

РАДЖА-ЙОГА

Вчення йогинів про психічний світ людини

Читання 1. «Я»

В Індії людям, котрі прагнуть до присвяти в науку, названу «Раджа-йога», коли вони звертаються до вчителів-йогинів за наставленнями, викладають ряд уроків, що мають метою просвітити їх щодо природи їхньої істинної сутності й передати їм частину таємного знання, за допомогою якого вони можуть розвинути в собі свідомість свого істинного Я. Крім того, їм пояснюють, яким чином вони можуть позбутися помилкового і недосконалого знання про самих себе.

Поки прагнучий до присвяти не опанував цими первісними знаннями або, принаймні, поки ця істина не закарбувалася в його свідомості, подальші відомості йому не даються. Йогини стверджують, що поки людина не пробудилася й не усвідомила своєї дійсної сутності, вона не здатна розуміти джерело своїх сил і не здатна почувати в собі самій дію тої Волі, сила якої лежить в основі всього того, чому вчить Раджа-йога.

І вчителі-йогини не бувають задоволені, якщо прагнучий до присвяти створює собі тільки інтелектуальне розуміння про свою істинну сутність; вони наполягають на тому, щоб він відчував істинність цього розуміння, усвідомив би своє істинне Я, увійшов би в такий стан свідомості, у якому відчуття реальності Я робиться постійним і безперервним відчуванням, а свідомість істинного Я робиться переважною ідеєю навколо якої обертаються всі думки та дії.

До деяких з осіб, які вивчають Раджа-Йогу, свідомість їх істинного Я приходить спалахом блискавки у ту мить коли їхня увага з особливою інтенсивністю спрямовується на цю ідею. Іншим, навпаки, необхідно проводити довгий і важкий курс внутрішнього тренування, перш ніж вони придбають цю свідомість.

Учителі-йогини кажуть, що є два ступені в пробудженні свідомості реальної сутності людини. Перший ступінь, названий ними «Свідомістю Я», є повна свідомість реального існування, яка приходить до учня і змушує його знати, що він є реальна істота, яка має життя незалежне від тіла – життя, що триватиме незважаючи на руйнування тіла. Другий ступінь, названий свідомістю «Я єсьмь», є усвідомлення єдності зі світовим життям, споріднення й постійне зіткнення з усім життям, вираженням і невираженням. Ці два ступені усвідомлення Я приходять до усіх, хто шукає «шляхи». До деяких це усвідомлення приходить раптово, в інших з'являється потроху, наче світло зорі; до дуже багатьох воно приходить за допомогою вправ і практичних трудів «Раджа-йоги».

Перші знання, які вчителі-йогини викладають своїм учням і, які ведуть до першого ступеня присвяти, полягають у наступному: верховний розум всесвіту – Абсолют – виявився в істоті, яку ми називаємо людиною, причому людина представляє його вищий прояв на нашій планеті. Взагалі Абсолют проявляється в нескінченній кількості форм у всесвіті, включаючи сюди окремі світи, сонця, планети та інше. Багато з цих форм життя нам на землі зовсім невідомі й розум звичайної людини не може навіть скласти собі про них уявлення. Але ці перші уроки й не говорять нічого про ці неувяні для людини форми життя. Спочатку весь час присвячується розкриттю в розумі людини її істинної природи й сил. Перш ніж людина почне намагатися розкривати таємниці зовнішнього всесвіту, вона повинна опанувати внутрішнім своїм світом – царством своєї істинної сутності. Коли вона зробила це, вона може і повинна йти далі та прагнути придбати зовнішнє знання. Але вона повинна шукати ці знання як володар, котрий вимагає у природи розкриття її таємниць, а не як раб, котрий просить крихти зі столу знання. Тому, перше знання прагнучих до присвяти, має бути знанням своєї сутності – самого себе.

Людина – вищий прояв Абсолюту на нашій планеті – дивно влаштована істота, хоча зазвичай, ми мало розуміємо її дійсну природу. Людина містить у собі фізичний і духовний світ, усе від вищого до нижчого, як про це говорилося в наших книгах «Основи світоспоглядання індійських йогинів» і «Шляхи досягнення індійських йогинів». У своїх кістках і тілі вона представляє часто майже мінеральну форму життя, і справді, в її кістках, тілі й крові мінеральні речовини існують майже в незміненому вигляді. Фізичне життя тіла схоже на життя рослин. Багато з фізичних бажань і емоцій притаманні бажанням і емоціям тварин, і в нерозвиненій людині ці бажання та емоції переважають над вищою природою і пересилюють її настільки, що вона часто стає зовсім непомітною. Далі ж, людина володіє деякими властивостями, які належать винятково їй і якими не володіють тварини.

На додаток до душевних здібностей, властивих усім людям, існують ще й вищі здібності, сховані теж у всіх людях, але, які проявляються лише в деяких. Ці сховані здібності, проявляючись, роблять людину більш ніж людиною. Розвиток і розкриття цих схованих здібностей можливий для всіх, хто досяг потрібної стадії розвитку, і

прагнення до знання, або інтелектуальний голод, дуже часто виникає через, ніби тиск цих схованих здібностей, які розкриваються, тих, які прагнуть увійти у свідомість. Потім у людині є та дивна здатність, що називається волею і яку дуже погано розуміють люди незнайомі зі східною філософією або філософією йогинів – це сила Я, спадщина отримана при народженні від Абсолютного.

Але всі ці духовні та фізичні властивості, належачи людині, не становлять саму людину, і тому, перш ніж людина буде здатна мати речі належні їй, керувати ними і регулювати їхні дії, вона повинна пробудитися до усвідомлення самої себе; не знаючи себе, вона не може знати своїх знарядь. Вона має бути здатна розрізняти Я і не-Я, і це – перше завдання, яке постає перед людиною, яка прагне присвятити.

