, возложивший руку свою на плуг и озирающийся назад, не благонадежен для царствия Божия. (299)
- Если не обратитесь и не будете как дети, не войдёте в царство Небесное. Кто умалится, как это дитя, тот и больше в царстве Небесном. (300)
- Пустите детей приходиться ко мне и не возбраняйте им, ибо таковых есть царство Божие. Истинно говорю вам: кто не примет царствия Божия, как дитя, тот не войдёт в него. (301)

- Славлю Тебя, Отче, Господь неба и земли, что Ты утаил сие от мудрых и разумных и открыл то младенцам! (302)
- А кто соблазнит одного из малых сих, верующих в меня, тому лучше было бы, если бы повесили ему мельничный жёрнов на шею и потопили его в глубине морской. (303)
- Горе миру от соблазнов, ибо надобно прийти соблазнам; но горе тому человеку, через которого соблазн приходит. (304)
- Истинно, истинно говорю вам: всякий, делающий грех, есть раб греха. (305)
- Из сердца исходят злые помыслы, убийства, прелюбодеяния, любодеяния, кражи, лжесвидетельства, хуления. (306)
- Кражи, лихоимство, злоба, коварство, непотребство, завистливое око, богохульство, гордость, безумство. Всё это зло изнутри исходит и оскверняет человека. (307)
- Спуститесь в сердце своё, чтобы из него вырвать корни всего дурного. Внешнее не важно. И добро и зло во внутреннем. (308)
- Не здоровые имеют нужду во враче, но больные; пойдите, научитесь, что значит: «Милости хочу, а не жертвы»? ибо я пришёл призвать не праведников, но грешников к покаянию. (309)
- На небесах, у ангелов Божиих, больше бывает радости об одном кающемся грешнике, нежели о девяти десяти праведниках, не имеющих нужды в покаянии. (310)
- Горе вам, когда все люди будут говорить о вас хорошо. Ибо так поступали со лжепророками отцы их. (311)

- Блаженны вы, когда возненавидят вас люди и когда отлучат вас и будут поносить, и пронесут имя ваше, как бесчестное, за учение моё. Возрадуйтесь в тот день и возвеселитесь, ибо велика вам награда на небесах. Так поступали с пророками отцы их. (312)
- Входя в дом, приветствуйте его, говоря: «Мир дому сему»; и если дом будет достоин, то мир ваш придёт на него; если же не будет достоин, то мир ваш к вам возвратится. (313)
- Если кто не примет вас и не послушает слов ваших, то, выходя из дома или из города того, отрясите прах от ног ваших. (314)
- Кто принимает вас, принимает меня; а кто принимает меня, принимает Пославшего меня. (315)
- Разве я не властен в своём делать, что хочу? или глаз твой завистлив от того, что я добр? (316)
- Кто принимает пророка во имя пророка, получит награду пророка; и кто принимает праведника во имя праведника, получит награду праведника. (317)
- Сие заповедую вам: да любите друг друга! Если мир вас ненавидит, знайте, что меня прежде вас возненавидел. Если бы вы были от мира, то мир любил бы вас; а как вы не от мира, но я избрал вас от мира, потому ненавидит вас мир. (318)
- Кто не против вас, тот за вас. (319)
- Ученик не выше учителя, и слуга не выше господина своего. Довольно для ученика, чтобы он был, как учитель его, и для слуги, чтобы он был, как господин его. (320)

- Будьте мудры, как змии, и просты, как голуби. (321)
- Истинно, истинно говорю вам: слушающий слово моё и верующий в пославшего Меня имеет жизнь вечную и на суд не приходит, но перешёл от смерти в жизнь. (322)
- Не мечите жемчуга вашего перед свиньями и не давайте святыни псам, чтобы они не попрали её ногами своими и, обернувшись, не растерзали вас. (324)
- Не бывает пророк без чести, разве только в отечестве своём и в доме своём. (325)
- Ищите убить меня, потому что слово моё не вмещается в вас. Я говорю то, что видел у Отца моего; а вы делаете то, что видели у отцов ваших. (326)
- Род лукавый и прелюбодейный ищет знамения; и знамение не даётся ему. (327)
- Имея очи, не видите? имея уши, не слышите? и не помните? (328)
- О, род неверный! Доколе буду с вами? Доколе буду терпеть вас? (329)
- Лисицы имеют свои норы, и птицы имеют свои гнёзда, а Сын человека не имеет места, чтобы преклонить свою голову и отдохнуть. (330)
- Вы оставляете того, кто жив перед вами, и говорите о тех, кто мёртв. (331)
- Покажи мне камень, который строители отбросили! Он – краеугольный камень. (332)

- Блаженны очи, что видят, и уши, что слышат. (333)
- Потому говорю человекам притчами, что они видя не видят, и слыша не слышат, и не разумеют. Ибо огрубело сердце людей сих, и ушами с трудом слышат, и глаза свои сомкнули, и не разумеют сердцем, и не обратятся к Богу, чтобы Он исцелил их. (334)
- Ко всякому слушающему слово и неразумеющему приходит лукавый и похищает посеянное в сердце его. (335)
- Кто слышит слово и тотчас с радостью принимает его, но, не имея в себе корня и непостоянен, когда настанет скорбь или гонение за слово, сразу же охладевает. (336)
- Для того, кто слышит слово, но кого гнетёт забота века сего и в ком обольщение богатства заглушает всё, слово оказывается бесплодно. (337)
- Многое из того, что я говорю вам, вы ещё не разумеете, и ещё многое имею сказать вам, но вы теперь не можете вместить; посему говорю вам притчами, но потом pošлю вам Утешителя, Духа Истины, который восстановит всё и всё объяснит вам. (338)
- Слышащий и разумеющий слово бывает плодоносен, так что иной приносит плод в тридцать, иной в шестьдесят, а иной во сто крат. (339)
- Блаженны слышащие слово Божие и соблюдающие его. (340)
- Кто от Бога, тот слушает слова Божия; вы потому не слушаете, что вы не от Бога. (341)
- Враги человеку – домашние его. (342)

- Мать моя и братья мои суть слушающие слово Божие и исполняющие его. (343)
- Если кто приходит ко мне и не возненавидит самой жизни своей, тот не может быть моим учеником. И кто не несёт креста своего и идёт за мною, не может быть учеником моим. (344)
- Всякий из вас, кто не отрешится от всего, что имеет, не может быть моим учеником. (345)
- Знаешь заповеди: не прелюбодействуй; не убивай, не кради; не лжесвидетельствуй; почитай отца твоего и мать твою. Вот что тебе делать, чтобы наследовать жизнь вечную! Если же всё сие сохранил ты, ещё одного не достаёт тебе: всё, что имеешь, продай и раздай нищим, и будешь иметь сокровище на небесах; и приходи и следуй за мною! (346)
- Остерегайтесь грамотеев, которые любят ходить в красивых одеждах и любят приветствия в народных собраниях, председания в синагогах и предвозлежания на пиршествах; которые поедают дома вдов и лицемерно долго молятся; они примут тем большее осуждение. (347)
- Не бойтесь убивающих тело и потом не могущих ничего более сделать. Но скажу вам, кого бояться: бойтесь того, кто, по убиении, может свергнуть в преисподнюю. Да, того, говорю вам, бойтесь. (348)
- Остерегайтесь людей, ибо они будут отдавать вас в судилица и в синагогах своих будут бить вас. (349)
- Когда будут предавать вас, не заботьтесь, как или что сказать; ибо в тот час дано будет вам, что сказать; ибо не вы будете говорить, но Дух Отца вашего будет говорить в вас. (350)

- Горе вам, ползучие гады, порождения змеиные! Лицемеры! Притеснители бедных! По наружности вы пастухи, а внутренне вы ряженные волки, желающие съесть овец, вам доверенных. Горе вам, буквоеды, лицемеры, святоши! (351)
- Вы выказываете себя праведниками пред людьми, но Бог знает сердца ваши: ибо, что высоко у людей, то мерзость пред Богом. (352)
- Дом Божий домом молитвы наречён, а вы сделали его вертепом разбойников! (353)
- Лицемеры! Вы придерживаетесь законов человеческих, а не соблюдаете законов божеских! Вы моете руки, но не души ваши. Вы, слепые управители слепых и вместе с последователями вашими падаете в канавы и лужи. Прочь с лицемерием вашим! (354)
- Горе вам, что строите гробницы пророкам, которых избили отцы ваши. (355)
- Горе вам, святоши! Ибо вы похожи на собаку, которая спит на кормушке быков. Ибо она и сама не ест и не даёт есть быкам. (356)
- Святоши и грамотеи взяли ключи от знания. Они спрятали их и не вошли и не позволили тем, которые хотят войти. (357)
- Горе вам, грамотеи и святоши, лицемеры, что затворяете царство Небесное человекам; ибо сами не входите и хотящих войти не допускаете. (358)
- Горе вам, грамотеи и святоши, лицемеры, что поедаете дома вдов и лицемерно долго молитесь: за то примете тем большее осуждение. (359)

- Горе вам, грамотеи и святоши, лицемеры, что обходите море и сушу, дабы обратить хотя одного; и когда это случится, делаете его сыном преисподней, вдвое худшим вас. (360)
- Горе вам, вожди слепые, которые говорите: «Если кто поклонётся храмом, то ничего; а если кто поклонётся золотом храма, то повинен». Безумные и слепые! Что больше: золото, или храм, освящающий золото? (361)
- Вожди слепые, оцеживающие комара, а верблюда поглощающие! (362)
- Горе вам, грамотеи и святоши, лицемеры, что очищаете внешность чаши и блюда, между тем как внутри они полны хищения и неправды. (363)
- Горе вам, грамотеи и святоши, лицемеры, что уподобляетесь окрашенным гробам, которые снаружи кажутся красивыми, а внутри полны костей мёртвых и всякой нечистоты. Так и вы по наружности кажетесь людям праведными, а внутри исполнены лицемерия и беззакония. (364)
- И вам, законникам, горе, что налагаете на людей бремена неудобноносимые, а сами и одним перстом своим не дотрогиваетесь до них. (365)
- Горе вам, законникам, что вы взяли ключ разумения: сами не вошли и входящим воспрепятствовали. (366)
- Ныне ваше время и власть тьмы. (367)
- Оставьте их: они – слепые вожди слепых; а если слепой ведёт слепого, то оба упадут в яму. (368)
- И знайте: если они умолкнут, то камни возопиют. (369)

