

ДЕВЯТЬ

9.1 Что значит эволюция для человека?

¹В гилозоике мы изучаем эволюцию в самой широкой перспективе: как часть космического процесса проявления. Это необходимо, если мы хотим иметь правильное представление о ее цели. Но мы не должны забывать человеческую сторону вопроса. Если гилозоика имеет для нас практическое значение, то она должна быть в состоянии помочь нам жить лучше и богаче сейчас, в этом существовании. Следовательно, настоящий и следующий за ним раздел объяснит следующие возможности саморазвития человека.

²В целом можно сказать, что человек развивается в той же степени, в которой он укрепляется, строит и активизирует все положительные качества, принадлежащие человеческому царству. Отрицательные (или худшие) качества в конечном итоге зависят от того, что противоположные положительные не были активизированы до доминирующей силы: трусость возможна, потому что мужество не развито, ненависть рождается от недостатка любви и т. д. Когда все положительные качества будут по-человечески усовершенствованы, тогда человек фактически перейдет в пятое природное царство.

³То, что человек развивается до более высоких уровней, не означает, что он в первую очередь осваивает «эзотерические» или мистические качества, которые непостижимы для большинства людей. Эволюция прежде всего означает, что человек усиливает все положительные качества, которые он уже имеет в некоторой степени. Человек относительно смелый, настойчивый, верный, бескорыстный, благодарный, рассудительный, праведный и так далее. В то же время он относительно трусливый, покорный, вероломный, эгоистичный, неблагодарный, нерассудительный и неправедный. На двух низших стадиях отрицательные качества сильнее, чем положительные. На культурной стадии положительные качества постепенно начинают доминировать над отрицательными. На каузальной стадии негативные качества полностью преодолеваются.

⁴Эволюция – это процесс, в котором кратковременное сверхсознание превращается в постоянное бодрствующее сознание. Граница между бодрствующим сознанием и сверхсознательным всегда индивидуальна и обусловлена индивидуальным уровнем развития, жатвы и самоактивизации. У большинства людей сегодня это сверхсознание по сути эмоционально (48:2,3) и ментально (47:4,5). Поэтому наиболее важными областями для активизации являются следующая высшая эмоциональность (48:3), позитивные чувства, способствующие единству; и следующая более высокая ментальность (47:5), перспективное мышление, здравый смысл.

⁵Эволюция – это самореализация в физическом мире. Это человеческое, физически пробуждающее сознательное я, сознание монады в физическом мозге, которое благодаря своей работе приобретает более благородные качества, более глубокое понимание, более широкую компетентность, большую энергию. Все это должно быть четко выражено в физическом мире и во взаимодействии с другими людьми. Переживания и достижения в частной внутренней сфере могут казаться сколь угодно решающими для человека. Но если они не приводят к тому, что он делает лучший вклад в физическое, не становится лучшим помощником и для других, то существует большой риск, что его «духовные переживания» – это просто самообман.

⁶Для человека эволюция означает все более широкую способность решать проблемы. Жизнь – это, казалось бы, бесконечный ряд проблем и задач, которые должен решать человек. Нет уровня, где проблемы прекращаются, нет уровня, на котором человек отдыхает, потому что тогда эволюция остановилась бы. Проблемы жизни объективны. Они влияют на человека независимо от его субъективного ошибочного взгляда на свою собственную жизненную задачу, свои односторонние интересы, узкие отношения. Такие

односторонние взгляды всегда подразумевают слепые пятна в его суждении или неумелость в действиях. Когда человек упустил возможность приобрести важные качества и способности или решил закрыть глаза на реалии, тогда закон судьбы поставит его в ситуации, когда он будет вынужден развивать очень пренебрегаемые (и презируемые!) качества и способности.

⁷Эволюция – это процесс, ведущий к более высокой степени самостоятельной деятельности. На более низких стадиях, где большинство находится до сих пор, считают, что человек является преимущественно пассивным продуктом впечатлений от окружающей среды, импульсов от его подсознания. Он раб мощного телепатического давления от «общественного мнения» и автоматических реакций в своих оболочках. Самоактивизация означает, что человеческая монада учится чувствовать и думать все более и более самостоятельно. При этом человек делает первые шаги к овладению сознанием оболочек, так что он, наконец, будет способен сам решить, что он будет чувствовать и думать.

⁸Эволюция – это постепенное освобождение от иллюзий и фикций. Интеллектуальные фикции теряют свою силу, когда человек изучает эзотерическое знание о реальности и в конечном итоге учится устранять его укоренившуюся привычку путать мнения с фактами, абстрактную теорию с конкретной реальностью, спекуляции со знанием. Иллюзии сложнее превозмочь. Это эмоциональные ценности, которые отклоняют от цели, противоречат законам свободы, единства, самореализации и активизации, создают отношения, враждебные жизни и знанию. Это неправильное отношение к собственности («деньги»), уважению («слава») и власти. Эзотерические учителя внушали, что наиболее эффективное освобождение от иллюзий достигается через бескорыстное служение.

⁹Эволюция – это реализация. Это правда, что мы говорим, эволюция *сознания*. Но эволюция также касается аспекта силы или движения. Сознание не может развиваться просто до более высокой степени восприятия и понимания. Сознание также должно научиться использовать все более высокие энергии, приобретать соответствующую волю и умение. Какая польза от всеведения без всемогущества? Согласно гилозоике, человек развивается только в той мере, в которой он реализует, значит: увеличивает свою способность в действии. Физический мир – самый важный. Именно в этом мире человек демонстрирует свой уровень развития, служа, помогая, возвышая других.