Істинне Я людини є божественна іскра, що посилається зі священного полум'я, це – дитя Божественного Батька; воно безсмертне, вічне, незнищенне і нездоланне. Воно володіє в собі силою, мудрістю і реальністю. Але, подібно дитині, яка містить у собі майбутню людину, розум людини не знає про свої приховані й потенційні властивості, не знає самого себе. Прокидаючись і розкриваючись до знання своєї істинної природи, людина проявляє ці якості й усвідомить, що дано їй Абсолютом. Коли істинне Я починає пробуджуватися, воно відокремлює від себе речі, які є тільки його атрибутами, але які воно у своєму напівпробудженому стані розглядало, як Я. Відкидаючи спочатку одне, потім інше, воно поступово відокремлює від себе всі не-Я, залишаючи істинне Я вільним від усіх його ланцюгів і приналежних йому атрибутів. Потім воно вертається до відкинутого і починає користуватися ним, як речами, що належать йому, але не складовими його самого.

Розглядаючи питання «що є істинне Я?», необхідно спершу розглянути, що людина зазвичай розуміє, коли вона говорить «Я».

Тварини не мають відчуття Я; вони усвідомлюють зовнішній світ, свої бажання, почуття й прагнення, але їхня свідомість не досягла ступеня самосвідомості, вони нездатні думати про себе, як про окремих істот і міркувати про свої думки. Вони не мають свідомість божественної іскри – Я або істинного себе. Але божественна іскра схована в усіх формах життя, навіть у найнижчих. В людині низького рівня, багато оболонок закривають її від світла, але проте воно завжди є. Воно спить у розумі дикуна й, поступово розкриваючись, починає проявляти своє світло. В людині, яка починає прагнути до знання, воно вже бореться з навколишньою темрявою, і його промені намагаються проникнути через матеріальні покриви. Коли істинне Я починає пробуджуватися від свого сну, його сновидіння поступово йдуть від нього і воно починає бачити світ як він є, і пізнавати самого себе, яким воно є насправді, а не в тих перевернутих образах, які йому показували його сни.

Дикун або варвар погано усвідомлює своє Я; він стоїть лише трохи вище тварини відносно свідомості і його Я майже винятково поглинене свідомістю нужди і потреби тіла, задоволенням прагнень і пристрастей, досягненням особистої безпеки, прагненням до примітивного прояву влади. В дикій людині, Я перебуває в низькій частині інстинктивного розуму і якби дикун міг аналізувати свої думки, він сказав би, що Я – це його фізичне тіло, причому його тіло має почуття, потреби та бажання. Я – такої людини є фізичне Я, тіло представляє форму і речовину цього Я. І це вірно не тільки щодо дикуна, але навіть серед так званих цивілізованих людей нашого часу ми бачимо дуже багатьох на цій стадії розвитку. Вони розвинули свої розумові та логічні здібності, але не вміють жити «усередині своїх розумів», як живуть інші; вони користуються своїми розумовими здібностями тільки для задоволення тілесних бажань і пристрастей, і живуть винятково у площині інстинктивного розуму. Такі люди можуть говорити про «свій розум» і «свою душу» не зверху, як дивиться на розум і душу людина, котра осягла істинне Я, а знизу, з погляду людини, котра живе у площині інстинктивного розуму і, яка бачить над собою душевні та розумові атрибути, як вищі властивості його Я. Для таких людей, Я є тіло; їх Я зв'язане їхньою почуттєвою природою і тим, що доходить до них через органи почуттів. Зрозуміло, людина, ідучи вперед шляхом культури та цивілізації поступово виховує свої почуття і починає задовольнятися тільки більш витонченими речами, тоді як менш культурна людина задовольняється лише самими матеріальними й грубими насолодами.

Дуже багато чого з того, що ми називаємо культурою, є тільки культура більш витончених форм розумової насолоди, а зовсім не реальний рух шляхом розкриття внутрішніх форм свідомості. Правда, що люди, які вивчають окультизм, мають розвиток здібностей, які часто перевищують здібності звичайної людини, але в таких випадках почуття культивувалися увесь час під верховенством волі й стали слугами Я, замість того, щоб бути перешкодами на шляху до прогресу; вони підлеглі Я, тоді як колись вони панували над ним.

Підвищуючись у своєму розвитку, людина починає здобувати інше уявлення про своє Я. Вона починає користуватися своїм глуздом і розумом і, починаючи жити більше у ментальній площині, дає можливість своєму розуму виявити його інтелектуальну силу. При цьому людина знаходить, що в ній є щось більш високе, ніж тіло; вона знаходить, що її розум набагато більш реальний, ніж тілесна її природа, і під час глибокого міркування й вивчення, людина майже здатна забути про існування свого тіла.

На цій, другій стадії, людину оточує багато незрозумілих проблем. Вона зустрічає питання на які не може відповісти і тільки-но їй здається, що вона відповіла на них, проблеми встають перед нею у новому й більш важкому вигляді, і їй доводиться «пояснювати своє пояснення». Розум, навіть коли ним не цілком володіє воля і не цілком контролює його дії, має величезні здібності, і перед ним перебуває дуже широке поле досягнень. Але саме тут людина знаходить, що вона постійно ходить по колу і безупинно відчуває, що її з усіх боків оточує непізнане. Це дуже бентежить її, і чим більшого вона досягає в області «книжкового знання», тим більше зростає її зніяковілість. Людина невеликого знання не бачить існування багатьох проблем, які насильно вриваються у свідомість людини великого знання і вимагають пояснення. Муки людини, яка досягає високого ступеня розумового росту, ті муки, які змушують її бачити нові проблеми та неможливість їхнього вирішення, – ці муки не можуть бути уявлені людиною, яка не досягла цієї стадії розвитку.