- Во дни перед потопом ели, пили, женились и выходили замуж, и не думали, пока не пришёл потоп и не истребил всех. (370)
- Отче! прости им, ибо не знают, что делают. (371)
- Царствие Отца подобно человеку, у которого хорошие семена. Его враг пришёл ночью, высеял плевел вместе с хорошими семенами. Человек не позволил служителям вырвать плевел. Он сказал им: «Не приходите, чтобы, вырывая плевел, вы не вырвали пшеницу вместе с ним! Ибо в день жатвы плевелы появятся, их вырвут и их сожгут». (372)
- По причине умножения беззакония во многих охладевает любовь. (373)
- Добро можно делать в любой день. Суббота создана для людей, а не люди для субботы. (374)
- Человек больше, чем храм. Суббота установлена для человека, а не человек создан для субботнего праздника, ибо человек – хозяин праздникам. (375)
- Никто к ветхой одежде не приставляет заплаты из небелёной ткани; ибо вновь пришитое отдерёт от старого, и дыра будет ещё хуже. (376)
- Не вливают также вина молодого в мехи ветхие; а иначе прорываются мехи, и вино вытекает, и мехи пропадают; но вино молодое вливают в новые мехи, и сберегается то и другое. (377)
- Никто, пив старое вино, не захочет тотчас молодого; ибо говорит: старое лучше. (378)

- Дух – единственная ценность. (379)
- Всякий грех и хула простятся человекам; а хула на Дух не простится человекам. (380)
- Тот, кто высказал хулу на Отца, – ему простится, и тот, кто высказал хулу на Сына, – ему простится. Но тот, кто высказал хулу на Духа святого, – ему не простится ни на земле, ни на небе. (381)
- Буква умерщвляет, а дух животворит. (382)
- Признание жизни своей не в личности своей, а в том духе, что живёт в каждом человеке, есть вознесение сына человеческого. (383)
- Будь благословен, что сказал истину! (384)
- Блаженны те, которые услышали слово Отца и сохранили его в истине. Ибо придут дни, вы скажете: «Блаженно чрево, которое не зачало, и груди, которые не дали молока». (385)
- Если сколько-нибудь можешь верить, всё возможно верующему. (386)
- Если двое в мире друг с другом в одном и том же доме и они скажут горе: «Переместись!» – она переместится. (387)
- Если плоть произошла ради духа, это – чудо. Если же дух ради тела, это – чудо из чудес. Но я, я удивляюсь тому, как такое большое богатство заключено в такой бедности. (388)
- Бодрствуйте и молитесь, чтобы не впасть в искушение: дух бодр, плоть же немощна. (389)

- Дерзай! Вера твоя спасает тебя. (390)
- Вот ты выздоровел; не грешь больше, чтобы не случилось с тобою чего хуже. (391)
- Не бойтесь убивающих тело, души же не могущих убить; а бойтесь более того, кто может и душу и тело погубить. (392)
- Где труп, там соберутся и вороны. (393)
- Предоставь мёртвым погребать своих мертвецов. (394)
- Бог не есть Бог мёртвых, но Бог живых, ибо у Него все живы. (395)
- Между Богом и человеком не нужно посредников. Все люди – сыны Бога. Какие же могут быть нужны посредники между отцом и сыном? (396)
- Настанет время, и настало уже, когда истинные поклонники будут поклоняться Отцу в духе и истине, ибо таких поклонников Бог ищет себе. Бог есть Дух: и поклоняющиеся Ему должны поклоняться в духе и истине. (397)
- Тот, Кто в вас, больше того, кто в мире. (398)
- Люби Бога, создавшего тебя. (399)
- Работа есть молитва. (400)
- Кто не любит, тот не познал Бога, потому что Бог есть любовь. (401)
- Прощаются грехи многие тому, кто возлюбил много; а кому мало прощается, тот мало любит. (402)

- Всякое царство, разделившееся само в себе, опустеет; и всякий город или дом, разделившийся сам в себе, не устоит. (403)
- Если сатана сатану изгоняет, то он разделился сам с собою: как же устоит царство его? (404)
- Дети мои! Станем любить не словом или языком, но делом и истиною. (405)
- Слепы все, кто слушают и говорят; как медь звенящая или кимвал звучащий, не понимающие звука своего, таковы они. (406)
- Говорю же вам, что за всякое праздное слово, какое скажут люди, дадут они ответ в день суда: ибо от слов своих оправдаешься и от слов своих осудишься. (407)
- Уста должны раскрываться лишь от полноты чувств. И да будет слово ваше: «да, да», «нет, нет», а что сверх сего, то от лукавого. (408)
- Не имей они власти говорить, они бы не говорили. Всякий властен над своими устами, чтобы говорить доброе и дурное. (409)
- Не то, что входит в уста, оскверняет человека; но то, что выходит из уст, может осквернить его. (410)
- Всякий, имея уста, может говорить и доброе, и дурное. (411)
- Речь твоя обличает тебя. (412)
- Добрый человек из доброго сокровища сердца своего выносит доброе, а злой человек из злого сокровища сердца

своего выносит злое, ибо от избытка сердца говорят уста его. (413)

- Порождения змеиные! как вы можете говорить доброе, будучи злы? От избытка сердца говорят уста. (414)
- Если кто из вас думает, что он благочестив, и не обуздывает языка своего, но обольщает своё сердце, у того пустое благочестие. (415)
- На верных чашах и правильным весом измерил Отец мой долг ваш. И ещё: о каждом слове праздном, которое скажете вы, будете судимы. Ибо нет возможности избежать смерти, так же, как никто не избегнет своих добрых или злых дел. (416)
- Истинно, истинно говорю я тебе, что если человек не родится вновь, то не видеть ему царства Божьего. (417)
- Все святые и все люди, какие родятся на этом свете, будь они праведны или нечестивы, должны непременно вкусить смерти. (418)
- И если бы человек прожил много тысяч лет на этой земле, всё-таки он должен был бы сменить жизнь на смерть. (419)
- Кто наконец из всех людей, сущих во плоти, не вкусит смерти? Ибо смерть владычествует над всем родом людским. (420)
- Если человек преступает предписания Бога и исполняет дела невежества, совершая грех, – его дни исполнились. Ему сохраняется жизнь, чтобы он мог покаяться и убежать рук смерти. (421)

- Если он упражняется в добрых делах, время жизни его продолжится, дабы слухи о его преклонном возрасте возросли и праведные подражали бы ему. (422)
- Неправедный пусть ещё делает неправду; нечистый путь ещё сквернится; праведный да творит правду ещё и святой да освящается ещё. Се гряди скоро, и возмездие моё со мною, чтобы воздать каждому по делам его. (423)
- Знайте, что кончина благочестивого не смерть, но вступление в жизнь вечную, которая не знает конца. (424)
- Как долга ни была бы жизнь человеческая, она пройдёт, и ни один не скажет: «Я не вкусил смерти». (425)
- Рождённое от плоти есть плоть, а рождённое от духа есть дух. Не удивляйся тому, что я сказал тебе: должно вам родиться вновь. (426)
- Дух дышит, где хочет, и голос его слышишь, а не знаешь, откуда приходит и куда уходит: так бывает со всяким, рождённым от духа. (427)
- Истинно, истинно говорю я тебе, что если человек не родится от воды и духа, он не может войти в царство Божие. Что рождено от плоти есть плоть, и что рождено от духа есть дух. Не удивляйся же тому, что я сказал тебе: надо, чтоб вы родились вновь, ещё и ещё раз. (428)
- Необходимость умереть положена всем созданиям, какие рождаются на земле, и смерть имеет твёрдую власть над всем родом людским. Существа человеческие, вы должны все приготовиться к окончанию вашей жизни. (429)

- Смерть человеческая не есть смерть, но жизнь вечная. Ибо, избавленный от скорбей века сего, человек входит в покой вечный, не знающий конца. (430)
- В воскресении ни женятся, ни выходят замуж, но пребывают, как ангелы Божии на небесах. (431)
- Пусть неплодные дадут плод свой, слепые прозрят, хромые пойдут прямо, бедные возрадуются и мёртвые воскреснут, и да возвратится всякий к началу своему и пребывает в Том, Кто есть корень жизни и сладости вечной. (432)
- Берегитесь лжепророков, которые приходят к вам в овечьей шкуре, а внутри суть волки хищные. По плодам их узнаете их. Собирают ли с терновника виноград, или с репейника смоквы? Так всякое дерево доброе приносит и плоды добрые; а худое дерево приносит и плоды худые. Не может дерево доброе приносить плоды худые, ни дерево худое приносить плоды добрые. Всякое дерево, не приносящее плода доброго, срубают и бросают в огонь. Итак, по плодам их узнаете их. (433)
- Не всякий, говорящий мне: «Учитель! Учитель!», войдёт в царство Небесное, но исполняющий волю Отца моего небесного. Многие скажут мне в тот день: «Учитель! не от твоего ли имени мы пророчествовали? и не твоим ли именем бесов изгоняли? и не твоим ли именем многие чудеса творили?» И тогда объявлю им: «Я никогда не знал вас! Отойдите от меня, творящие беззаконие». (434)
- Я сказал вам всё это как людям разумным, и вы не вняли голосу моему, потому что вы меньше меня, и от неверия вашего. (435)
- Я начало и конец всего. Я есмь жизнь, путь и истина. (436)

- Не принимаю славы от человеков. Но знаю вас: вы не имеете в себе любви к Богу. Я пришёл во имя Отца моего, и не принимаете меня; а если иной придёт во имя своё, его примете. (437)
- Говорящий сам от себя ищет славы себе; а кто ищет славы Пославшему Его, тот истинен, и нет неправды в нём. (438)
- Как вы можете веровать, когда друг от друга принимаете славу, а славы, которая от единого Бога, не ищите? (439)
- Итак, молиться надо втайне. Нельзя делать различий между чужими и своими. Нельзя гневаться, никого не надо унижать. Надо мириться и прощать. Не надо клясться. Не надо судить. Милостыню творите тайно. Будьте совершенны, как совершенен Отец ваш небесный. (440)
- Кто не со мною, тот против меня; и кто не собирает со мною, тот расточает. (441)
- Жатва обильна, работников же мало. Просите же господина, чтобы он послал работников на жатву. (442)
- Не думайте, что я пришёл принести мир на землю; не мир пришёл я принести, но меч. (443)
- Я разрушу этот дом, и нет никого, кто сможет построить его ещё раз. (444)
- Если я и сам о себе свидетельствую, свидетельство моё истинно, потому что я знаю, откуда пришёл и куда иду; а вы не знаете, откуда я, и куда иду, ни откуда вы, и куда вам идти. Вы судите по плоти, а я по плоти не сужу никого. (445)