¹⁰По обычным человеческим стандартам, эволюция является чрезвычайно медленным процессом. Сотни воплощений могут пройти без заметного прогресса. Это связано в основном с двумя факторами: с отталкивающей эмоциональностью и пассивным ментальностью или, прямо скажем: с ненавистью и глупостью. Когда человек начинает сознательно стремиться к самосовершенствованию, его развитие тоже набирает скорость. Метод активизации дает ему инструменты, которые ему понадобятся для этого.

9.2 Необходим баланс

¹Эволюция должна привести к лучшему, а не худшему балансу между различными видами сознания и энергии. Человек – это совокупность физической, эмоциональной и ментальной природы. Если он хочет достичь своей цели в человеческом царстве, активизации своей потенциальной каузальной природы (47:2,3), то его физические, эмоциональные и ментальные способности должны достичь своих высочайших потенциалов: физическое здоровье и жизненная сила, эмоциональная любовь и ментальный интеллект. Если каким-либо из этих жизненных проявлений пренебрегают, то человек упустит необходимую подъемную силу; и если человек подавлен, это означает, что энергии заперты в оболочках и блокируют жизнедеятельность каузальных энергий, льющихся сверху вниз. Тогда результатом будет снижение жизненных сил, болезни, депрессия, идеификсы.

²Организм должен получить должное. Упражнения, свежий воздух, расслабление,

свобода от суеты, регулярный и достаточный сон (как можно более на открытом воздухе) особенно важны для всех «духовных» работников.

³Важность диеты часто преувеличивается теми духовными искателями, которые еще не достигли сбалансированного взгляда, свойственного перспективному мышлению. Каждый должен есть ту пищу, которая делает его самым эффективным в физическом мире. Организм, который является наследием каждого, отличается от любого другого и поэтому требует индивидуального обращения.

⁴То, что мистик не проявляет интереса к высшей ментальной активизации (47:5) и односторонне развитый интеллект не желает культивировать высшую эмоциональность (48:3) – одинаково большие ошибки. Мистику часто не хватает здравого смысла. Он может истолковать свои «откровения» как абсолютный абсурд: «Я – космический Христос», «мир существует только в нашем уме» и т. д. Интеллект часто оказывается в состоянии негативной эмоциональности, состоянии постоянного раздражения и презрения в результате сравнения себя с другими. При этом он может извращенно использовать свой превосходный интеллект для достижения целей, враждебных жизни.

⁵Многие духовные искатели сегодня являются жертвами ошибочного представления о том, что мы достигаем высшего сознания, издеваясь над своей так называемой низшей природой. Это правда, что когда-то в будущем мы «вырастем» из всего сознания ниже ментального. Но это будет только когда мы сможем функционировать с объективным самосознанием в своей каузальной оболочке, и поэтому вполне естественно потеряем всякий интерес к эмоциональности. Если мы верим, что мы достигнем высшее сознание, отрицая низшее, то мы путаем причину и следствие. Ребенок не вырастет из-за того, что ему мешают играть, но он только отстанет в своем росте. Именно играя, он сможет повзрослеть, и после этого он отдаст свои игрушки своим младшим братьям и сестрам. Это значит – не подавляя эмоции и побуждения, нашу естественную игривость, мы достигаем высших способностей, но постепенно облагораживая их к идеалу.

9.3 Проблема зла

¹Теология, философия и оккультизм пытались решить проблему зла различными путями. Как правило, это привело к абсурду. Три примера этого:

²Человек рождается во грехе и предназначен для вечного ада, если он не принимает определенной религии. Зло – это иллюзия, которая существует до тех пор, пока мы в нее верим. Зло вечный принцип в существовании, необходимый для существования добра.

³Согласно гилозоике, зло – это мрачная реальность на нашей планете, заключающаяся в нарушении права каждого живого существа. Зло проявляется уже в паразитизме растительной жизни и в хищничестве животных. В человеческом царстве зло гораздо более развито и проявляется не только в нетерпимости, угнетении, эксплуатации, убийствах и т. д., но и в организованном и разумном противостоянии всем необходимым знаниям жизни.

⁴В глубочайшем смысле зло – это неспособность человека осознать свое единство со всеми остальными жизнями. Это его неспособность сострадания и сочувствия. Это его неспособность понять, что каждое существо – это уникальное своеобразие, имеющее естественное право на развитие, свободу и стремление к счастью. Ненависть, неприятие и презрение возникают, когда человек концентрируется на реальных (или воображаемых) отрицательных чертах в другом человеке и игнорирует положительные черты, которые всегда существуют у всех. Ненависть возникает также тогда, когда эмоционально отрицательному человеку напоминают о его малости, например, просто встретив человека более высокого уровня. Чувство зависти и неполноценности по отношению к людям, находящимся на более высоких стадиях или в лучшем положении, являются сильными мотивами ненависти в наше время. Все политические идеологии были

сформулированы как рационализация таких иллюзий.

⁵Страдание существует только в физическом и эмоциональном мирах, а в этих мирах – только в их низших трех молекулярных видах (49:5-7 и 48:5-7). Только физическое страдание может быть неизлечимо: боль, старость, болезнь, смерть. Эмоциональное страдание всегда можно вылечить через акт решительной воли, отказываясь страдать, отказываясь обращать внимание на то, что считается причиной страдания. Это предполагает способность контролировать свое сознание. Эта способность может быть обученной.

⁶Зло и страдание – это проблемы эволюции. На более низких стадиях они неизбежны, так как человек не знает законов жизни и не может их применять. На более высоких стадиях человек учится работать по законам жизни и при этом сеет больше добра, чем зла. Но его все еще постигает страдание как следствие старого плохого посева. Прежде чем монада способна пройти в пятое природное царство, она должна уничтожить весь свой плохой посев в человеческом царстве, либо пожиная соответствующий плохой посев, либо добровольно делая добро (метод высших стадий). В пятом природном царстве и во все более высоких божественных царствах зла нет и нет таких страданий, которые возникают из-за индивидуального и группового эгоизма.