На цій стадії свідомості, людина думає про своє Я, як про розум, що має в тілі наче нижчого товариша. Вона відчуває, що далеко пішла уперед, але в той же час усвідомлює, що її Я не дає їй відповіді на всі загадки та питання, які мучать її. Вона відчуває себе дуже нещасною, і такі люди часто стають песимістами й розглядають своє життя як одне зло та розчарування – скоріше прокляття ніж благословення. Песимізм належить цій стадії розвитку; ні над людиною, поглиненою чисто матеріальними інтересами, ні над людиною духовною, не тяжіє це прокляття песимізму. Перша, тобто людина поглинена фізичним життям, не має таких неспокійних думок; вона майже цілком занурена у задоволення прагнень своєї тваринної природи. З іншого боку, людина духовна визнає свій розум скоріше лише своїм знаряддям, а не ототожнює себе з ним; вона знає, що розум – це дуже недосконале знаряддя, яким вона змушена користуватися на даній стадії свого розвитку. Ця людина знає, що в ній самій перебувають ключі до всього знання, що ці ключі лежать у її Я, і що розвинутий розум, підданий належному тренуванню та культурі під керівництвом пробудженої волі, може знайти ці ключі і скористатися ними. Знаючи це, людина, яка йде вперед, не зводиться, але прагне пізнати свою істинну природу і її можливості. Пробуджуючись поступово до свідомості своїх сил і здібностей, вона сміється над своїм колишнім розчаруванням, над песимістичними ідеями й відкидає їх, немов зношений одяг. Людина на ментальній площині, яка не досягла ще духовного розвитку, як говорять на Сході, схожа на величезного слона, який не знає своєї сили і вважає себе маленьким звірятком. Він може зламати всі перешкоди перед собою і стати переможцем майже в усіх умовах і обставинах, але не знаючи своїх справжніх умов і своєї сили, він може підкоритися речам нескінченно слабким, подібно тому, як слон підкоряється маленькому погоничеві або лякається шумливого клаптика паперу.

Присвята полягає в тім, що людина переходить із чисто розумової площини на духовну площину. Вона відчуває при цьому, що її істинне Я – є щось, що стоїть вище тіла й розуму, і що це Я може користуватися і тілом, і розумом, як своїми знаряддями або приналежностями. Цього знання не можна досягти чисто інтелектуальними міркуваннями, хоча подібні зусилля розуму часто бувають необхідні, щоб сприяти духовному розвитку і вчителі-йогини відводять їм певне місце. Але справжнє знання з'являється, як особлива форма свідомості. Людина раптом у самій собі пізнає своє істинне Я, і досягши цієї свідомості, вона тим самим уже переходить у лави присвячених. Коли посвячений переходить до другого ступеня свідомості й починає ясно усвідомлювати своє споріднення із цілим, тоді він починає відчувати істинне розширення свого Я і перебуває на шляху до досконалого знання.

У цьому читанні ми маємо намір указати читачам методи розвитку здатності відчувати це Я, досягати першої стадії розвитку «свідомості Я»; ми наведемо цілий ряд вказівок для тренування розуму. Читач знайде, що уважне й свідоме виконання наведених вказівок неодмінно мусить розкрити в ньому достатню ступінь свідомості Я і допомогти йому перейти до більш високих щаблів розвитку й сили. Усе, що необхідно для людини, яка прагне до присвяти – це відчути усередині себе зорю пробудження свідомості, почати відчувати істинне своє Я. Вищі стадії свідомості Я приходять поступово, позаяк людина вступила на цей шлях, то руху назад уже бути не може; можуть бути зупинки, але реальної втрати того, що досягнуто на шляху ніколи трапитися не може.

Ця свідомість Я навіть у її зовнішній формі є тільки попередній крок до того, що називається «просвітленням» і що означає пробудження присвяченого до свідомості його істинного зв'язку із Цілим, його стосунку до Цілого. Прояв усієї сили й блиску Я, є лише слабке відбиття світла, яке людина побачить в особливому стані, названому «просвітленням». Присвята є пробудження душі до знання її істинної істоти; просвітлення є розкриття істинної природи душі і її споріднення із Цілим. Після першої зорі, коли досягнута свідомість Я, людина більше здатна зрозуміти, які засоби необхідні для розвитку свідомості до ще більш високих ступенів; більше здатна користуватися схованими в ній силами, управляти своїм душевним і розумовим станами, проявляти центр свідомості та впливу, що йде через неї у зовнішній світ, бо цей вплив завжди прагне знайти шлях до свого здійснення і шукає таких центрів навколо яких він міг би обертатися.

Людина повинна стати володарем самої себе, перш ніж вона може сподіватися виявити який-небудь вплив на світ або на людей поза собою, і немає ніякої більш легкої дороги до внутрішнього розкриття і до досягнення

могутності. Кожна людина повинна пройти весь шлях, крок за кроком, повинна пройти його своїми власними зусиллями, але їй можуть допомагати і допомагають ті, які вже пройшли цим шляхом раніше за неї, які знають і бачать мить, коли людині потрібна рука допомоги, що може підтримати її у небезпечному місці.

Ми звертаємо увагу читачів на наступну важливу обставину щодо вказівок, що даються нами нижче. Не можна зневажати жодною найменшою частиною цих вказівок, бо ми дали тільки те, що абсолютно необхідно і прагнули викладати все якомога коротко. Будьте уважні й дотримуйтеся суворо всіх вказівок. Необхідно зрозуміти всі викладені ідеї, перш ніж можна буде йти далі, і наведені розумові вправи мають бути зроблені не тільки тепер, але й на багатьох етапах шляху, поки не буде досягнута повна присвята і просвітлення.

Правила та вказівки, призначені у допомогу людині, прагнучій присвяти

Перші наставлення, що даються особам прагнучим присвяти, призначені для того, щоб розбудити розум до повного відчуття і усвідомлення індивідуальності їх Я. Людину вчать послабляти напругу її тіла, заспокоювати свій розум і міркувати про своє Я доти, доки істинна ідея ясно не встане перед її свідомістю. Ми наводимо тут вказівки для отримання бажаних, фізичного і розумового станів, у яких тільки й можна практикувати медитацію та концентрацію. Про медитацію буде говоритися при описі подальших вправ і читач повинен докладно познайомитися з усіма наведеними даними.