- Вы от нижних, я от вышних; вы от мира сего, я не от сего мира. (446)
- Огонь пришёл я низвесть на землю, и как желал бы, чтобы он уже возгорелся! Думаете ли вы, что я пришёл дать мир земле? Нет, говорю вам, но разделение. (447)
- Не знаете, о чём просите. Можете ли пить ту чашу, которую я пью и креститься тем крещением, которым я крещусь? (448)
- Пища моя в том, чтобы творить волю Пославшего меня и совершить дело Его. (449)
- Старайтесь не о пище тленной, но о пище, пребывающей в жизнь вечную, которую даёт вам сын человеческий; ибо на нём положил печать Свою Отец, Бог. (450)
- Смотрите же за собою, чтобы сердца ваши не отягчались объедением и пьянством и заботами житейскими. (451)
- Смотрите же за собою, дабы день, когда откроется царство Божие, не постиг вас внезапно. (452)
- Когда исполните всё повеленное вам, говорите, мы рабы ничего не стоящие, потому что сделали, что должны были сделать. (453)
- Должно всегда молиться и не унывать. (454)
- Думаете ли вы, что я мир пришёл принести на землю? Нет, говорю вам, – но разделение. Я пришёл принести на землю истину, а она, как и добро, прежде всего разделяет. (455)
- Есть два пути: путь жизни и путь смерти. И разница великая между этими двумя путями. Путь жизни такой: во-первых,

люби Бога, создавшего тебя. Во-вторых, ближнего своего, как самого себя, и потому не делай другому всего того, чего не хочешь, чтобы тебе сделали. (456)

- Люби Бога всем сердцем и всею душою, всем умом и всею силою, и ближнего твоего, как самого себя. Мы в Нём, как и Он в нас. (457)
- Благословляйте проклинающих вас; молитесь за врагов ваших, за нападающих на вас и поститесь за тех, которые обижают вас, потому что – то не добро, чтобы любить только тех, которые любят вас. То же делают и безбожники. Они любят своих и ненавидят врагов, и потому у них есть враги. Вы же любите ненавидящих вас, и тогда не будет у вас врагов. Берегитесь телесных и мирских побуждений. (458)
- Если кто ударит тебя в правую щёку, обрати к нему и другую, и будешь совершенен. Если кто принудит тебя пройти с ним одну версту, иди с ним две. Если кто возьмёт у тебя кафтан твой, отдай и рубаху. (459)
- Если кто взял у тебя своё, не возвращивай назад, потому что этого нельзя делать. А всякому просящему у тебя дай и не требуй назад, потому что Отец хочет, чтобы у каждого было то своё, которое Он дал всем людям. (460)
- Блажен тот, кто по заповеди даёт: тот прав; но горе тому, кто берёт, потому что прав только тот, кто берёт по нужде; тот же, кто берёт без нужды, должен дать отчёт, почему и для чего он взял. (461)
- Кто пойман в сети маммоны, тот будет мучим за то, что он сделал, и не высвободится из них до тех пор, пока не отдаст последнее. Об этом-то сказано: пусть милосердие твоё

выходит потом из рук твоих, покуда ты ещё и не знаешь, кому ты дашь. (462)

- И блажен будешь, что люди не могут воздать тебе, ибо воздастся тебе в воскресение праведных. (463)
- Люби ближнего, как самого себя; не делай другому того, чего не хочешь, чтобы с тобою сделали. (464)
- Не убивай, не прелюбодействуй, не оскверняй детей, не распутничай, не крадь, не колдуй, не отравляй, не умерщвляй младенца в утробе матери и рождённого не убивай, не желай иметь того, что у ближнего твоего, не клянись, не лжесвидетельствуй, не сквернословь, не скверномысли, не будь двумыслен, ни двуязычен – двуязычие есть сеть смерти. (465)
- Чтобы твоё слово не было ни лживо, ни пусто, но всегда полно дела не будь ни алчным, ни хищным, ни лицемером, ни угрюмым, ни гордым. Не держи зла на ближнего своего, не ненавидь никакого человека, но одних обличай, за других молись, а иных люби более души своей. (466)
- Избегай всякого зла и всего того, что похоже на него. Не входи в гнев, гнев ведёт к убийству; не входи в задор, в споры, в горячность от всего этого бывают убийства. (467)
- Избегай похоти, похоть ведёт к распутству; не сквернословь и не озирайся на то, чего тебе не нужно видеть; это ведёт к прелюбодеяниям. (468)
- Не ворожи, потому что это ведёт к идолопоклонству, не волхвуй, не чернокнижничай, не делай заговоров и не присутствуй при подобных делах, потому что это идолопоклонство. (469)

- Не будь обманщиком, потому что обман приводит к воровству; не будь корыстолюбив и тщеславен – и это доводит до воровства. (470)
- Не будь недовольным, недовольство ведёт к ругательству, не будь самодовольным и осуждающим, потому что и это ведёт к ругательству: будь кроток, потому что кроткие наследуют землю; будь терпелив, милостив, и незлобив, и смиренен, и добр, и со страхом при всяком случае вспоминай слова эти, которые ты слышал. (471)
- Смиряющиеся вознесутся! (472)
- Не возвышай сам себя и не допускай самоуверенность в сердце своё. Сердце твоё чтоб не лежало к высоким и сильным, но пусть прилепляется оно к праведным и смиренным. Всё же, что случается с тобою, принимай как благо, зная, что без Бога ничего не бывает. (473)
- И днём и ночью вспоминай того, кто учит тебя слову Божию, и почитай его, как Учителя, потому что Бог там, откуда ты узнал про Него. (474)
- Всегда отыскивай святых людей и общайся с ними, чтобы в словах их находить успокоение душе своей. (475)
- Не желай разделения между людьми, но примирай враждующих. Рассуживай их по правде и, невзирая на лица, уличай их в грехах. Не двоедушничай и не говори: можно так, можно и этак. (476)
- Не протягивай руку, когда приходится брать, и не сжимай её, когда приходится давать. То, что ты заработал руками своими, давай как выкуп за грехи свои. (477)

- Не раздумывай давать и, когда дал, не жалея, потому что ты узнаешь, в чём лучшая награда за добро твоё. (478)
- Не отворачивайся от нуждающегося, но пусть всё то, что есть у тебя, будет общим с братом твоим, и не называй ничего своей собственностью, потому что если то, что бессмертно, всё у вас общее, то тем паче должно быть общим между вами всё тленное. (479)
- Не переставай руководить сына своего или дочь свою, но от юности учи их помнить о Боге. (480)
- Не повелевай рабу или служанке: они веруют тому же Богу, как ты. А то как бы от огорчения они не перестали бояться того Бога, который над вами обоими, потому что приходится повелевать не по лицам, а тому, кого назначил Дух. (481)
- Ненавидь всякое лицемерие и всё, что не угодно Богу. (482)
- Не оставляй заповедей Бога, но храни те, которые получил, ничего не прибавляя и не откидывая. (483)
- Среди верующих кайся в грехах своих и не думай молиться, пока у тебя есть зло на сердце. Таков путь жизни. (484)
- Путь же смерти такой: прежде всего он бедственен и полон мерзостей. Убийства, прелюбодеяния, похоти, распутство, воровство, идолопоклонство, колдовство, отравления, грабежи, обманы, лицемерие, двоедушие, хитрость, гордость, злоба, самоуверенность, алчность, сквернословие, зависть, дерзость, высокоумие, тщеславие, гонители добрых, ненавистники истины, любители лжи, не признающие награды за праведность, не прилепляющиеся к добру и не знающие правильного суждения, те, которые заботятся и хлопочут не о добром, а о злом, не знающие

кротости и терпения, любители пустяков, искатели мирских наград, не жалеющие нищего, не трудящиеся для утруждённого, не знающие Того, Кто создал их самих, убийцы и соблазнитель детей, погубители образа Божия, отвращающиеся от нуждающегося и домучивающие трудом измученного, утешители богатых и незаконные судьи бедных, – кругом и во всём грешники. Берегитесь таких людей! (485)

- Берегитесь лицемерия. Нет ничего тайного, что не сделалось бы явным, и ничего не бывает потаённого, что не вышло бы наружу. (486)
- Подвизайтесь войти сквозь тесные врата, ибо, сказываю вам, многие поищут войти и не возмогут. И вот, есть последние, которые будут первыми, и есть первые, которые будут последними. (487)
- С сего времени царство Божие благовествуется, и всякий усилием входит в него. (488)
- Царство Небесное не приходит, когда ожидают. Не скажут: «Вот, здесь!» – или: «Вот, там!» – Но царствие Отца распространяется по земле, и люди не видят его. (489)
- Если те, которые ведут вас, говорят вам: «Смотрите, Царствие в небе!» – тогда птицы небесные опередят вас. Если они говорят вам, что оно – в море, тогда рыбы опередят вас. Но царство Небесное внутри вас и вне вас. (490)
- Царство Небесное подобно зерну горчичному – самому малому из всех семян. Когда же оно падает на возделанную землю, оно даёт большую ветвь и становится укрытием для птиц небесных. (491)

- Берегитесь, как бы кто-нибудь не ввёл вас в заблуждение, говоря: «Вот, сюда!» или «Вон, туда!». Ибо Сын человека внутри вас. Следуйте за ним! Те, кто ищет его, найдут его. Ступайте же и благовествуйте о том, что смерти нет и что есть только жизнь вечная. (492)
- Когда вы видите ваше подобие, вы радуетесь. Но когда вы видите ваши образы, которые произошли до вас, – они не умирают и не являются – сколь великое вы перенесёте? (493)
- Блажен тот, кто был до того, как возник. (494)
- Блажен тот, кто существует до того, как он появился. Ибо тот, кто существует, был и будет. (495)
- Открыли ли вы начало, чтобы искать конец? Ибо в месте, где начало, там будет конец. Блажен тот, кто будет стоять в начале: и он познает конец, и он не вкусит смерти. (496)
- Это небо прейдёт, и то, что над ним, прейдёт, и те, которые мертвы, те живы, и те, которые живы, не умрут. (497)
- Не придёт царствие Божие приметным образом, и не скажут: «Вот, оно здесь», или: «Нет, там». Ибо вот, царствие Божие внутри вас есть. (498)
- Любите друг друга, как я полюбил вас, и потому все узнают, что вы мои ученики, если вы будете иметь любовь друг к другу. (499)
- Где двое или трое собраны во имя моё, там я посреди их. (500)
- Если пребудете в слове моём, то вы истинно мои ученики. (501)

- Однако ж тому не радуйтесь, что духи вам повинуются; но радуйтесь тому, что имена ваши написаны на небесах. (502)

* * *

- Придите ко мне, ибо иго моё – благо и власть моя кротка, и вы найдёте покой себе. (1)
- Возлюби Бога твоего всем сердцем твоим и всею душою твоею и всем разумением твоим: сия есть первая и наибольшая заповедь. Вторая же, подобная ей: возлюби ближнего твоего, как самого себя; на сих двух заповедях утверждается весь закон и мудрость пророков. (10)
- Чтобы понять, есть ли истина на земле, взгляни, как тот, кто говорит истину, судим теми, кто имеет власть на земле. (15)
- Не все вмещают слово сие, но тот, кто одарён силой. (32)
- Многие же будут первые последними и последние первыми. (80)
- Что пользы человеку приобрести весь мир, а себя самого погубить? (83)
- Кто близко от меня, близко от Огня, а кто далеко от меня, далеко от царства Небесного. (96)
- Нищие блаженны духом. (108)
- Блаженны алчущие ныне, ибо насытитесь. (110)
- Блаженны плачущие ныне, ибо воссмеётесь. (112)