⁷Добро и зло в целом совпадают с тем, что способствует и противодействует эволюции и единству. Поскольку люди находятся на многих разных уровнях развития – то, что является злом для одного человека, не обязательно является злом для другого. Один из примеров этого: самоутверждение необходимое и хорошее качество на низших уровнях стадии варварства, чтобы усилить раннюю, слабую индивидуальность. На более высоких стадиях, когда человек приобрел как самоуверенность так и самоопределение, самоутверждение становится злом и препятствует его экспансии в групповое сознание. Для индивида зло – это все более низкие уровни, которые он прошел в эволюции. Особое зло – уровень, который он только что прошел и который все еще притягивает его вниз. Добро – все высшие уровни, которые он еще не покорил. Особое благо – это уровень, который он только сейчас завоевывает, его конкретный идеал, привлекающий его вверх. Это показывает, что добро и зло относительны. Однако на каждом конкретном уровне добро и зло абсолютно противоположны. Так и должно быть, если человек не хочет оказаться в хаосе добра и зла.

9.4 Законы жизни в эволюции

¹На более низких стадиях эволюция происходит бессознательно и автоматически. На более высоких стадиях человек может эффективно работать для своей эволюции, применяя законы жизни. Все семь законов жизни всегда работают вместе в эволюции человека. Однако они работают по-разному. Три закона – законы развития, судьбы и пожинания – работают над длинными сериями воплощений без того, чтобы человек не мог непосредственно влиять на них в их последствиях. Они определяют основные условия каждого воплощения. Но в рамках тех неизбежных ограничений, которые предоставляют любой уровень развития, судьба и жатва, человек часто может применять четыре других закона – законы свободы, единства, самореализации и активизации – эффективно и целеустремленно. Тем самым он может косвенно влиять и на действие других законов. Эти четыре закона, таким образом, являются наиболее важными законами для человека с эволюционной точки зрения.

²Это ошибочное представление о законе жатвы, что все, с чем мы встречаемся в жизни, только жатва (так называемая карма). Закон свободы исключает возможность так называемой слепой судьбы. У нас есть 99-процентный шанс изменить нашу по-видимому неизбежную судьбу. Но для этого у нас должно быть позитивное отношение к жизни, понимание того, что мы способны преодолеть казалось бы непреодолимые препятствия.

³Цель закона жатвы – заставить нас понять жизнь, заставить нас уважать единство, показывая нам наиболее ощутимым образом, каковы последствия, когда мы противодействовали единству. Если у нас будет такое отношение, то мы сможем спокойно и позитивно воспринимать страдания и невзгоды, воспринимать их как испытания, которые мы должны пройти, чтобы обрести внутреннюю силу и выносливость, необходимые качества и способности.

⁴Обычно мы воспринимаем жатву отрицательным образом. При этом мы ухудшаем эффект жатвы и сеем свежий плохой посев. Это правда, что страдания человек причиняет сам себе. Тем не менее, только около одной десятой его страданий от плохой жатвы. Оставшиеся девять десятых должны быть отнесены его негативному способу противостоять своей плохой жатве: печалью, беспокойством, страхом, депрессией, горем, ненавистью, желанием мести и так далее. Воображение усиливает, и воображение заставляет нас пережить страдания много раз. На стадии культуры человек пробуждается к пониманию того, что он должен научиться контролировать свое сознание, сознательно управлять своими мыслями, чувствами и воображениями. Тем самым он обнаруживает самое эффективное оружие в своей войне против страданий. Используя его, он может научиться преодолевать большинство своих страданий.

9.5 Позитивизация

¹Уже в дочеловеческих царствах монаде удалось приобрести основную тенденцию. Это либо привлекательное (положительное), либо отталкивающее (отрицательное). Имея привлекательную основную тенденцию, монада стремится инстинктивно приспособляться к существам вокруг нее, потому что она – хотя и смутно – воспринимает свое неизбежное единство с ними. Имея отталкивающую основную тенденцию, монада стремится утвердиться против окружающей его жизни, эксплуатировать ее и доминировать над ней. Две основные человеческие тенденции развиваются в любви и ненависти, воле к единству и воле к власти. Те человеческие монады, которые имеют отталкивающую тенденцию, должны преодолеть это, заменив его привлекательной тенденцией, прежде чем они смогут достичь каузальной стадии. Это требует гигантской работы, тем более что большинство человечества на нашей планете приобрело отталкивающую тенденцию. Меньшинству, работающему над укреплением или приобретением способности притягивать, не легко, когда их окружение со своей индивидуальной и коллективной негативностью (также воздействуя на них телепатически) противодействует этому стремлению. Отталкивание является самым массовым препятствием эволюции на нашей планете, коллективно и индивидуально.

²Из этого явствует, что работа для привлечения – единства, любви, понимания, терпимости, братства, сотрудничества – это самая важная эволюционная работа, которую человек и коллектив может сделать. Необходимой основой для этой работы является стремление человека к позитивному отношению к жизни.

³Наше отношение ко всему в жизни, к другим людям и к себе отрицательно или положительно.

⁴Негативное отношение (традиционно называемое «злом») включает в себя все, что противодействует законам свободы, единства, самореализации и самоактивизации. К этому относятся все тенденции, ограничивающие право человека жить так, как он считает нужным, пока он не нарушает права других к тому же. К этому относятся все моралистические требования определенного образа жизни или подчинения условностям, все препятствия на пути к знаниям, все ограничения налагаемые на человека, стремящегося к более высоким уровням, все диктаторские, тоталитарные и авторитарные тенденции (кроме необходимых мер, принимающихся против нарушителей прав других), все, что склонно внушить человеку страх, пессимизм, уныние и чувство

бессмысленности или абсурда (много примеров в современном искусстве), всевозможные сплетни, клевета, шпионство за чужими делами, вся подозрительность и мелочность. И наконец главное: все осуждения и морализация.