Стан медитації. Якщо можна, усамітніться в спокійному місці або окремій кімнаті, де вас не можуть переривати, так, щоб ваш розум почував себе в цілковитій безпеці й зовсім спокійним. Звичайно, ідеальні умови не завжди можуть бути досягнуті, але у всякому разі необхідно зробити все можливе для досягнення найкращих умов. Ідея полягає в тім, щоб мати можливість якнайдалі піти від усіх вражень розваг. Людина повинна бути на самоті з собою – у спілкуванні зі своїм істинним Я.

Дуже добре сісти в спокійне крісло або взагалі на м'яке сидіння так, щоб можна було розслабити всі м'язи й відпустити напругу нервів. Людина повинна мати можливість ніби розпустити все своє тіло і зробити всі м'язи вільними від напруги доти, доки її тіло не одержить повного спокою та відчуття відпочинку й заспокоєння. Точно так само, як і тіло, повинен стати зовсім спокійним і розум; ця умова необхідна, особливо на перших стадіях практики, і зовнішня обстановка, зручне положення та інше, сильно сприяють досягненню цієї умови. Але опісля, коли людина вже придбала достатнє панування над собою, вона буде здатна досягати фізичного і розумового спокою завжди, коли захоче, в усяких умовах і у всякій обстановці.

Але вона повинна остерігатися, щоб у зазначеному положенні не перейти у сонний стан, а також, щоб звичка до медитації не була мимовільна, і щоб людина не опинилася зануреною у глибокі відсторонені міркування тоді, коли їй потрібно займатися повсякденними життєвими справами. Пам'ятайте це. Стан медитації має бути цілком під контролем волі й у нього потрібно вступити лише цілком довільно і у належну мить. Воля повинна володіти цим станом так само, як і всіма іншими душевними станами. Люди, які прагнуть до присвяти, не повинні ставати мрійниками, які бачать сни наяву; навпаки, вони повинні бути людьми, які цілком володіють собою і мають повний контроль над своїми думками, почуттями, настроями і станами. Усвідомлення Я, коли вона розвинулася внаслідок медитації і концентрації, незабаром стає постійним змістом свідомості, і тоді вже немає ніякої потреби викликати її штучною медитацією, і в миті появи сумнівів або тривоги, воля завжди може знищити тривожний стан, спрямувавши фокус уваги на свідомість Я, причому цього можна досягти, не переходячи в стан медитації.

Відчуття Я. Перш ніж вивчити істинну природу Я, необхідно познайомитися з реальністю цього Я. Це перший крок. Знайомство з реальністю Я досягається в такий спосіб. Нехай читач, який бажає проробити описувані досвіди, приведе себе у стан медитації, як зазначено вище. Потім, нехай він сконцентрує свою увагу на своєму індивідуальному Я, відігнавши всі думки про зовнішній світ і про інших людей. Нехай він утворить у своєму розумі ідею себе, як реального явища, як справжньої істоти, як індивідуального центру, сонця, навколо якого обертається світ. Він саме повинен бачити себе як центр, навколо якого обертається світ. Нехай ніяка удавана скромність або почуття власної незначності не заважає перейнятися йому цією ідеєю, бо в цій ідеї немає нічого, що заважало б іншим людям вважати себе такими ж центрами. Людина безперечно є центр свідомості; таким її зробив Абсолют, і в даний момент вона пробуджується до усвідомлення цього факту. Поки Я не визнало себе центром думки, впливу і сили, воно не буде здатне виявити цих якостей і воно буде здатне виявити ці властивості пропорційно усвідомленню себе, як центру. Немає ніякої потреби, щоб людина порівнювала себе з іншими або представляла себе вище або нижче інших. Такі порівняння тільки перешкоджають їй і вони дійсно неварті Я, яке розвивається, бо вказують скоріше на недолік розвитку, ніж на його висоту. У стані медитації потрібно просто відкинути всі міркування про відносні якості інших і намагатися тільки відчувати той факт, що ви – центр свідомості, центр сили, центр впливу й думки, і що так само, як планети обертаються навколо сонця, так і ваш світ обертається навколо вас, як центру.

І немає необхідності вам сперечатися із собою або з ким-небудь іншим з цього приводу, або прагнути переконувати себе в його істинності шляхом інтелектуального міркування. Реальне знання не приходить у такий спосіб. Воно приходить у формі внутрішнього відчуття істини, що поступово проникає у вашу свідомість шляхом медитації і концентрації. Тримайте в собі цю думку про себе, як про центр свідомості, впливу і сили, бо це – окультна істина, і чим більш яскраво ви будете відчувати цю істину, тим більше ви будете здатні проявляти цю якість.

Яким би не було скромним ваше становище, яка б не була ваша доля, які б ви не відчували недоліки своєї освіти і виховання, проте, ви повинні відчувати, що ви не поміняєтеся вашим Я з найщасливішою, розумною або людиною, яка досягла високого становища на землі. Ця думка може здатися неправильною, але подумайте хвилину і ви побачите, що ви маєте рацію. Коли ви кажете, наче хотіли би бути тією або іншою людиною, ви насправді маєте на увазі, що хотіли б мати її ступінь розуму, сили, багатства або становища. Те, чого ви хочете, належить їм або схоже на те, що вони мають, але ви ніколи, на жодну мить, не побажали б помінятися своєю особистістю з ними, обміняти себе на них. Подумайте про це хвилину; бути іншою особою – це значило б припинити бути собою. Ваше істинне Я перестало б існувати, ви були б не ви, а хтось інший.

Якщо ви можете схопити цю ідею, то ви побачите, що ніколи ви не погодилися б на таку зміну. Зрозуміло, такий обмін особистостями неможливий; ваше Я не може бути знищене; воно вічне й буде вічно існувати, досягаючи усе більш і більш високих становищ. Але при цьому ваше Я завжди буде залишатися тим же самим Я. Як ви змінюєтеся з самого раннього дитинства, та залишаєтеся все тією ж самою людиною, так і ваше Я завжди залишається одним. Якого би високого ступеня сили, знання, досвіду й мудрості ви не досягли, ваше Я завжди буде з вами; Я є божественна іскра і вона не може бути погашена.