- Блаженны миротворцы, ибо нарекутся сынами Божиими. (116)
- Когда зван будешь, пришед садись на последнее место, чтобы звавший тебя подошед сказал: «Друг! пересядь выше»; тогда будет тебе честь пред сидящими с тобою. Ибо всякий возвышающий сам себя, унижен будет; а унижающий себя возвысится. (121)
- Кому дано много, много и взыщется. (122)
- Если свет, который в тебе, тьма, то какова же тьма? (131)
- Всякий, делающий худые дела, ненавидит свет и не идёт к свету. (133)
- Тот, кто познал мир, нашёл тело, но тот, кто нашёл тело, — мир недостоин его. (145)
- Город, построенный на высокой горе, укреплённый, не может быть взят, и он не может быть тайным. Никто, зажегши свечу, не покрывает её сосудом, или не ставит под кровать, а ставит на подсвечник, чтобы входящие видели свет. (159)
- Нет ничего сокровенного, что не открылось бы, и тайного, что не было бы узно. (166)
- Не нарушить пришёл я, но исполнить. (167)
- Как трудно имеющим богатство войти в царствие Божие! Ибо удобнее верблюду пройти сквозь игольные уши, нежели богатому войти в царство Божие. (177)
- Отдавайте кесарю кесарево, а Божие Богу. (195)

- Всякий, кто смотрит на женщину с вожделением, уже прелюбодействовал с ней в сердце своём. (202)
- Всякий, разводящийся с женою своею и женящийся на другой, прелюбодействует, и всякий, женящийся на разведённой с мужем, прелюбодействует. (204)
- Не клянись вовсе. Но да будет слово твоё: «да, да», «нет, нет»: а что сверх того, то от лукавого. (228)
- Поступай с другими так, как ты хотел бы, чтоб другие поступали с тобою. (229)
- Любите врагов ваших, благословляйте проклинающих вас, благотворите ненавидящим вас и молитесь за обижающих вас и гонящих вас. Отец небесный повелевает солнцу Своему восходить над злыми и над добрыми и посылает дождь на праведных и неправедных. (231)
- И если любите любящих вас, какая вам за то благодарность? ибо и грешники любящих их любят. И если делаете добро тем, которые вам делают добро, какая вам за то благодарность? ибо и грешники то же делают. И если займы даёте тем, от которых надеетесь получить обратно, какая вам за то благодарность? ибо и грешники дают займы грешникам, чтобы получить обратно столько же. (236)
- Во всём, как хотите, чтобы с вами поступали люди, так поступайте и вы с ними; ибо в этом закон и пророки. (239)
- Не ищите, что вам есть, или что пить, и не беспокойтесь. Потому что всего этого ищут люди мира сего; ваш же Отец знает, что вы имеете нужду в том. Наиначе ищите царствия Божия, и это всё приложится вам. (273)

- Всякому имеющему дастся и приумножится, а у неимеющего отнимется и то, что имеет. (279)
- Тот, кто ищет, найдёт, и тот, кто стучит, ему откроют. (285)
- Какой из вас отец, когда сын попросит у него хлеба, подаст ему камень? или, когда попросит рыбы, подаст ему змею, вместо рыбы? или, если попросит яйца, подаст ему скорпиона? Итак, если вы, будучи злы, умеете даяния благие давать детям вашим, тем более Отец небесный даст Духа Святого просящим у Него. (288)
- Не судите, и не будете судимы; не осуждайте, и не будете осуждены; прощайте, и прощены будете. Давайте, и дастся вам, ибо, какую мерою мерите, такую же отмерится и вам. (289)
- Если слепой ведёт слепого, оба падают в яму. (290)
- Ты видишь сучок в глазе брата твоего, а в своём бревна не замечаешь. (291)
- Всякого, кто слушает слова мои сии и исполняет их, уподоблю мужу благоразумному, который построил дом свой на камне. И пошёл дождь, и разлились реки, и подули ветры, и устремились на дом тот; и он не упал; потому что основан был на камне. А всякий, кто слушает сии слова мои и не исполняет их, уподобится человеку безрассудному, который построил дом свой на песке; и пошёл дождь, и разлились реки, и подули ветры, и налегли на дом тот; и он упал, и было падение его великое. (293)
- Верный в малом и во многом верен, а неверный в малом неверен и во многом. (297)

- Соблазны должны приходить; но горе тому, через кого они приходят. (304)
- Сказываю вам, что там на Небе более радости будет об одном грешнике кающемся, нежели о девяносто девяти праведниках, не имеющих нужды в покаянии. (310)
- Горе вам, если все будут о вас говорить хорошо. (311)
- Се заповедь новую даю вам: да любите друг друга. (318)
- Ученик не бывает выше своего учителя; но, и усовершенствовавшись, будет всякий, как учитель его. (320)
- Не мечите бисера перед свиньями, да не попрут его ногами и обратившись не растерзают вас. (324)
- Нет пророка, принятого в своём селении. Не лечит врач тех, которые знают его. (325)
- Вы оставили того, кто жив перед вами, и вы сказали о тех, кто мёртв. (331)
- Боже! прости им, ибо не ведают, что творят. (371)
- Выбирая сорную траву, вместе с нею подчас выдёргивают и пшеницу. Оставьте расти вместе то и другое до жатвы. И во время жатвы соберите прежде плевелы и свяжите их в связки, чтобы сжечь их; а пшеницу уберите в житницу. (372)
- Никто не приставляет заплат к ветхой одежде, отодрав от новой одежды; а иначе и новую раздерёт, и к старой не подойдёт заплат от новой. (376)

- Никто не вливает вина молодого в мехи ветхие; а иначе молодое вино прорвёт мехи, и само вытечет, и мехи пропадут. Но молодое вино должно вливать в мехи новые; тогда сбережётся и то и другое. (377)
- Ни один человек, который пьёт старое вино, тотчас не стремится выпить вино молодое. (378)
- Буква убивает. Добродетель обретается только в духе. (382)
- Дух бодр, плоть же немощна. (389)
- Пусть мёртвые хоронят мёртвых! (394)
- Бог есть Дух, и поклоняться Ему надо в духе и истине. (397)
- Прощаются грехи тебе многие за то, что возлюбил много. (402)
- Если царство разделится само в себе, не может устоять царство то; и если дом разделится сам в себе, не может устоять дом тот. (403)
- За всякое праздное слово дадут люди ответ. (407)
- Не то оскверняет человека, что входит в уста его, но то осквернить может, что выходит из уст. (410)
- Когда из мёртвых воскреснут, тогда не будут ни жениться, ни замуж выходить, но будут как ангелы на небесах. (431)
- Собирают ли с терновника виноград или с репейника смоквы? Всякое дерево доброе приносит и плоды добрые, а худое дерево приносит и плоды худые: не может дерево доброе приносить плоды худые, ни дерево худое приносить плоды добрые. Так по плодам их узнаете их. (433)

- Жатвы много, а делателей мало. (442)
- Небеса, как и земля, свернутся перед вами, и тот, кто живой от живого, не увидит смерти. (497)

* * *

- Любите Бога превыше всего и ближнего своего, как самих себя; в том весь закон и пророки; выше сих заповедей нет ничего. (10)
- Кому много дано, с того много и спросится. (122)
- Истинно говорю вам, что трудно богатому войти в царство Небесное. И ещё говорю вам: удобнее верблюду пройти сквозь игольные ушки, нежели богатому войти в царство Небесное. (177)
- Кесарю кесарево, Богу Богово. (195)
- Тот, кто имеет в своей руке, – ему дадут; и тот, у кого нет, то малое, что имеет, – у него возьмут. (279)
- Ищите – и найдёте; стучите в двери – и вам отворят. (285)
- Не осуждайте и не будете осуждены. Давайте и дастся вам: мерою доброю, утрясённую, нагнетённую и переполненною отсыплют вам в лоно ваше; ибо какою мерою мерите, такую же отмерится и вам. (289)
- На небесах более радости будет об одном грешнике кающемся, нежели о девяноста девяти праведниках, не имеющих нужды в покаянии. (310)

- Не давайте святыни псам и не бросайте бисера вашего перед свиньями, чтоб оне не попрали его ногами своими и, обратившись, не растерзали вас. (324)
- Нет пророка в своём отечестве. (325)
- Не накладывают старую заплату на новую одежду, ибо произойдёт разрыв. (376)
- И не наливают молодое вино в старые мехи, дабы они не разорвались, и не наливают старое вино в новые мехи, дабы они не испортили его. (377)
- Буква убивает, а дух животворит. (382)
- Мертвецов хоронят такие же мертвецы. (394)
- Не собирают виноград с терновника и не пожинают смоков с верблюжьих колючек. Они не дают плода. Добрый человек выносит доброе из своего сокровища. Злой человек выносит плохое из своего дурного сокровища, которое в его сердце, и он говорит плохое, ибо из избытка сердца он выносит плохое. (433)

* * *

- Как трудно надеющимся на богатство войти в царствие Божие! Удобнее верблюду пройти сквозь игольные уши, нежели богатому войти в царствие Божие. (177)
- Ищите да обряцете! (285)
- Никакой пророк не принимается в своём отечестве. (325)

* * *

- Никто не пророк в отечестве своём. (325)

* * *

- Исцели самого себя! (503)
- Не бойся, бедный брат, и не отчаивайся. Доброта, которая была во мне, возможна и тебе. Бог так же близок к тебе, как Он близок был тогда ко мне, и так же богат истиной и так же готов вдохновлять каждого, кто захочет служить Ему. (504)
- Вечный Дух создал душу единственной и неделимой в мире; она одна, сотворённая, содержит и живит всё. (505)
- Если ты ведаешь, что творишь, ты блажен, но если ты не ведаешь этого, ты проклят и преступник закона. (506)
- Не о новом Боге я возвещаю, а о нашем Отце небесном; Он существовал прежде всякого начала и будет существовать после вечного конца. (507)
- О Нём я беседовал с народом, который, как невинное дитя, не в состоянии понимать Бога только силой своего разума и проникать в Его божественное и духовное величие. (508)
- Существует же только Он единый, который хочет и творит; Он существует от вечности, бытию Его нет конца, Ему нет ничего подобного ни в небесах, ни на земле. (509)
- Великий Творец не разделил Своей власти с кем-либо, тем менее с бездушной вещью, так, как вас этому учили, ибо владеет одно Его всемогущество. (510)
- Он восхотел и мир явился; одной божественной мыслью Он собрал воды и от них отделил сушу земного шара. Он –

причина таинственной жизни человека, в которого Он вдунул частицу Своего бытия. (511)