⁵Позитивное отношение (традиционно называемое «хорошим») включает в себя все, что работает в гармонии с четырьмя законами жизни, упомянутыми выше. Позитивное отношение стремится к любви, любящему пониманию всего человеческого, стремится увидеть у всех лучшее и хочет игнорировать худшую сторону в принципе. Воздерживается от осуждения и морализирования, поскольку оно видит глубже и знает, что недостатки присущи всем людям, что мы видим только то, чем мы обладаем сами, что тот кто судит другого, этим осуждает себя. Поскольку сказанное выше может быть неправильно понято, здесь следует сказать, что позитивное отношение не подразумевает нейтралитета или слабости перед нарушениями прав. Позитивный человек делает все возможное, чтобы противодействовать ненависти, лжи и насилию, решительно становится на сторону ущемленного, но пытается в то же время понять и не судить нарушителя – такое отношение требует способности различать поступок и того, кто его совершил, вину и виновного. Позитивное отношение к жизни основывается на доверии к жизни и доверии к себе и делает все возможное, чтобы привить тот же дух другим. Оно хочет выявить и показать людям их огромные возможности, все, что дает нам силу, мужество и радость; помогает нам преодолеть свою укоренившуюся тенденцию быть загнивающим помехами и неудачами.

⁶Мы никогда не можем переусердствовать в работе, стараясь повысить позитивность в себе и других. Вот несколько советов о том, как работать.

⁷*Счастье.* Все люди стремятся к счастью. Древняя мудрость говорит нам, что счастье придет к нам, когда мы перестали охотиться за ним, когда живем ради того, чтобы других сделать счастливыми. Счастье не может быть найдено во внешних вещах и обстоятельствах, но во внутренней невзыскательности. Мы становимся счастливее, когда освобождаемся от недовольства, нашей зависти, наших требований к другим людям и к жизни.

⁸*Примите неизбежное!* Определенные вещи в нашей власти; большинство вещей не в нашей власти. Бесплезно жаловаться на неизбежное, скорбеть, оказывать сопротивление, желать, чтобы было по-другому. Тщетные желания крадут из нашей воли, силу, которая нам так нужна, чтобы внести положительный вклад туда, где мы действительно можем его сделать.

⁹*Страдания.* Страдания неизбежны, пока мы люди. Мы должны принципиально, без исключения, независимо от нашего сочувствия или антипатии к страдающему человеку, стараться помочь всегда и везде, когда и где мы можем. Страдание всегда поражает нас в сущности по собственной вине, в следствии наших преступлений против законов жизни. Но это неправильное представление о законах жизни – воздерживаться от помощи, ссылаясь на «карму страдающего человека» в качестве оправдания. Потому что пытаясь облегчить страдание, мы являемся агентами законов жизни.

¹⁰*Атаки.* Когда на нас нападают другие люди, когда нас критикуют или осуждают, мы в девяноста девяти случаях из ста встречаем отталкивание отталкиванием: либо агрессивно и не остаемся в долгу, либо депрессивно и поддаемся жалости к себе. Однако, существует третий метод, который является позитивным, конструктивным и эволюционным для обеих сторон: безличное сочувствие. Используя его, мы слушаем критику в таком духе: «Я могу узнать что-то из этого, каким бы преувеличенным и искаженным это ни было. Я могу узнать то, что другой человек думает о моих недостатках, и это может помочь мне преодолеть их. Я узнаю кое-что о природе и сущности человека. Я тренируюсь в добродетели неуязвимости.» И прежде всего: «Я поступлю лучше по отношению к этому человеку, встречая гнев со спокойствием, понимая, что он не может поступить иначе, и потом пожалеет об этом, чтобы мы могли снова стать друзьями.» Мы

ответственны друг за друга. Если мы встречаем недоброту недобротой, то мы непременно способствуем застреванию другого человека в негативном и мучительном состоянии.

¹¹*Страх неудачи* – это серьезное препятствие для эволюции. Слишком часто мы воздерживаемся от действия, не делая то, что мы можем, из страха совершить ошибку. Гилозоика дает нам теоретическое понимание того, что человек очень несовершенное существо из-за того, что он еще развивается. Но каким-то образом мы все еще цепляемся за этот враждебный жизни морализм (разжигаемый требованиями христианства, чтобы человек был совершенен), говоря, что «он совершенен, кто не делает очевидных ошибок». Абсурд этой точки зрения явствует из того, что пассивный человек, который сидит сложа руки, когда нечто неправильно делается, конечно, «не делает ошибок». В соответствии с законом жатвы, однако, пассивность и упущение имеют свои последствия, и ни в коем случае не самые мягкие. Один из способов избавиться от этого извращенного пассивизма – снова и снова повторять себе: «Ценность, которую я придаю себе, связана не с моими так называемыми неудачами, а с моими искренними попытками и постоянным стремлением вперед».

¹²*Не спешите обвинять других* в проблемах! Скорее ищите причины в себе, если искать их вообще! Не откладывайте задач! Сделайте прямо сейчас!

¹³*О доверии к себе*. Как правило, мы слишком зависимы от того, как другие люди смотрят на нас и оценивают нас. Находясь под влиянием этой силы, мы стремимся угодить другим и имеем внутреннее принуждение оправдать наши действия перед другими. Нам нужно укреплять наше доверие к себе. Хорошее начало состоит в том, чтобы в принципе воздерживаться от того, чтобы давать другим взглянуть на нашу личную жизнь, объяснять мотивы наших личных позиций и т. д. Это право, предоставленное нам законом свободы. Это метод, работающий на стороне эволюции, также потому что он является неагрессивным способом эффективного противодействия общим сплетням и любопытству.