Більшість людей на даній стадії розвитку мають лиш дуже слабке уявлення про реальність свого Я. Вони погоджуються, коли їм говорять про їх існування, але самі вони усвідомлюють себе, як істоту, яка п'є, живе, спить – як вищу форму тварини. Вони ще не пробудилися до усвідомлення свого Я як реальності. Це має прийти до них згодом, як приходить до всіх людей, які стають центром впливу і сили. У деяких людей ця свідомість пробуджується частково, причому вони самі не цілком розуміють її значення; вони відчують, що в них є якась правда і вже цим одним вони виходять із лав звичайних людей і стають більш сильними для прояву добра або зла. Дуже часто це буває негативним явищем, бо часто ця «свідомість» без повного знання, може принести більше шкоди, ніж користі, і самій людині, і її навколишнім.

Вивчаючий окултизм повинен міркувати про своє Я, визнавати його і відчувати його центром. Це його перше завдання. Запам'ятайте у своєму розумі слово «Я» у цьому сенсі й у цьому розумінні, і нехай воно глибоко проникне у вашу свідомість, стане ніби частиною вас, і коли ви вимовляєте слово «Я», ви повинні подумки малювати собі картину свого Я, як центру свідомості, думки, сили та впливу. Намагайтеся бачити себе оточеним вашим світом; куди ви йдете, туди йде центр вашого світу; ви є центр, і все зовнішнє обертається навколо цього центру. Це перший великий урок на шляху до присвяти; запам'ятайте його і намагайтеся не забувати.

Учителі-йоги кажуть, що усвідомлення Я, як центру, може бути прискорено зануренням у мовчання або в стан медитації та повільним повторенням, цілими годинами, свого імені. Ця вказівка має на меті змусити розум сконцентруватися на ідеї Я, і багато випадків таких перших пробісок внутрішньої присвяти були результатом такої практики. Багато самостійних мислителів, самі натрапляли випадково на цей метод без того, щоб їх хто-небудь учив йому. Дуже помітний приклад представляє лорд Теннісон, який досяг великого ступеня внутрішнього розкриття подібним чином. Він повторював багато й багато разів своє власне ім'я, щораз міркуючи про свою особистість, і він розповідає, як він поступово почав усвідомлювати свою особистість, знати свою природу і своє безсмертя. Коротше кажучи, він пізнав себе, як реальний центр свідомості.

Ми дали читачам ключі до першої стадії, медитації і концентрації. Перш ніж іти далі, ми хочемо навести вислів одного з учителів древньої Індії. Він каже щодо цього: «Коли душа бачить себе, як центр оточений своєю окружністю, коли сонце знає, що воно сонце і, що воно оточене планетами, які крутяться, – тоді душа готова для сприйняття мудрості й сили Вчителів».

Значення незалежності Я від тіла. Багато з людей виявляють, що повному усвідомленню реальності їх Я їм заважає (навіть тоді, коли вони почали схоплювати правильно ідею) постійне змішання реального Я з відчуттями фізичного тіла. Це камінь спотикання, який, проте, легко перемогти медитацією і концентрацією. Незалежність Я від тіла часто стає очевидною вивчаючому Йогу ніби миттєво, коли він поринає в медитацію, взявши за основу своїх міркувань правильну ідею.

Вправа робиться в такий спосіб. Занурюють себе у стан медитації і думають про себе, про своє істинне Я, як про істоту незалежну від тіла, але, яка користується тілом наче оболонкою і знаряддям. Думайте так само про тіло, як ви можете думати про одяг; намагайтеся засвоїти ідею, що ви можете залишити тіло й все ж залишитися тим же самим

Я; малюйте собі, що ви робите це, і дивіться наче зверху на своє тіло; думайте про тіло, як про оболонку, яку ви можете скинути не наносячи ніякої шкоди своїй особистості; думайте про себе, як про істоту, яка скоряє і підпорядковує собі тіло, яке ви займаєте і яким ви користуєтеся для найкращих цілей, роблячи його для цього здоровим, сильним і бадьорим, але натомість, на жодну хвилину не забувайте, що це лише оболонка або «шкаралупа» вашого істинного Я. Думайте про тіло, як про складене з атомів і клітин, які безупинно міняються й тримаються разом тільки силою вашого внутрішнього Я, і не забувайте, що ви можете зміцнити цю силу дією своєї волі. Намагайтеся перейнятися ідеєю, що ви просто живете в тілі, користуєтеся ним для своєї зручності, точно так само, як ви користуєтеся будинком.

Міркуючи далі, намагайтеся зовсім забувати про тіло так, щоб ваша думка завжди виходила з вашого Я. Думайте, що ви вже навчилися відчувати «себе», і тоді ви поступово виявите, що ваша істинна особистість, ваше Я, є щось досконале, окреме від тіла. Тоді ви будете говорити «моє тіло», надаючи цим словам зовсім іншого значення, ніж зазвичай. У вас почне зникати уявлення про те, що ви фізична істота, ви будете відчувати себе вище тіла і відчувати тіло, як щось окреме від вас. Але ця нова думка, нове відчуття, ні в якому випадку не повинне змусити вас зневажати своїм тілом; ви повинні дивитися на тіло, як на храм духу, піклуватися про нього і намагатися зробити його найкращим житлом для Я. Не лякайтеся, якщо під час медитації ви раптом відчуєте, начебто перебуваєте поза тілом і вертаєтесь в нього, коли закінчуєте свою вправу. Це – одне із частих і звичайних відчуттів. Я здатне (особливо Я досвідчених окултистів) ширяти високо над предметами, доступними тілу. Але зв'язок Я з тілом ніколи не розривається. Воно просто начебто визирає з вікна, дивиться на те, що відбувається зовні й знову вертається у будинок, коли захоче. Воно навіть не залишає кімнати, а тільки висуває свою голову й дивиться на те, що відбувається на вулиці. Але ми не радимо учням пробувати створити штучно таке відчуття; ми лише хочемо сказати, що його не потрібно боятися, коли воно прийде природним шляхом під час медитації.