- Он же подчинил человеку земли, воды и всё то, что создал и сохраняет в неизменном порядке, назначив каждой вещи её точное существование. (512)
- Чудеса нашего Бога начали проявляться с первого дня, как был сотворён мир; кто их не видит, тот лишён одного из лучших даров в жизни. (513)
- Как камень или песчинка, почти ничтожные в сравнении с человеком, ожидают безропотно мига, когда человек возьмёт их, чтобы сделать из них какую-либо полезную вещь, так и человек должен ждать великой милости, которую дарует ему Бог, вознаграждающий его по Своему решению. (514)
- Но горе вам, противники людей, если это – не милость, которую вы ожидаете, а гнев Божий. Горе вам, если вы ждёте, что Он засвидетельствует Своеё могущество чудесами. (515)
- Не старайтесь видеть своими собственными глазами Вечного Духа, но стремитесь чувствовать Его сердцем и стать душой, поистине чистой, достойной Его милостей. (516)
- Не верьте чудесам, совершаемым рукою человека, ибо только Владеющий природой один способен творить сверхъестественные дела, тогда как человек бессилен удержать ярость ветров и пролить дождь. (517)
- Но есть чудо, которое возможно совершить и человеку: это – когда он, полный искренней веры, решается вырвать с корнем из своего сердца все дурные помыслы и, чтобы достигнуть цели, не ходит более по путям беззакония. (518)

- Все дела, совершаемые без Бога, суть лишь грубые заблуждения, соблазны и чародейства и только указывают, до какой степени душа совершающего это полна бесстыдства, лжи и пороков. (519)
- Не верьте прорицателям: один Бог знает будущее. Кто надеется на гадалелей, тот оскверняет храм своего сердца и доказывает неуверенность в почитании своего Творца. (520)
- Вера в чародеев и их прорицания разрушает природную простоту человека и его детскую непорочность; сила преисподней овладевает им и, побуждая его совершать всякого рода преступления, побуждает его поклоняться идолам. (521)
- Но Господь Бог наш, не имеющий равного Себе, един, всемогущ, всеведущ и вездесущ, владеет всею мудростью и всем просвещением. (522)
- К Нему-то вам и нужно обращаться, чтобы получить утешение в огорчениях, помощь в трудах, исцеление от болезней. Надеющийся не получит от Него отказа. (523)
- Тайна природы – в руках Божиих, так как мир до своего появления существовал в глубине Божественной мысли; он стал телесным и видимым по воле Всевышнего. (524)
- Когда вы захотите обратиться к Нему, станьте опять детьми, ибо вы не знаете ни прошедшего, ни настоящего, ни будущего, а Бог – Господин времени. (525)
- Поклонение видимым богам противно естественному закону, ибо человек не наделён даром созерцать образ Бога и создавать весь сонм божеств на сродстве с Предвечным. (526)

- Сверх того, несовместимо с человеческой совестью ставить величие божественной чистоты ниже животных или предметов, сделанных рукой человека из камня или из металла. (527)
- Вечное Существо возвестило вашему народу моими устами: «Не поклоняйтесь солнцу; оно – только часть мира, сотворённого Мною для человека». (528)
- Предвечный законодатель – Один. Нет других богов, кроме Него. Он не разделил мир с кем-либо другим, не беседует ни с кем о Своих намерениях. (529)
- Не только не совершайте человеческих жертвоприношений, но вообще не закалывайте ни одного животного, которому дана была жизнь, ибо всё сотворено на пользу человека. (530)
- Небесный закон против принесения человеческих жертв истукану или животному; ибо Отец принёс в жертву человеку всех животных и всё, что находится в мире. (531)
- И я вам говорю: оставьте своих идолов и не исполняйте обрядов, которые разлучают вас с вашим Отцом и связывают вас со жрецами, от которых Небо отвернулось. (532)
- Они отвратили вас от истинного Бога, а суеверия и жестокость их ведут вас к испорченности духа и к утрате всякого нравственного чувства. (533)
- Пока народы не имели жрецов, естественный закон управлял ими, и они сохраняли непорочность своих душ. Их души были в Боге, и чтобы беседовать с Отцом, нет надобности в посредстве какого-либо идола или животного, или в огне, как его некоторые употребляют. (534)

- Гнев Бога на человека скоро разорвёт оковы, ибо он забыл своего Творца, наполнив храмы мерзостью, и толпа поклоняется тварям, которых Бог ей подчинил. Ибо, чтобы угодить камням и металлам, человек приносит в жертву людей, в которых обитает частица духа Всевышнего. Он унижает работающих в поте лица, чтобы приобрести милость тунеядца, сидящего за роскошно убранном столом. (535)
- Лишающие своих братьев божественного блаженства будут лишены его сами, и жрецы и воины станут слугами слуг, с которыми Предвечный будет находиться всегда. (536)
- Не поклоняйтесь идолам, ибо они вам не внемлют; не следуйте писаниям, ибо в них истина искажена; не считайте себя всегда первыми и не унижайте своего ближнего. (537)
- Вечный дух – душа всего одушевлённого, и вы совершаете тяжкий грех, разделяя его на Духа Зла и Духа Добра, ибо Он – исключительно только Бог Добра, который, как отец семейства, делает только благо своим детям, прощает им все проступки, если они раскаиваются. (538)
- А Дух Зла живёт на земле, в сердце людей, которые столкнули детей Божиих с пути долга. (539)
- И я говорю вам: бойтесь дня суда, когда Бог наложит тяжкое наказание на всех, приказывающих совращать Его детей с истинного пути, наполнять их суевериями и предрассудками, на тех, которые ослепляли зрячих, передавая заразу носителям добра, проповедуя поклонение предметам, которые Бог подчинил человеку для его собственного блага и помощи ему в трудах. (540)

- Ваше учение, святоши, буквоеды, – плод ваших заблуждений, ибо, желая приблизиться к Богу Истины, вы создаёте себе ложных богов. (541)
- Делать добро своему ближнему есть самое надёжное средство быстро смириться перед вечным Духом. В этом высшее совершенство человека. (542)
- Вы достигнете высшего блаженства, не только очищая себя самих, но ещё и руководя другими на пути, который позволит им обрести изначальное совершенство. (543)
- Тот, кто возвратит свою первоначальную чистоту, получит прощение грехов и по смерти будет иметь право созерцать величественный образ Бога. (544)
- Как отец поступил бы со своими детьми, так Сам Бог будет судить людей после их смерти по Своим милостивым законам. Никогда Он не унижит Своё чад, заставляя его душу переселяться, как в чистилище, в тело животного. (545)
- Бог не признаёт храмов, построенных рукой человека, ибо сердца людей – вот истинный храм Божий. (546)
- Войдите в ваш храм, в ваше сердце, озарите его добрыми мыслями, терпением и упованием непоколебимыми, которые вы должны иметь к вашему Отцу. (547)
- И ваши священные сосуды – это ваши руки и глаза; думайте и делайте приятное Богу, ибо, делая добро своему ближнему, вы исполняете обряд, украшающий храм, обитель Того, Кто дал вам день. (548)
- Бог сотворил вас по Своему подобию, невинных, с чистой душой, наполнил добротой, предназначил быть не местом

зарождения злых намерений, а святилищем любви и справедливости. (549)

- Не оскверняйте же вашего сердца, говорю я вам, ибо Вечное Существо постоянно в нём обитает. (550)
- Если вы хотите совершать дела, отмеченные благочестием или любовью, делайте их со щедрым сердцем, и ни одно ваше действие да не будет исходить из надежды на прибыль и торгового расчёта. Такого рода дела не приблизят вас к спасению, а доведут до нравственного падения, при котором воровство, ложь и убийство считаются отважными действиями. (551)
- Человеческий род погибает по недостатку веры, ибо мрак и буря привели в заблуждение стадо людей, и они потеряли своих пастырей. (552)
- Но бури не продолжают постоянно, и мрак не всегда скрывает свет; небо вскоре станет ясным, небесный свет распространится по всей земле, и стадо, приведённое в замешательство, соберётся вокруг пастуха. (553)
- Не старайтесь искать прямых дорог в темноте под страхом упасть в какой-либо ров; но соберите ваши последние силы, поддержите друг друга, возложите всё упование на Бога и ожидайте первого появления проблеска света. (554)
- Поддерживающий соседа укрепляет самого себя, и защищающий свой дом защищает свой народ и свою страну. (555)
- Невозможно, чтобы кто-то вошёл в дом сильного и взял его силой, если он не свяжет его руки. Тогда лишь он разграбит дом его. (556)

- Блажен человек, который знает, в какую пору приходят разбойники, так что он встанет, возьмёт меч свой и препояшет чресла прежде, чем они придут. (557)
- Будьте уверены, что близок день, когда вы освободитесь от мрака; соберитесь в одну семью, и враг ваш задрожит от страха, так как он не знает, что есть милость Великого Бога. (558)
- Всякий книжник, наученный царству Небесному, подобен хозяину, который выносит из сокровищницы своей новое и старое. (559)
- Повторяю: ищите прежде царствия Божия и правды его, а прочее всё приложится вам. (560)
- Если любите меня, соблюдайте мои заповеди, и я умолю Отца, и даст вам другого Утешителя, да пребудет с вами вовек, Духа Истины, которого мир не может принять, потому что не видит Его и не знает Его, а вы знаете Его, ибо Он с вами пребывает и в вас будет. Утешитель же, Дух Святой, которого пошлёт Отец во имя моё, научит вас всему и напомним вам всё, что я говорил вам. (561)
- Пошлю Его к вам, и Он пришед обличит мир о грехе и о правде и о суде. Ещё многое имею сказать вам, но вы теперь не можете вместить: когда же придёт Он, Дух Истины, то наставит вас на всякую истину: ибо не от Себя говорить будет, но будет говорить, что услышит, и будущее возвестит вам; Он прославит меня, потому что от моего возьмёт и возвестит вам. (562)
- Истинно, истинно говорю вам: верующий в меня, дела, которые творю я, и он сотворит, и больше сих сотворит; потому что я к Отцу моему иду. (563)

- Царство моё не от мира сего. (564)
- Жизнь моя завершилась, её назначение исполнено, она достигла совершенства. (565)
- Боже, в руки Твои предаю дух мой! (566)

2018 г.

БУДДИЙСКИЕ ИЗРЕЧЕНИЯ

Буддийские изречения

(V в. до н.э. – XXI в. н.э.)