¹⁴*О благодарности*. Каждый день мы должны в течение нескольких минут размышлять о том, как много у нас есть того, за что мы должны быть благодарны, сколько преимуществ, благоприятных возможностей, перспектив дает нам жизнь почти каждый момент, как мы могли бы лучше использовать их для служения жизни и при этом расплатиться по долговым счетам. Девиз: «Будь благодарен за все!»

9.6 Активизация

¹В гилозоике учение о трех аспектах существования является фундаментальным. Начинаящего переполняет идея, что все имеет аспект сознания. Но при этом он не должен забывать, что все имеет и аспект силы или энергии. Недостаточно развивать высшие виды сознания, чтобы воспринимать и понимать все больше и больше. Одинаково важно развивать более высокие виды воли и способностей, более высокие виды умения действовать. Ибо только тогда вы сможете реализовать то, что поняли. Реализация заключается именно в действии или аспекте силы.

²В наше время все больше и больше людей осознают, что смысл жизни не в ценностях аспекта материи (потребительского общества), но в ценностях аспекта сознания. Возможно, неизбежно, что это растущее движение за «новую эру» является односторонне направленным к «высшему сознанию» как самоцели, так как большинство его приверженцев попадают в мистицизм и начинают стремиться к «духовному опыту». Мистик считает, что экстатические состояния являются окончательной целью, и что, достигши их, он «достиг союза с богом». Эзотерик, напротив, рассматривает такие переживания «не более, чем начало».

³Эзотерик знает, что этой активизации сознания должно дать выход также в физическом мире. И нельзя слишком сильно подчеркнуть, что именно в физической жизни,

борясь со своими проблемами и решая их, человек приобретает все качества, необходимые для высшей эволюции. Эти качества эссенциальны, и это означает, что они должны быть человечески усовершенствованы прежде, чем монада сможет перейти в пятое природное царство.

⁴Эссенциальные качества совершенствуются благодаря отношению к жизни и деятельности как служению. Служение заставляет нас активизировать нашу высшую эмоциональность, а затем помогает нам сохранять сознание на этом уровне. Служение помогает нам отвлечь внимание от негативных эмоций других людей и препятствует возникновению таких эмоций в себе: эгоизма, жалости к себе, раздражения, агрессии, депрессии. Служение помогает нам увидеть вещи, людей и себя в более реалистичной перспективе. Служение помогает нам освободиться от многих иллюзий и фикции.

⁵Самоактивизация, экстравертная деятельность и служение необходимы для эффективной эволюции также в качестве противодействия слишком большой и бесполезной чувствительности. Объяснение таково. После активизации более высокого вида сознания следует увеличение чувствительности и впечатлительности. Это превращается во внушаемость и уязвимость, если человек не учится одновременно контролировать свое сознание, не учится сам решать то, что должно находиться в его сознании. Также экстравертная работа приучает сознание к самостоятельной деятельности, к активному вниманию и при этом эффективно противодействует тенденции к пассивности, впечатлительности, внушаемости, уязвимости.

⁶Треть нашей жизни мы тратим на обычный сон. Кроме того, большинство наших так называемых часов бодрствования мы переживаем в каком-то полусне. Тогда мы лишь немного больше, чем ментальные автоматы, а я при этом и не бодрствую, и не особенно внимательно. Мы смотрим не видя, слушаем не слыша, говорим не думая, и наше так называемое мышление – это не более, чем цепочка механических ассоциаций. Когда время от времени просыпаемся в состоянии большего бодрствования, это похоже на пробуждение от сна, поэтому у нас нет точного или ясного воспоминания о том, что мы только что сделали или подумали. Только тогда, когда какая-то определенная вещь заинтересует нас, мы уделяем этому наше полное внимание. Однако даже в этом состоянии повышенного внимания нам чаще всего все еще не хватает самосознания, понимания «я сейчас здесь», «я смотрю на это» и т. д. В некотором смысле страшно осознать, что человек гораздо более механичен, чем сознатель, и что такой человек практически не обладает самосознанием. Но вместо того, чтобы испугаться, мы могли бы использовать это понимание как отправную точку в нашей работе над собой.

⁷Ибо у нас нет особого стимула усердно трудиться, чтобы приобрести то, чем, как мы полагаем, уже обладаем, а именно самосознанием. Достаточно небольшого самонаблюдения, чтобы убедиться в том, что это предположение является самообманом. Только те, кто очень долго тренировался в самонаблюдении и самопоминании, обладают постоянным самосознанием; у других это бывает пять секунд или около того. Все это признак того, что ментальность все еще очень слабо развита в человечестве. Человек по сути – эмоциональное существо.

⁸Однако, мы можем развивать ментальность а вместе с ним и его самое важное качество: самосознание. Мы можем научиться контролировать свои мысли, чтобы мы сами решали, над чем нам думать, а над чем не думать. Мы можем научиться жить во внутренней, субъективной реальности, а также во внешней, объективной реальности с повышенной степенью самоприсутствия. Двумя решающими факторами является наше понимание того, что мы не самосознательны, а можем стать таковыми, и что мы способны контролировать внимание. Время от времени, на короткие мгновения, мы помним этот факт и становимся более проснувшимися. Но через некоторое время робот вступает во владение, и мы забываем о себе. Таким образом, мы имеем некоторую

способность к самовоспоминанию, но мы постоянно забываем ее использовать. Нам действительно надо бы стараться делать это много раз в день.