Знаходження свідомості безсмертя і непереможності Я. Більшість людей, які живуть на землі, так чи інакше приймають на віру ідею безсмертя душі, але далеко не всі знають той факт, що душа може довести своє безсмертя. Учителі-йогини щодо цього дають прагнучому до присвяти таку настанову: учень занурює себе в стан медитації або принаймні в замислений стан духу і потім намагається уявити себе самого «мертвим», тобто він намагається створити розумовий образ себе, як мертвого. Спочатку ця думка анітрохи не дивує його; йому здається, що уявити себе мертвим зовсім не важко, але справа в тому, що це зовсім неможливо, бо внутрішнє Я абсолютно відмовляється підтримати таке припущення – уявити себе мертвим. Спробуйте це самі і ви зрозумієте, що ви в змозі уявити собі своє тіло, яке лежить тихо, нерухомо й мляво, але в той же час ви відкриєте, що ви наче стоїте поруч і дивитеся на своє тіло. У такий спосіб ви побачите, що ви зовсім не мертві, навіть в уяві, хоча б ви уявляли собі мертвим ваше тіло. Або, якби у своїй уяві ви відмовилися відокремити себе від тіла, ви можете думати про своє тіло як про мертве, але ви ж бо самі, хто відмовляється покинути це тіло все ж таки живі й визнаєте тіло чимось відмінним від свого істинного Я. Словом, як би ви не намагалися затвердити у своєму розумі цю ідею, ви не можете уявити собі себе мертвим. Я завжди буде наполягати на тому, що воно живе, як би його не намагалися переконати у зворотному. У такий спосіб виявляється, що воно має в самому собі почуття впевненості у своєму безсмерті. У деяких випадках сну або втрати пам'яті, що є результатом удару або відбувається при прийманні наркотичних і анестезуючих речовин, свідомість начебто поринає в повну порожнечу, але, проте, завжди зберігається усвідомлення Я про безперервність існування. Ми легко можемо уявити себе в несвідомому стані або сплячими; нам зрозуміла можливість такого стану. Але розум наш зовсім відмовляється уявити собі бездіяльним або мертвим наше Я. Цей дивний факт, що душа сама несе в собі свідчення свого безсмертя, є чудове явище, і людині потрібно досягти вже значного ступеню внутрішнього розкриття, перш ніж вона зможе зрозуміти повне значення цього факту.

Учневі рекомендується досліджувати всі наведені положення шляхом медитації і концентрації, бо для того, щоб Я могло знати свою істину природу і свої істинні можливості, воно має усвідомити як факт те, що воно не може бути ні знищене, ні вбите. Воно має знати, що воно є, перш ніж воно зможе виявити свою природу. Тому, не залишайте цю частину навчання доти, доки ви зовсім не опануєте нею, і дуже важливо, час від часу, вертатися до нього для того, щоб ще сильніше запам'ятати в розумі факт безсмертя й вічної природи Я. Навіть найслабші проблески свідомості цієї істини дають людині збільшене почуття сили та влади, і ви зрозумієте, що найвище Я, наче розширюється і росте, і ви є центром більш могутнього кола. Для цього необхідно засвоїти цю ідею.

Наступна вправа дуже важлива для придбання свідомості непереможності Я і його переваги над усіма елементами.

Перейдіть у стан медитації та уявіть собі своє Я поза тілом; дивіться на те, як воно без усякої шкоди для себе проходить через випробування повітрям, вогнем і водою. Коли усунуто тіло, то душі, виявляється, ніщо не заважає вільно носитися в повітрі, ширяти мов птах, або мандрувати в ефірному просторі. Внутрішньою свідомістю можна бачити, як вона спокійно і без усякої шкоди проходить через вогонь, навіть не відчуваючи його, бо елементи можуть

впливати лише на фізичне тіло й не можуть вплинути на реальне Я. Подібним же чином можна уявити собі, як душа проходить через воду, не відчуваючи ні небезпеки, ні шкоди.

Це міркування незабаром дасть вам відчуття переваги й сили та повідомить вам щось про природу істинного Я. Правда, що поки ви укладені в тіло, а тілу елементи можуть завдати шкоди. Але знання, що істинне Я вище, ніж тіло, вище, ніж елементи, які можуть шкодити йому; що цьому Я не може бути нанесено ніякої шкоди; що воно не може бути вбите – знання це дивне і сприяє розвитку у вас повної свідомості Я. Бо ви – істинне Я, ви не тіло. Ви – дух. Я – нездоланне і безсмертне, і йому не може бути нанесено ніякої шкоди. Коли ви приходите до ясного усвідомлення та відчуття цього факту, ви відчуваєте незвичайний приплив сили і влади, який неможливо описати. Усякий страх спадає з вас, як зношений одяг; ви відчуваєте, що ви начебто заново народилися. Розуміння цієї думки покаже вам, що всі речі, яких ви боялися, не можуть заподіяти ніякої шкоди вашому істинному Я і повинні задовольнятися тим, що іноді можуть наносити яку-небудь шкоду фізичному тілу. І навіть від фізичного тіла всі небезпеки можуть бути відсторонені правильним розумінням і застосуванням волі.

У наступному читанні ми пояснимо читачам, яким чином відокремити Я від механізму розуму і переконатися в пануванні вищої свідомості над розумом точно так само, як ми усвідомимо свою владу над тілом і незалежність від нього. Це знання має бути збагнене учнем поступово. Необхідно твердо ставити ногу на сходинку, перш ніж робити наступний крок.