- Не погружайся в прошлое, не мечтай о будущем, сосредоточь ум на настоящем мгновении. (1)
- Прошлого никак не исправить помыслами о нём; прошлое исправляется жизнью в настоящем. (2)
- Никогда не будьте узником своего прошлого. Оно было для вас просто уроком, а не пожизненным приговором. (3)
- Беспокойство не устраняет завтрашние проблемы, но забирает сегодняшний покой. (4)
- Меньше ожидания, больше приятия – и жизнь станет значительно легче. (5)
- Чтобы построить дом, необходим план. Тем более он важен для того, чтобы построить свою жизнь или достичь в ней какой-либо цели. (6)
- Всякая вещь неизбежно создаётся дважды: сначала в уме, потом в действительности. (7)
- Если ты не занят любимым делом, значит, ты понапрасну теряешь время. (8)
- Научись радоваться препятствиям, если ты этого ещё не умеешь. (9)
- Пусть то, как ведут себя люди, не тревожит мира в твоей душе. (10)

- Пусть поведение окружающих не нарушает твоего внутреннего спокойствия. (11)
- Зачем же нарушать мир в душе своей из-за происков людей и внешних обстоятельств? И те, и другие, если ты оставляешь их вызов без ответа, оказываются совершенно бессильны. (12)
- Не будь общедоступен. Незачем каждому знать о тебе решительно всё. (13)
- Как это прекрасно, если жизнь, которой ты живёшь, остаётся непонятной для других! (14)
- Не каждый поймёт смысл твоего земного странствия. Но это не важно. Ты здесь для того, чтобы жить своей жизнью, а не для того, чтобы каждый тебя понимал. (15)
- Не тратьте силы на сомнения и беспокойства, тратьте силы на то, чтобы верить и знать! (16)
- Каждый день ставит нас перед выбором: посвятить его муке или посвятить его мирному созиданию. (17)
- Много таких, кто думает, что игра страстей – это и есть счастье. Но человек, находящийся во власти страстей, не ведает покоя. А подлинное счастье в основе имеет покой. (18)
- Никогда не стоит оплакивать исчезновение луны, ибо слёзы помешают тебе видеть звёзды. (19)
- Иногда хорошие вещи исчезают для того, чтобы лучшие вещи могли занять их место. (20)

- Когда судьба закрывает вам дверь, ищите другого пути, не тратьте сил на то, чтобы дёргать ручку двери. (21)
- Не забывайте, что не добиться желаемого – подчас большая удача. (22)
- Разумный человек не должен брать нигде ничего, что ему не дано. Он не должен и поручать другому брать что-либо, ни одобрять, когда кто-нибудь что-либо берёт. Он не должен брать ничего, что ему не дано. Ты не должен красть, ты должен давать. (23)
- Когда ты наконец понял, что тебе нет нужды производить на кого-то впечатление, в тот миг ты достиг полной свободы. (24)
- Изучайте правила, дабы знать, как грамотно их обойти. (25)
- Рассматривай как своих врагов: алчность, вероломство, зависть, высокомерие, ненависть, гнев, кичливость своим положением, красотой, богатством, юностью или знанием. Относись к власти как к своему врагу. (26)
- Причинение зла, оскорбление, грабёж, ложь и такие непристойные действия, как пьянство, чревоугодие, несвоевременная еда, изнеженность на мягком ложе, танцы, пение, украшения и благовония, – всё это должно быть отброшено. (27)
- Те, кто вёл прежде распущенный или преступный образ жизни, но, осознав его пагубность, изменил своё поведение, начинают сиять подобно луне, вышедшей из-за туч. (28)
- Благодаря щедрости и нравственности – польза другим, благодаря терпимости и решимости – польза себе. (29)

- Никакая аскеза не сравнится с терпимостью, поэтому никогда не позволяй себе поддаваться гневу. (30)
- Ни к чему нельзя привыкать, всё временно. Абсолютно. (31)
- Помни и знай: завтрашних забот твоё нынешнее беспокойство не устранил, но зато точно лишит тебя сегодняшнего покоя. (32)
- Тебя определяют две вещи: твоё терпение, когда у тебя ничего нет, и твоё поведение, когда у тебя есть всё. (33)
- Раскройте ладони навстречу изменениям, но не дайте выпасть из них накопленным и выстраданным ценностям. (34)
- Есть пять вещей, от которых стоит немедленно отказаться: желание нравиться всем, боязнь перемен, жизнь прошлым, низкая самооценка, неуверенность в собственных взглядах. (35)
- После того, как тебе довелось носить себе воду, ты будешь знать и ценить стоимость каждой капли. (36)
- Помните: есть люди, которые счастливы, хотя они гораздо беднее вас. (37)
- Никогда не храните ключ к своему счастью в чужом кармане. (38)
- В мире сем избегай чрезмерно зависеть от кого бы то ни было, потому что даже твоя собственная тень оставляет тебя во мраке! (39)

- Даже и не думай расстраиваться из-за людей и каких-либо обстоятельств: если ты не удостоиваешь их своим вниманием, они бессильны. (40)
- Прекрасные вещи происходят тогда, когда вам удаётся держаться подальше от отрицательных воздействий. (41)
- Сердце – отнюдь не вместилище, чтоб хранить и копить в нём напряжение, разочарование и печаль. Оно – волшебный сад, в котором растут цветы счастья и живут дорогие воспоминания. (42)
- Следи за своими мыслями, ибо оне становятся твоими словами. Следи за своими словами, ибо они становятся твоими поступками. Следи за своими поступками, ибо они становятся твоими привычками. Следи за своими привычками, ибо оне становятся твоим характером. Следи за своим характером, ибо он становится твоей судьбою. (43)
- Не следует пускать в плавание ни корабль с одним якорем, ни душу в жизнь с одной-единственной надеждой. (44)
- Ты не можешь остановить бурю. Не стоит даже пытаться. Но ты можешь остановить волнение в себе самом. А буря – она ведь пройдёт. (45)
- Не будь дождей, не смогли бы расти ни травы, ни цветы, ни деревья. Научись же питаться грозами, которые случаются в твоей жизни. (46)
- Безмятежность не предполагает, что мы находимся в таком месте, где нет ни шума, ни неудобства, ни тяжёлого труда. Она предполагает, что, находясь среди всего этого, мы всё же сохраняем спокойствие в сердце своём. (47)

- Величие духа совсем не в том выражается, что ты живёшь во дворце, вдали от бед и забот этого мира, но именно в том, что, не живя во дворце и будучи погружён в омут неустроенной житейскости, ты всё же умудряешься поддерживать в себе отстранённость и быть настроен на самую высокую ноту. (48)
- Самоконтроль есть сила. Спокойствие есть высшее умение. Необходимо достичь точки, опершись на которую, вы сможете добиться того, что ваше настроение перестанет колебаться из-за незначительных вещей или чего-нибудь ещё. (49)
- Кто может вывести тебя из себя, тот и управляет тобою. (50)
- Не позволяйте никому контролировать строй вашей жизни и направление вашей деятельности. Не позволяйте своим эмоциям подчинять ваш ум. (51)
- Никогда не отдавайте в чужие руки ключ, открывающий доступ к спокойствию вашей души. (52)
- Лучше, если тебя уважают, а не просто обращают на тебя внимание. Уважение остаётся надолго. (53)
- Общество хороших людей есть причина благоденствия хороших людей. (54)
- Три свойства обладает друг: он стремится уберечь от вредного, побуждает к хорошему и полезному и не оставляет в беде и несчастье. (55)
- Чти отца и мать своих, добрых друзей своих и учителей. Такие деяния принесут тебе славу, а впоследствии и счастливое перерождение. (56)

- Похвальны и законны: послушание родителям, щедрость к друзьям, знакомым, родственникам, мудрецам и святым, неумерщвление живых существ и воздержание от хуления инаковерующих. (57)
- Лишиться кого-то, кто тебя мало ценит, это скорее прибыль, чем убыток. (58)
- Уважение надо заслужить. Честность будет оценена по достоинству. Доверия добиваются. Верность обретается взаимностью. (59)
- Если вы полностью, без тени сомнения, кому-то доверитесь, то в конце концов вы получите одно из двух: либо человека на всю жизнь, либо на всю жизнь урок. (60)
- Научись быть в одиночестве: никто не будет подле тебя целую вечность; в конечном счёте, у тебя есть только ты сам. (61)
- Уйди в тишину – и ты увидишь, кому ты нужен. (62)
- Когда посторонние или неприятные люди уходят из твоей жизни, тогда начинают происходить правильные вещи. (63)
- Научись получать удовольствие от собственного одиночества. Потому что никто не останется при тебе на целую вечность. (64)
- То, что обыкновенно называют умом, есть не что иное, как наитивная мудрость. (65)
- Свою собственную мудрость ищи в себе самом. (66)
- Ум питается возбуждением чувств. (67)

- Ты должен понимать, что коли нет причины, то, стало быть, нет и её последствия. (68)
- Как на вещь смотришь, такой её и видишь. (69)
- Дух вне пределов природы, но познаётся в телесных формах. (70)
- Ничто непознаваемо вне духа. (71)
- Вся зримая Вселенная есть символ одного-единственного Духа. (72)
- Тому, кто ел мёд, излишне объяснять его вкус тем, кто мёда не пробовал. Даже умному не понять таких объяснений, если прежде он не попробовал сам. (73)
- В том, чтобы заблуждаться, и в том, чтобы быть правым, есть некое глубинное единство. (74)
- Если, желая познать себя, ты обратишься к внешним вещам, а не к собственному уму, как же ты сможешь найти себя, ведь ты принимаешь себя за других? Такое самопознание – это поведение глупца, который, стоя в толпе, забывает о самом себе и решает, что он и есть толпа. (75)
- Река – водный поток, вода течёт в ней и течёт, и течение это никогда не останавливается и не может быть остановлено – вот удачный символ мудрости Божией. (76)
- На самом деле все явления – только представления нашего ума, вроде отражений, которые он видит в зеркале. (77)
- Пробуждение есть способность воспринимать мир как постоянно текущее становление. (78)

- Страсти и желания затемняют собой даже самые возвышенные и благородные состояния духа. (79)
- Мир скрывается за ложными мнениями и тщетными усилиями. (80)
- От одной лжи в жизни больше шуму, чем от ста правд. Если же лжей не одна, а тысячи, то жизнь превращается в непрекращающийся треск и грохот. Это и есть *сансара*. (81)
- Не знать страданий, не знать происхождения страдания, не знать уничтожения страдания, не знать пути, ведущего к уничтожению страдания, – это называется невежеством. (82)
- Уничтожение страстей, уничтожение грехов, уничтожение слепоты – вот что значит безмятежность. (83)
- Люди могут и не сказать, что они о тебе думают, но они всегда тебе это покажут. Так что смотри внимательно. (84)
- Будь постоянен – и люди оценят тебя. Оставайся самим собой – и дельные люди будут любить тебя ради тебя самого. (85)
- Найти в любом человеке грязь может ведь кто угодно. А ты будь тем, кто находит золото. (86)
- В том, как люди обращаются с тобой, выражается их карма; в том, чем ты отвечаешь им, – твоя. (87)
- Если тебе когда-нибудь выпадет случай поступить с другими так, как они поступали с тобою, ты, надеюсь, предпочтёшь уйти и сделать что-нибудь куда более достойное. (88)