⁹Тренировка внимания – основа всех методов активизации, которые преподаются в эзотерических школах. Это начинается с вопроса: когда вы занимаетесь чем-то, ваше внимание контролирует какая-то механическая тенденция или вы контролируете процесс? Будучи очарованы телешоу, так что вы забываете себя на два часа – это пример самого низкого вида внимания: контроль роботом. Изучение себя и другого человека, пока вы оба разговариваете – это пример внимания следующего более высокого уровня: самоконтроль. Внимание третьего и высшего вида достигается, когда вы способны наблюдать внешний объект (цветок, например) или внутренний (ваш собственный мыслительный процесс), в то же время будучи самосознательным («я здесь сейчас»). Внимание этого третьего вида может быть обозначено стрелкой, указывающей в обоих направлениях. Это очень сложно, и в начале это достигается только в редкие интервалы. Тем не менее, неослабная тяжелая работа даст результаты, так что в конце концов постоянное состояние достигается. Эта работа необходима, так как это состояние является основой, из которой все высшие виды сознания развиваются. Все они могут быть описаны как ряд более и более мощных видов постоянного самосознательного внимания.

¹⁰В настоящее время существует большой интерес к различным формам медитации. С эзотерической точки зрения, следует выделить три стадии: концентрация (предварительная стадия), медитация в собственном смысле и созерцание. Концентрация – это то же самое, что самоконтролируемое внимание: вы выбираете объект, к которому обращаетесь, и делаете это до тех пор, пока можете удерживать внимание, не позволяя чужим мыслям или ассоциациям вступать в процесс. Медитация – это то более высокое качество самоконтролируемого внимания, которое получается тогда, когда вы одновременно помните себя, проявляете самовоспоминание: я думаю об этом. Если на этой стадии вы потеряете самосознание, результатом будет транс или обычный сон. Но если вам удастся сохранить самосознание, вы можете достичь третьей стадии, созерцания, состояния, в котором объект медитации видится в свете более высокого рода сознания, так что просвещение, то есть высшее понимание, следует.

¹¹Излишне говорить, что формы так называемой медитации, в которых внимание не контролируется и самовоспоминания не осуществляются, не эффективны для достижения высшего сознания, и поэтому действительно не следует их называть медитацией.

¹²Есть риски для медитации. Если у вас есть какой-то неправильный мотив – желание стать великим и важным, получить оккультные силы и т. д. – медитация принесет вам больше вреда, чем пользы. Мотивом нашей медитации всегда должно быть совершенствование наших инструментов для служения эволюции. Медитация никогда не должна касаться неопределенных вещей или гипотетических проблем, а только реальных или по крайней мере вероятных вещей, в противном случае вы будете закреплять существующие фикции и иллюзии глубже в ваше сознание.

¹³Наибольший эффект от медитации достигается тогда, когда она осуществляется ежедневно, и желательно в то же время. Она должна быть короткой (достаточно пяти минут) и прерываться, как только концентрация больше не может сохраняться, и мысли начинают блуждать.

9.7 *Сила мысли*

¹Мысль – самая мощная, самая важная энергия, которую человек может использовать для своей целеустремленной эволюции. Следующие семь идей могут быть использованы в этой работе:

²(1) *Энергия следует за мыслью.* Каждая мысль и каждое чувство являются причиной, которая имеет неизбежный эффект. Мысль или чувство принимает форму, так или иначе.

Обратное также верно: все, что вы хотите, чтобы обрело форму, все, к чему вы стремитесь или чего хотите достичь, должно было быть сначала мыслью. Все, о чем вы думаете, все, что вы наблюдаете, все, к чему вы относитесь с вниманием, находится под влиянием. Тем самым оно укрепляется и оживляется.

³(2) *Мысль подкрепляется повторением.* Энергетический эффект, возникающий в результате каждой мысли и каждого чувства усиливается повторением. Чем чаще вы повторяете определенное содержание сознания, чем сильнее оно станет, тем легче оно будет повторяться в вашем сознании. Наконец оно будет проявляться в действии автоматически.

⁴(3) *Не борись с негативным!* Поскольку все, чего касается сознание, укрепляется, вы не должны бороться с нежелательными, отрицательными качествами, не останавливаться на них в мыслях и чувствах. Не надо сознательно «порывать с прошлым», бороться с дефектами и недостатками. Такое отношение просто ведет к безнадежной войне против них. Наоборот, вы их игнорируете, решительно отказываетесь уделять им какое-либо внимание и концентрируетесь на противоположных, хороших качествах. При этом вы истощаете негативные качества, и они будут чахнуть из-за недостатка питания.

⁵(4) *Мысль никогда не может быть потеряна.* Ничего из того, что когда-либо проходило через внимательное бодрствующее сознание не будет когда-либо потеряно. Все сохраняется в памяти, которая является подсознанием, и живет там со своей большей или меньшей силой. Как воспоминания, так и приобретенные качества никогда не могут быть потеряны. Они могут стать латентными, но могут быть оживлены. Из этого следует, что каждая малейшая позитивная мысль оказывает постоянное влияние на большую позитивную работу, становится большим или маленьким кирпичиком в великой строительной работе. Поэтому никакой работы в служение добра не будет сделано напрасно.

⁶(5) *Мысль неисчерпаема.* Это просто еще одна формулировка закона отдавания, который гласит: «Кто дает, тому будет дано. Кто удерживает, тот проиграет». Мы можем никогда не бояться, что достигнем предела в нашем продолжающемся завоевании сил мысли, пока мы постоянно раздаем другим то, что мы получили. И также мы не будем бояться, что будем истощены или останемся без нашей доли в этом. Чем больше мы отдаем, тем больше мы будем получать, чтобы отдавать. Энергии, которые поддерживают нас, делают это не путем накопления в нас, а изливанием через нас. Или используя метафору с Библией: можно ходить по воде, но не стоять на ней.