Гаслом нашого першого читання – є слово «Я», і учень прагнучий присвяти повинен якомога повніше проникнути в істинне значення цього слова, перш ніж він отримає можливість подальшого прогресу. Він повинен усвідомити реальність свого істинного існування, незалежного від тіла; він повинен бачити себе, як непереможну істоту, котра не боїться ні шкоди, ні смерті; він повинен бачити себе, як великий центр свідомості – як сонце, навколо якого обертається світ. Тоді до нього прийде нова сила, він буде відчувати спокій, дійсно відчувати свою силу, яка буде також очевидна всім, хто зіткнеться з ним; він буде здатний дивитися світу в обличчя, нічого не боячись, бо буде усвідомлювати істинне значення природи та сили свого Я. Він буде відчувати, що він є центр сили та впливу, що ніщо не зможе ушкодити його Я, і буде усвідомлювати, що які б життєві буревії не вибухнули над його особою – його істинне Я, його індивідуальність від них не постраждає. Подібно скелі, він буде стояти спокійно та нерухомо, які б буревії не бушували навколо. Так непохитно стоїть істинне Я серед усіх бур, що хвилюють і бентежать особистість. Людина буде знати, що в міру того, як вона усе ясніше усвідомлює істину природу свого Я, вона стає усе більш і більш здатною володіти цими буревіями і приборкувати їх.

За словами одного із учителів-йогинів, «Я – вічне; воно проходить без шкоди для себе через вогонь, повітря й воду. Меч не може ні вбити його, ні поранити; воно не може вмерти, всі випробування фізичного життя є для нього лише сновидіннями. Заглиблюючись у свідомість свого Я, людина може спокійно посміхатися на всі найбільші нещастя, які тільки може дати їй життя, і піднявши свою руку, вона може їм наказати повернутися у пільму, з якої вони вийшли. Велике щастя того, хто може з повним розумінням сказати «Я»».

Ми дуже рекомендуємо читачам оволодіти першими уроками; не потрібно втрачати завзяття, якщо успіх буде досягатися повільно. Не слід сумувати, якщо випадково робиться крок назад; наступного разу ви зробите два кроки вперед. Успіх і досягнення будуть вашими. Ви досягнете всього, чого хочете досягти; здійсніте все, що хочете здійснити. Мир вам.

Мантри (твердження) до першого читання

Я- центр. Навколо мене обертається мій світ.

Я – центр впливу і сили.

Я – центр думки та свідомості.

Я – безсмертний і незнищений.

Я – непереможний, і ніщо не може нанести мені шкоди.

Я

Читання 2. Розумова природа Я

У першому читанні ми дали вказівки й надали опис вправ, призначених для того, щоб пробудити учня до усвідомлення, як реальності істинного Я. Ми закінчили наші наставлення твердженням про реальність Я і описом засобів за допомогою яких учень може бути приведений до усвідомлення свого істинного Я, своєї незалежності від тіла і усього матеріального світу. Ми намагалися показати читачам, як вони можуть пробудити в собі усвідомлення реальності свого Я, його істинної природи, його незалежності від тіла, його безсмертя, непереможності й

неушкодженості. Наскільки це вам удалося, може судити тільки кожний читач сам по собі. Ми можемо вказати шлях, а що буде досягнуто на цьому шляху, залежить тільки від того, хто піде по ньому.

Але залишається ще дуже багато сказати щодо пробудження і усвідомлення Я. Дотепер ми говорили лише яким чином розрізнити матеріальну оболонку Я від самого Я. Ми спробуємо тепер показати вам, що у вас є істинне Я і що воно не має нічого спільного з тим, що ви маєте на увазі під цим словом. Але є ще подальший крок у цьому самоаналізі – набагато більш важкий крок: навіть тоді, коли людина вже пробудилася до усвідомлення своєї незалежності від тіла й матеріальних оболонок, вона змішує своє Я з нижчим початком розуму. Це – велика омана. Розум, у всіх своїх фазах і на всіх площинах свого прояву, є лише знаряддям істинного Я, а в жодному разі не саме Я. Ми постараємося пояснити цю ідею в даному читанні і у вправах стосовно нього. Наскільки можливо, ми будемо намагатися уникати метафізичної сторони питання й будемо обмежуватися тільки психологією йогинів. Ми не будемо торкатися теорії, не будемо намагатися пояснити причину, природу та мету існування розуму, як знаряддя для прояву Я. Замість цього ми постараємося вказати шляхи або способи, за допомогою яких людина може проаналізувати свій розум і сама вирішить, що є Я і що не-Я – в її психологічному апараті. Для розуміння даного питання немає ніякої необхідності захищати свій розум теоріями або метафізичними міркуваннями. Ідея може бути доведена набагато простіше, якщо лише людина підійде до неї із правильної сторони. Користуючись своїм розумом, ви можете розчленувати його і змусити його дати вам правильну відповідь на питання, що цікавить вас.

У другому й третьому читаннях нашої книги «Основи світопогляду індійських йогинів» ми вказували читачам на той факт, що людина містить у собі три ментальні початки, або три підрозділи розуму, які всі перебувають нижче площини духу. Я – є дух, а ментальний початок, яким ми користуємося для свого прояву у фізичному світі, належить до нижчого порядку. Бажаючи уникнути повторень, ми тільки коротенько нагадуємо читачам значення трьох початків у розумі людини.

Нижчою частиною розуму є те, що ми називаємо інстинктивним розумом. Цю частину свого розуму людина поділяє із тваринним світом. Це – перший початок розуму, і він є першим на шляху еволюції. У його нижчих фазах, в ньому ледь помітна свідомість і здається, що він складається із простих відчуттів; на своїх більш високих щаблях він вже майже досягає площини розуму або інтелекту. Як ми вказували, інстинктивний розум іноді різко, іноді непомітно переходить в інтелект, ніби зливаючись із ним. Інстинктивний розум робить дуже важливу роботу, направляючи і підтримуючи тваринне життя наших тіл і несучи на собі обов'язок підтримувати зовнішні сторони нашого існування. Він завідує постійною роботою лагодження і переробки наших тіл, обміном речовин, травленням, засвоєнням тощо – всім тим, що відбувається нижче площини свідомості.