- Иногда я выхожу из дому и слышу, что люди говорят о безразличных вещах, и тогда я говорю себе, что именно из-за этого я и не выхожу из дому. (89)
- И в конце-то концов, главное, чему я научился, – это умение быть сильным в полном одиночестве. (90)
- Есть три разновидности слов: слова приятные, слова правдивые и слова лживые. Первые подобны мёду, вторые – цветам, третьи – нечистотам. Избегай третьих. (91)
- Когда возникает мысль: «Этот человек обидел меня, оскорбил меня, или превзошёл меня, или разорил меня», – рождаются гнев и ярость. А потому отбрось злопамятование и спи спокойно. (92)
- Не забывайте, что молчание – порой лучший из возможных ответов. (93)
- Молчание – лучший ответ всякому, кто не ценит твои слова. (94)
- Тот, кто не понимает твоего молчания, скорее всего не поймёт и твоих слов. (95)
- Говори только тогда, когда есть уверенность, что слова твои лучше твоего молчания. (96)
- Молчание – твой лучший разговор с тем, кто не ценит или не понимает твоих слов. (97)
- Не надо повышать голоса, надо оттачивать свои доводы. (98)

- Превосходно, коли у вас есть много что сказать, но вы предпочитаете не раскрывать рта в присутствии глупцов! (99)
- Молчи! Ведь в сказанном всегда оказывается слишком мало истины. (100)
- Ударить ведающего истину – смертный грех для невежды; возвысить голос на невежду – бесчестье для ведающего истину. (101)
- Одна заповедь на все времена: не навязывайся и не привязывайся. (102)
- Копите радости! И ещё вяще: творите радости! (103)
- Копите радости! Неприятного избегают все, а вы избегайте так же приятного. Неприятное – это ржавая железная цепь, приятное – золотая. Замените сначала железную цепь золотой, а затем сбросьте и её. Нет у вас нужды в этих цепях, и не могут оне вас сковывать, раз у вас есть радости духовные! (104)
- Зло остаётся злом, даже если так поступают все. Добро остаётся добром, даже если так не поступает никто. (105)
- Нужно благородство, чтобы оставаться вежливым и в мучительных обстоятельствах. (106)
- Из любого положения есть три выхода: смириться с ним, изменить его или выйти из него. Если ты не можешь выйти из него, смирись с ним. Если не можешь смириться с ним, измени его. Если не можешь изменить, выйди из него. (107)

- Сами по себе ваши трудности не имеют значения, но то, как вы их воспринимаете и как из-за них поступаете, имеет значение огромное. (108)
- Один из важнейших уроков, который может преподать вам жизнь, – это умение оставаться спокойным. (109)
- Когда вы проигрываете или теряете, не теряйте извлекаемого из этого урока! (110)
- Твой лучший учитель – твоя последняя ошибка. (111)
- Если не удаётся решить проблему, то скорее всего надо заниматься не решением проблемы, а признать некую новую истину. (112)
- Знайте себе цену. Не пристало занимать храбрости, дабы оставить общество, в котором вам не оказывают должного уважения. (113)
- Жалкое заблуждение – думать, будто тот, кто говорит громким голосом, силен, а тот, кто не повышает голоса, слаб. (114)
- Единение одно во благо, когда каждый внимает учению другого и внимает охотно. (115)
- Если вы можете сохранять положительный настрой при отрицательном воздействии, значит, вы побеждаете. (116)
- Сохраняйте сосредоточенность и не отступайте от задуманного: многое может измениться через год. (117)
- Именно твоё отношение, а не твоя одарённость определяет степень твоих достижений. (118)

- Нет страха для того, чей ум не наполнен желаниями. (119)
- Разоружение вовне проходит через разоружение внутри. Единственный залог мира – в своём «я». (120)
- Подлинная власть состоит в том, чтобы завоевать сердца людей, исполняя закон долга и благочестия, ибо Господь желает, чтобы все живые существа наслаждались безопасностью, были полными хозяевами самим себе, пребывали в мире и счастье. (121)
- Поступайте с людьми не соразмерно тому, насколько они дурны, а соразмерно тому, насколько хороши вы сами. (122)
- Доброжелательность – это язык, понимание которого доступно как слуху глухих, так и зрению слепых. (123)
- Будьте любезны к людям, ведь каждый, кто вам встретился, ведёт битву, о которой вам ничего неизвестно. (124)
- В здешнем мире нет и не может быть людей чистых и совершенных. Если ты станешь избегать людей из-за их несовершенств, то окажешься в полном одиночестве. Поэтому осуждай меньше и люби больше. (125)
- Узы кровного родства – не повод увидеть в другом человеке родную душу. Любовь, поддержка, доверие, готовность пойти на жертву, честность, безоговорочное принятие, защита, забота, стремление простить, благодарность, уважение и верность – вот поводы узнать родную душу в другом человеке. (126)
- Когда всё кончено, нужно уйти. Перестань поливать умерший цветок водою. (127)

- Некоторые люди приходят в нашу жизнь словно бы за тем, чтобы преподать нам урок нестяжания: «Отпусти, пусть уходит!» (128)
- Зная, что любые богатства преходящи и быстро растрачиваются, щедро раздаривай их беднякам, нуждающимся друзьям и странствующим аскетам. Нет ничего лучше даяния, оно – лучший из друзей и поддержка в будущих жизнях. (129)
- Разве может знаток политики заниматься обманом других? На самом деле он обманывает себя, обрекая на многие тысячи рождений. (130)
- Узнай же, что люди подобны плоду манго. Некоторые кажутся зрелыми (мудрыми), будучи кем угодно, только не этим. Другие хотя и созрели, но вовсе такими не кажутся. Третьи, будучи незрелыми, так и выглядят незрелыми. Наконец, есть те, кто созрели и выглядят созревшими. Научись различать их. (131)
- Одни идут от света к свету, другие – от тьмы к свету. Одни идут от света к тьме, другие – от тьмы ко тьме. Будь же среди первых. (132)
- Пусть тебе непрестанно сопутствуют неограниченное милосердие, целомудрие, бдительность и невозмутимость. И пусть они, укрепленные мощью мудрости, помогут пересечь океан сансары, приблизив тебя к состоянию просветления. (133)
- Не верь ничему тобою прочитанному или услышанному, пусть бы его и сказал высочайший Учитель, пока то, что ты узнал, не удостоверят твой ум и здравый смысл. (134)

- Делитесь своим знанием. Это лучший из способов достичь бессмертия. (135)
- Вам не нужно религии для того, чтобы быть добрыми. Если вы не в состоянии отличить добро от зла, значит, вам недостаёт человечности, а совсем не религии. (136)
- Без религии можно обойтись, но нельзя обойтись без любви и сострадания. (137)
- Жизнь ничего не стоит, но ничто не стоит жизни. (138)
- Ты не можешь позволить себе терять время, потому что ты не знаешь, сколько его у тебя осталось. (139)
- Цени то, что даёт тебе жизнь, потому что она не будет давать тебе этого дважды. (140)
- Прекрати, перестань поливать растение, которое уже успело засохнуть и умереть. (141)
- Бедствия мира сего суть болезнь, старость и смерть. (142)
- Тело подобно дому. Как дом строят из дерева и кирпича, так и тело строится из химических веществ. И когда душа оставляет тело, оно делается подобно заброшенному и разваливающемуся дому. (143)
- Как необитаемый дом превращается в древесный и кирпичный хлам, переставая быть домом, так и тело, в котором больше нет жизни, становится набором химических веществ, которые природа забирает по своим надобностям. (144)
- Опыянение, что возникает в нашем «я» из-за иллюзии юности и избытка сил, улетучивается ведь в один миг. (145)

- Убийца красоты, похитительница силы, клубок боли и горестей, могила радости и наслаждения, разрушительница воспоминаний, истребительница чувства и привязанностей – таковы имена старости. (146)
- И знают люди, что старость губит красоту, и всё же всеми силами стремятся дожить до этого бедствия! (147)
- Можно знать и не верить. Это мёртвое знание. Так люди знают наиважнейшие истины. (148)
- Я не желаю смерти, я не желаю жизни. Я ожидаю моего часа, как работник своего жалованья. Я не желаю смерти, я не желаю жизни. Я жду моего часа, полный сознания и мысли. (149)
- Час смерти есть лишь врата, которыми любящий радостно проходит вперёд. (150)
- Совершенно невозможно найти Будду где-либо ещё, помимо собственного сознания. Каждый, кто не знает этого, может искать вовне. Но как можно найти самого себя, если искать где угодно, но только не в себе самом? (151)
- С обретением мудрости ум становится решительным, он не полагается на мнение других и не обманывается ими, потому стремится к мудрости. (152)
- Никогда не было больших достижений духа среди толп людей. Все подвиги духа свершались в тишине, при свечах и молитве. (153)
- Вы восходите внутри себя. По лестнице, ведущей вверх. (154)

- Всё в этом мире идёт изнутри наружу. Таков Закон, и иллюзия послушно поворачивается к вам той стороной, которую вы ожидаете от неё получить. (155)
- Иллюзия окружающего всегда выглядит так, как ты ей выглядеть позволяешь. (156)
- Те единичные примеры, что знает история, лишь надводная часть айсберга. И по этим единичным примерам человечество имеет возможность сверять свой курс. (157)
- Назначение вашего мира лишь в том, чтобы позволить вам преодолеть сопротивление иллюзии и тем получить заслуги, необходимые для существования в Высших Мирах. (158)
- Высоко цени воздержанность и скромность, не оскверняй и не унижай себя непристойными деяниями. Строгость ума – это основа всех добродетелей, подобно тому, как земля – опора всех чувствующих существ и неживой материи. (159)
- С точки зрения цели, неверно уподоблять истину непротиворечивости или считать её продуктом ума. Истина – это благо, творимое исключительно для других и, наоборот, ложное то, что неблагостно. (160)
- Знай, что разум, в котором запечатлеваются разнообразные образы, подобен воде, земле и хранилищу. Когда пагубные страсти раздирают тебя, лучше было бы, чтобы разум был подобен воде. Для того же, кто следует за истиной, лучше было бы, чтобы разум был подобен неприступному хранилищу. (161)
- Это есть Истина. То есть Истина. Всё в Истине, и Истина во всём. Истина не может быть ни прибавлена, ни извлечена.

Прибавьте всё к Истине, и Истина останется. Извлеките всё из Истины, и Истина останется. (162)

- Истина есть то, что, если приобретёшь, ничего другого не надо приобретать; это есть блаженство, которое раз будучи испытано, не оставляет желать никакого другого блаженства; которую если увидишь, ничего иного не стоит больше видеть; которую если познаешь, ничего иного не остаётся познавать. (163)
- Подобно тому как солнце заключает в себе весь свет, а само по себе не есть ни день, ни ночь – так и Истина, которая есть вся Мудрость, сама по себе не есть ни знание, ни незнание. (164)
- Истина – вне понятий о звуке, осязании, форме, вкусе и запахе; вне начала и конца; вне инволюции и эволюции. Кто реализует это положение, избавляется также от этих атрибутов неведения. (165)
- Глаз не может видеть, а ум не может знать Истины. Но в каждом из них есть нечто, чем можно видеть Её и познавать. Никто не может разрешить этой загадки, если не видел и не познал Истину. (166)
- Есть состояние абсолютного Блаженства, в котором не видишь других, не слышишь других, не знаешь других. Состояние, в котором видишь других, слышишь других, знаешь других, не есть абсолютное Блаженство. Абсолютное Блаженство есть бессмертный Ум. Нечто иное есть смертный ум. Где может быть найдено абсолютное Блаженство? Везде или нигде, говорят мудрецы. (167)
- Где Истина? Вверху, внизу, на севере, юге, востоке, западе, высоко, низко, снаружи, внутри. Многие, которые ищут её, не находят; многие, которые не ищут, находят её.