⁷(6) *Все вещи являются символами.* Физические события, действия или объекты либо являются, либо могут быть обозначены символами для состояний сознания и внутренних качеств и таким образом напоминать нам о них. Этот закон символов мы применяем чаще всего негативно. Позволяем событиям, людям, вещам напоминать нам о негативном опыте, который у нас был в связи с ними или с такими вещами, которые похожи на них. Символы ведут свою жизнь в подсознании, действуя оттуда разрушительно в виде иррациональных отвращений, запретов, фобий. Однако, действуя сознательно, человек может делать физические события символами внутренних положительных состояний и качеств: радости, мужества, доверия, освобождения, любви, надежды и так далее.

⁸(7) *Мысль освобождает нас путем отождествления.* Наши отождествления привязывают нас. Самыми типичными чертами практически всех наших действий сознания являются механичность, отсутствие самосознания и отождествление. Это всего лишь три аспекта одного и того же состояния. Отождествление является настолько распространенной особенностью, что мы ее едва замечаем; это вода, в которой мы, как рыба, живем и плаваем. В общем, оно может быть описано как механическая сила внутри нас, которая направляет наше внимание на какой-то объект – вещь, человека, событие, мысль, чувство и т. д. – чтобы мы стали полностью поглощены или потеряны в этом и при том временно также теряем нашу силу памяти, самосознание и волю.

⁹Вы можете провести следующий эксперимент. Если у вас есть способность к самонаблюдению, вы знаете, что в вашей жизни есть определенные повторяющиеся ситуации, которые являются негативными, ненужными, и вызванными вами собой. Есть, например, конфликты с другими людьми, ваша потребность во внимании других людей, ваше чувство о том, что вам не оказывают внимания, которого вы заслужили и т. д. Во время конфликта с другим человеком возникают отрицательные эмоции, которые являются ненужными и вредными. Эти эмоции поглощают вас так, что в данный момент вы не замечаете ничего вокруг – вы отождествлены с этими негативными эмоциями: «я злюсь», «мне грустно», «я чувствую себя обиженным» и т. д. Теперь эксперимент состоит в том, что вы пытаетесь «поймать себя» как раз перед тем, как вас увлечет эта негативность. Другими словами, вы пытаетесь вспомнить себя как раз перед такими ситуациями, до того, как они возникают. Вы должны провести этот эксперимент много раз, прежде чем появятся значительные результаты, и есть три этапа на пути к успеху. На первом этапе вы даже долго не помните, что вам следовало попытаться «поймать себя». На втором этапе, вы вспоминаете – сразу после этого и уже слишком поздно – и вы покидаете состояние отождествления с пониманием: «Прямо сейчас я не сплю, но только минуту назад я крепко спал». Третий этап – это этап успеха: вы просыпаетесь как раз вовремя и мешаете роботу внутри вас осуществить захват.

¹⁰Этот эксперимент ценен в двойном смысле. Он показывает вам, что вы робот и спите, но можете стать самосознательным, пробужденным существом. Он показывает вам способ улучшить ваши отношения с другими людьми.

¹¹Несколько идей, которые могут быть полезны: Не говорите: «Я был зол». Скажите: «Чувство гнева овладело мной». Все искусство жизни можно выразить словами: «Я – не мои оболочки. Мои оболочки желают этого, но не я желаю этого.»

9.8 Методы активизации

¹Следующие шесть методов активизации основаны на семи идеях о силе мысли. Они эффективны при регулярном использовании и не имеют негативных последствий при использовании таким образом, как предписано в главе 9.6.

²(1) *Самонаблюдение*. Вы тренируетесь в наблюдении за собой, за своими внутренними состояниями. Вы не пытаетесь контролировать их или влиять на них, и никоим образом не подавляете их, не анализируете и (меньше всего) не критикуете. Вы просто наблюдаете непрерывный полет мысли, как следуют одна ассоциация за другой без паузы. Вы достаточно сосредоточены на самонаблюдении, пока вы тренируетесь, но прерывайте его всякий раз, когда вы чувствуете малейшее беспокойство или раздражение. Это упражнение может быть сделано так часто, как вы хотите, в течение нескольких минут за один прием.

³В конце концов вы заметите положительный эффект от этого простого упражнения. Беспорядки, внутреннее разделение и рассеивание (которое чаще всего связано с телепатическим массовым давлением) уменьшаются, концентрация, спокойствие, внутренняя гармония возрастут. Нежелательные чувства и мысли не навязывают себя так же, как раньше. Часто они устраняются до достижения порога бодрствующего сознания.

⁴(2) *Медитация над желательными качествами*. Вы концентрируете свое внимание на конкретном, выбранном качестве не более пяти минут. Вы изучаете его со всех сторон, увеличивая силу, визуализируйте себя в ситуациях, в которых оно подвергается испытанию. Упражнение следует делать каждый день и желательно в одно и то же время, чтобы вы меняли качества регулярно. Есть двенадцать месяцев и двенадцать эссенциальных качеств. Для того, чтобы упражнение привело к достижению результатов, оно не должно быть простой интеллектуальной игрой. Чувство и воображение должны войдите в него, чтобы упомянутые качества стали объектами желания и стремления. Также это

отношение можно тренировать в медитации.

⁵Медитация над качествами облегчает их приобретение. Восхищение является мощной силой для реализации идеалов. Маленький мальчик однажды услышал, как его родители восхищенно говорят о человеке, который с огромным присутствием духа спас жизни многих людей, когда корабль потерпел крушение. Это произвело неизгладимое впечатление на мальчика. В этой связи всякий раз, когда он слышал или читал о бедствиях, он воображал себя в этих ситуациях, размышляя о том, как бы он действовал. Став взрослым, в серьезной железнодорожной катастрофе он был единственным, у кого голова остыла, и он мог сделать отличное служение своим братьям. Не зная, он медитировал над качестве присутствия и так приобрел его.