Тот, кто знает и видит Истину, исполняется абсолютным Блаженством и становится Владыкой. Перед ним открыта дверь, или двери, которые ведут в миры наверху и в миры внизу. (168)

- Истина всегда бодрствует, даже когда спит. Подобно тому как солнце освещает многие предметы, непохожие на него, так свет Истины освещает многие умы, высокие и низкие, каждый из коих считает этот свет своим собственным. Лишь мудрые замечают, что в уме нет никакого света, кроме света Истины, сияющего там. (169)
- Глупцы умирают, истина остаётся, и в конце концов приходят те, кто её познаёт, чтобы не умирать никогда. (170)
- Истину надо искать всюду, потому что она пребывает везде. (171)
- *Вы разбужены!* Так неужели вы опять ляжете спать, повернувшись на другой бок? (172)

2019 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Склад ума, скудость и сила мысли (*Йог Раманантата*)3

Йог Рамачарака

МЫСЛЬ ПРЕВОЗМОГАЕТ ВСЁ

Глава Первая
ТЕОРИИ – ТОЛЬКО МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ, КОИМИ
ЗАБАВЛЯЮТСЯ ПОДРОСТКИ ОТ НАУКИ.....9

Глава Вторая
ПРИРОДА «ЛИЧНОГО МАГНЕТИЗМА»13

Глава Третья
КАК ПОМОГАЕТ НАМ МЫСЛЕННАЯ СИЛА
ЗАВИСИМОСТЬ УСПЕХА ОТ ЛИЧНОГО ВЛИЯНИЯ19

Глава Четвёртая
ПРЯМОЕ ПСИХИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ24

Глава Пятая
КОЕ-ЧТО ИЗ ЖИТЕЙСКОЙ МУДРОСТИ.....32

Глава Шестая
СИЛА ВЗГЛЯДА.....37

Глава Седьмая
МАГНЕТИЧЕСКИЙ ВЗГЛЯД42

Глава Восьмая
СИЛА ВОЛИ47

Глава Девятая
НЕПОСРЕДСТВЕННОЕ ВОЛЕНИЕ52

Глава Десятая
ТЕЛЕПАТИЧЕСКОЕ ВОЛЕНИЕ64

Глава Одиннадцатая ПРИТЯГАТЕЛЬНАЯ СИЛА МЫСЛИ.....	74
Глава Двенадцатая СФОРМИРОВАНИЕ СИЛЬНОГО ХАРАКТЕРА ПРИ ПОМОЩИ ДУХОВНОГО КОНТРОЛЯ.....	83
Глава Тринадцатая ИСКУССТВО СОСРЕДОТОЧЕНИЯ.....	95
Глава Четырнадцатая УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПРИОБРЕТЕНИЯ СОСРЕДОТОЧЕННОСТИ.....	103
Глава Пятнадцатая ЗАКЛЮЧЕНИЕ	112

ОСНОВНЫЕ ФОРМУЛЫ АУТОТРЕНИНГА

Квинтэссенция учения И.Г. Шульца	117
Е.Ф.Писарева СИЛА МЫСЛИ И МЫСЛЕОБРАЗЫ.....	139
Йог Раманантата МАЛЫЙ СБОРНИК МАНТРАМОВ.....	167
Будда Шакьямуни МЫ – ТОЛЬКО ПОСЛЕДСТВИЯ СВОИХ МЫСЛЕЙ.....	185
ИЗРЕЧЕНИЯ БУДДЫ	196
Иешуа из Назарета ИЗРЕЧЕНИЯ «ИИСУСА ХРИСТА».....	251
БУДДИЙСКИЕ ИЗРЕЧЕНИЯ	337

КНИГИ ЙОГА РАМАНАНТАТЫ

Артикул: 24300 «УПРАЖНЕНИЯ ЙОГИ ДЛЯ ГЛАЗ»

Переплет: мягкий, 400 стр.

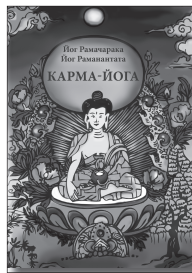


Не секрет, что зрение людей становится всё хуже и хуже. Чем это вызвано и как бороться с данной бедой, Вы сможете узнать, читая книгу Йога Раманантаты «Упражнения Йоги для глаз, или Глаза – Зеркало Души». Эта книга не просто излагает взгляд йогов на данную проблему, но и показывает, что такой взгляд во многом совпадает с точкой зрения некоторых учёных на Западе. К достоинствам книги, бесспорно, принадлежит и то, что о самых сложных вопросах такой специальной области, как офтальмология, в ней говорится языком простым и понятным каждому, а несколько упражнений, которые надо проделывать ежедневно, не потребуют ни много времени, ни специального тренировочного зала.

Артикул: 30333 «КАРМА-ЙОГА»

Переплет: мягкий, 406 стр.

Карма-Йога – важное направление учения йогов, но авторы обычно обходят данный раздел стороной, и практически нет сочинений, отдельно посвящённых этому удивительному и доступному, более того, совершенно необходимому для «мирского человека» методу «достижения эффективности» в деловой и повседневной жизни. Карма-Йога означает «путь праведного действия». Для этого нам не требуется оставлять «мирскую жизнь». Йогическая традиция утверждает, что если человек выполняет праведные, т.е. правильные действия, он достигает той же самой цели, что и последователь Джньяна-Йоги или Раджа-Йоги. Самое удивительное, что очень многие люди на Западе, в силу их умственных установок, являются настоящими карма-йогами.



Артикул: 32200 «ДЖНЬЯНА-ЙОГА. ПРОДВИНУТЫЙ КУРС ФИЛОСОФИИ ЙОГОВ»

Переплет: мягкий, 424 стр.



Сборник работ Свами Вивекананды по Джньяна-Йоге и Раджа-Йоге – бесспорно, одна из самых лучших и необходимых книг о йоге и самопознании. «Джньяна-Йога» составлена из записей выступлений Свами Вивекананды. Джньяна-Йога исходит из положения о тождестве индивидуальной души человека с Высшей Реальностью, и путь выхода человека из мира соотносится с его же собственным правильным мышлением. «Если бы только, хоть на мгновение, наши зрение, слух и осязание сделались несравненно более совершенными, то мы убедились бы, что смерть не разрушает и не уничтожает человека, но лишь делает его невидимым, неслышимым и неосознаваемым.



Гипермаркет Эзотерики

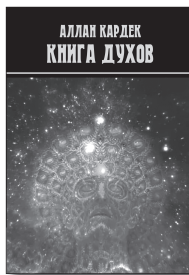
www.magic-kniga.ru ■ Тел.: 8 (499) 703-18-18

при заказе по телефону называйте номера (артикулы) товаров

КНИГИ ЙОГА РАМАНАНТАТЫ

Артикул: 24300 «КНИГА ДУХОВ»

Переплет: мягкий, 488 стр.



Аллан Кардек выпускал свои труды, как и многие писатели всех времен под псевдонимом. Его настоящее имя Ипполит Леон Денизар-Ривайл, родился во Франции в городе Лион в семье юриста.

В 19 веке в Европе было повальное увлечение спиритизмом. Книга Духов представляет собой сборник вопросов и ответов на них. Вопросы были составлены автором сборника, представляющие собой главы, разбитые по различной актуальной и по сей день тематике. Считается, что ответы на вопросы получили посредством так называемого ченнелинга, иными словами, через медиумов. В ней даны ответы на практически все вопросы, касающиеся нашего мира и смысла человеческой жизни, которая раскладывается на составляющие и временные этапы.

Артикул: 33333 «ЗАПИСКИ О СПИРИТИЗМЕ»

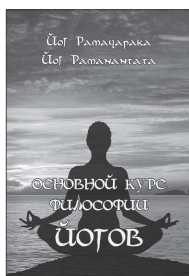
Переплет: твердый, 358 стр.

Наверное, нет человека, который бы не читал Конан-Дойля, но нет и человека, который бы прочитал всего Конан-Дойля. Эта же книга открывает русскому читателю совершенно неведомую ему сторону жизни и творчества этого человека. На её страницах Конан-Дойль предстаёт как тонкий мыслитель, которого глубоко волнуют фундаментальные проблемы Бытия: душа, бессмертие, Бог, религия, психические исследования, человечество, его судьба и предназначение. «Записки о спиритизме» выходят далеко за рамки «столоверчения», столь популярного в те времена. Читайте в книге: Искания Спиритизма. Спиритизм и психика человека. Личная переписка А. К.-Д., открывающая глаза на его истинное отношение к спиритизму.



Артикул: 32200 «ОСНОВНОЙ КУРС ФИЛОСОФИИ ЙОГОВ»

Переплет: мягкий, 272 стр.



Текст является введением в целую серию книг, изданных Йогом Рамачаракой в начале прошлого века. Эта книга может быть очень полезной русским читателям, особенно тем из них, кто совершенно незнакомы или имеют «шапочное» знакомство с идеями нематериалистической психологии. Эта работа является начальной книгой для тех, кто желают познакомиться с мистической мыслью Востока. Она именно стремится ввести читателя в круг идей, доселе ему неведомых, и поэтому имеет характер энциклопедический. Мы уверены, что наши читатели оценят, насколько автор справился с этой своей задачей, потому что после знакомства с его книгой читатель сможет ориентироваться в сложных вопросах философии и психологии.



Гипермаркет Эзотерики

www.magic-kniga.ru ■ Тел.: 8 (499) 703-18-18

при заказе по телефону называйте номера (артикулы) товаров

Йог Раманантата

УПРАЖНЕНИЯ ЙОГИ
ДЛЯ РАЗВИТИЯ СИЛЫ МЫСЛИ

Главный редактор: Демакова А. А.
Технический редактор: Комиссаров М. Ю.
Компьютерная верстка: Комиссаров М. Ю.
Дизайн обложки: Демакова А. А.

Подписано в печать: 14.05.2021
Формат 60х84^{1/16}.
Печать цифровая. Усл. печ. л. 21,04



Тираж 100 экз.

ISBN 978-5-6046049-9-1



ИП Москвичев А. Г. 603001,
г. Нижний Новгород, а/я 49
Отпечатано в АО «Т 8 Издательские технологии»
(ПАО «Т 8»)
г. Москва, Волгоградский проспект, дом 42, корп. 5