⁶(3) *Визуализация*. Вы интенсивно наблюдаете объект в течение минуты. Затем вы закрываете глаза или прикрываете объект и пытаетесь восстановить его в своем внутреннем глазу так же верно и как можно подробнее. Это вопрос характера, предпочитаете ли вы визуализировать с открытыми или с закрытыми глазами – оба метода равноценны. Конечно, вы можете визуализировать картинки из памяти, мысленно писать буквы и цифры на доске, вспомнить лица, которые вы видели во течении дня и т. д. Визуализация увеличивает вашу способность к концентрации и активизирует ментальность.

⁷(4) *Оккультации* – это действия «героизма в миниатюре». Это означает, что вы делаете противоположность того, что ленивая часть вас хочет сделать без вашего внутреннего сопротивления. Например, подняться по лестнице, а не на лифте, не смотреть это телешоу, но вместо этого прогуляться с собакой. Важны две вещи. Это действие реализуется немедленно после решения, без подготовки, рассмотрения или внутреннего длительного убеждения. Вы делаете то, что вы решили – бодро, без негативных эмоций.

⁸Оккультации укрепляют ментальную волю, уменьшает склонность к пассивности и негативности. Эти упражнения могут выполняться так часто, как вам нравится. Они особенно ценны, ибо делая их, мы можем улучшить наши отношения с другими людьми. Мы можем позволить негативности и агрессивности других быть «ментальными стенками», против которых мы тренируем нашу позитивную волю – оставаясь спокойными и неизменно вежливыми, несмотря на жестокое обращение в отношении нас. Это тренировка воли к единству.

⁹(5) *Зарядка*. Самое большее в течение одной минуты вы концентрируете свое внимание на определенном позитивном понятии или качестве и одновременно представляете себе, что вы переносите эту концентрированную энергию к объекту или действию. Потом вы обращаете внимание на что-то другое.

¹⁰Эффект упражнения так же реален, как и перенос энергии – согласно закона утверждающего, что энергия следует за мыслью. Мысль о силе есть сила и дает силу. Используя это, вы улучшаете окружающих и себя. Заряд сохраняется длительное время и подкрепляется повторными усилиями. Новый контакт или просто ассоциация мысли с заряженной вещью вызывает положительное понятие в сознании заряжающего человека в соответствии с законом, гласящим, что все вещи являются символами. Таким образом, вы можете окружить себя множеством станций ментальной силы, излучающих положительную энергию всех видов. Используя положительную энергию вы можете заряжать подарки, услуги, рукопожатия, все что угодно.

¹¹Только одно предупреждение: не давайте никакой энергии «недостойным», злым людям, которые платят злом за добро. «Любовь есть безличная энергия» – аксиома в эзотерике. Это подразумевает, среди прочего, что нашими энергиями любви, если они достаточно сильны, мы усиливаем различные тенденции, уже существующие в человеке, которые могут заряжаться. Если они преимущественно отрицательные, то именно они будут наиболее усилены, как солнечные лучи вызывают красивые цветы для роста, но

также и чертополох.

¹²(б) *Самовоспоминание*. Вы помните то, что было сказано об этом в главе 9.6. Заключите договор с самим собой на самовоспоминание, скажем, три раза в день, по крайней мере, три минуты за один раз. Если вы считаете это слишком маленьким обязательством, просто посмотрите, сможете ли вы выполнить его даже в течение недели. Это очень тяжелая работа, но необходимая, если ваша цель – достичь самосознания.

¹³Тем не менее, вам придется проводить собственные эксперименты, чтобы убедиться, почему лучше помнить себя, чем не делать это. Вы найдете, что лучший метод – это сравнить состояния сознания: вы всегда движетесь из состояния относительного бодрствования или самосознания в состояние относительного сна или механичности и наоборот. Например, спросите себя о том, в отношении чего вы сожалеете о том, что сделали это: мог ли я когда-нибудь сделать это в состоянии самовоспоминания?

¹⁴Требуется некоторое время, чтобы обрести умение помнить себя. В некотором смысле это похоже на обучение езде на велосипеде: каждый нормальный человек может сделать это. Это невозможно сделать сразу, но внезапно навык появляется. Однако, в отличие от езды на велосипеде вы должны восстанавливать навык каждый раз, когда вспоминаете о себе. И требуется некоторое время, чтобы научиться ощущать разницу между воображением о самовоспоминании и реальным самовоспоминанием. То же самое – разница между воображением о работе и реальной работой. Реальное самовоспоминание имеет странную особенность, например, когда вы просыпаетесь однажды утром после сна в чужом доме: «Я здесь. Как странно!» В этом есть аспект повышенной жизненности, впечатления являются более яркими. Это также сопровождается спокойным, но сильным оптимизмом, таким как понимание у мистиков, что «все хорошо». Одна важная характеристика настоящего самовоспоминания состоит в том, что она никогда не мешает и не нарушает нормальные функции сознания, будь то мышление, чувство или движение. Это «выше» этих функций, не умаляет их качеств, а наоборот, повышает качество.

¹⁵Самовоспоминание имеет много степеней качества в возрастающей шкале. В конце концов вы научитесь «вкладывать в это все больше и больше», используя его в связи со все большим и большим количеством мыслей, наблюдая в нескольких направлениях, задействуя нескольких функций сознания одновременно: мышление, чувство, получение чувственных впечатлений и движение мышц с самоприсутствием и намерением. Как только вы откроете этот мир самовоспоминания, вы никогда не увидите конца его богатства.

Приведенный выше текст представляет собой девятый раздел книги «Объяснение» Ларса Адельсуга. Авторское право © 2004 и 2018 Ларс Адельсуг.

Последние исправления внесены 2020.06.01.