Але це – тільки невелика частина роботи інстинктивного розуму. У цій частині розум представляється ніби складом усіх наших життєвих досвідів і не тільки наших, але й досвідів усіх наших пращурів на шляху еволюції. Усе, що залишилося у свідомості від первісних форм тваринного життя, до звичок, успадкованих нами від наших батьків – усе перебуває під контролем інстинктивного розуму. Всі сторони тваринних інстинктів (які у свій час і на своєму місці були необхідні для підтримки життя) залишили сліди у нашому інстинктивному розумі і ці сліди іноді заявляють про своє існування, під тиском якихось надзвичайних обставин, навіть тоді, коли нам здається, що ми вже давно переросли будь-яку можливість їхнього прояву. В інстинктивному розумі зберігаються сліди старих бойових інстинктів тварини, всі бажання, пристрасті, ненависть, заздрість, ревності та інше, – словом, усе те, що ми успадковували від минулого. Потім, інстинктивний розум є розум звичок, які всі складаються в ньому – великі та малі. Взагалі, інстинктивний розум має дивний зміст: у ньому так багато всього і так різноманітно все, що в ньому перебуває. Є багато речей, які здаються зовсім непотрібними і які насправді дуже корисні; і є речі, що здаються потрібними, і які насправді давно варто було б відкинути.

Інстинктивний розум також є центром, звідки виходять усі прагнення, пристрасті, бажання, інстинкти, почуття, відчуття та емоції. У тварин і у первісної людини інстинктивний розум не має над собою ніякого контролю, але в людини, яка розвивається в наш час, інстинктивний розум уже в значній мірі підлеглий вищим початкам розуму; у людини, яка досягає певного ступеню розвитку, уже з'являються вищі бажання – прагнення, які йдуть від вищих частин розуму. Інстинктивному розуму належать сліпі почуття, а також усі бажання тіла. Прагнення до фізичного володіння, пристрасті також належать цій області розуму.

Зауважте, що ми зовсім не засуджуємо діяльність інстинктивного розуму й не хочемо сказати, що його вплив у будь-якому відношенні шкідливий. Усе, що в ньому залягає, має своє місце; багато чого було необхідно в минулому, а багато чого необхідно дотепер для підтримки фізичного життя. Все правильним є на своєму місці; є почуття та емоції, які зовсім природні в істоті на певному ступені розвитку, але вони ж зовсім неправильні, коли володіють істотою, яка вже переросла їх. На жаль, дуже часто трапляється, що особистість не може відскіпатися від атрибутів, які їй уже давно не потрібні. У даний час ми зовсім не хочемо говорити про моральну сторону питання і згадуємо

про це лише для того, щоб читачі чітко бачили різні сторони розуму і розуміли їхнє значення. Ми хочемо, щоб читачі цілком чітко запам'ятали, що інстинктивний розум, належачи людині, ні в якому разі не є Я людини.

Наступним за порядком, над інстинктивним розумом іде те, що ми називаємо інтелектом, тобто та частина розуму, що міркує, аналізує, думає тощо. Намагаючись зрозуміти нашу книгу, ви користуєтеся цією здатністю, але зауважте, що ви користуєтеся нею, і що ця здатність не ви самі. Точно так само ваше Я відмінне й від вашого інстинктивного розуму, який ми тільки-но розглядали. Ви дуже легко відокремите себе від свого розуму, якщо подумаете про це хоч одну хвилину. Ми зовсім не хочемо займати вашу увагу докладним описом діяльності розуму, який ви знайдете в будь-якому елементарному курсі психології. Ми згадуємо про цю здатність людини, тобто, про інтелект і його значення, тільки для того, щоб допомогти читачам якомога чіткіше уявити собі, що інтелект є лише знаряддя істинного Я, а зовсім не саме Я, як багато хто собі малює.

Третій і вищий розумовий початок є те, що називається духовним розумом. Ця частина розуму майже зовсім невідома багатьом представникам сучасного людства, але інтерес до розглянутого тут питання вже показує, що в розумі читача цей початок досяг деякого розвитку. Кого ваблять теми і міркування з питання про дух, той уже не може бути далекий розвитку духу в собі самому. Ця область розуму є джерело того, що ми називаємо «генієм», «натхненням», «духовністю», і всього того, що ми вважаємо «вищим» у нашій психіці. Всі великі ідеї та думки проникають у нашу свідомість із цієї частини розуму; весь розвиток людства йде звідси; всі високі відсторонені ідеї, які приходили до людини на шляху її еволюційного розвитку, усе, що хилиться до ушляхетнення, до істинного релігійного почуття, до справедливості, до неогоїстичної любові, до милосердя, до симпатії – все це йде з духовного розуму, який повільно розкривається. Ідея братерства людства прийшла до людини таким же шляхом. Всі знання великих окультистів істин тільки цим шляхом могли досягти розуму людини. Усвідомлення Я, ідею якого ми намагаємося передати читачам у цих читаннях, іде до нас від духовного розуму, який прагне розкрити свій зміст нашій повсякденній свідомості.

Але навіть ця велика й дивна частина розуму є тільки знаряддям – незвичайно тонким і складним, але, однак, знаряддям істинного Я або істинною суттю людини.

Наприкінці цього читання ми маємо намір дати читачам вказівки для невеликого розумового тренування, яке допоможе їм відокремити Я від розуму або від його станів. У зв'язку із цим ми повинні сказати, що кожна частина розуму, кожний його прояв, кожна функція – по-своєму гарні й необхідні. Читач у жодному разі не повинен думати, що ми хочемо знецінити в його очах діяльність розуму; навпаки, ми прагнемо вказати, що лише користуючись своїм розумом, людина здатна досягати знання своєї власної природи і свого істинного Я. Ми саме говоримо, що поступовий прогрес через багато проміжних стадій може відбутися тільки шляхом розвитку й удосконалювання розумових здібностей людини.

Людина в цей час користується тільки нижчими і недосконалими частинами свого розуму, й усередині її духовного світу лежать більш незвідані терени, які далеко перевершують усе, про що лишень міг марити людський розум. І частиною завдань Раджа-йоги є допомога розкриттю цих вищих здібностей, відкриття нових областей духовного світу. Й тому, не обмежуючись тільки одним описом розуму і його діяльності, учителі Раджа-йоги прагнуть головним чином змусити визнати сили та можливості, закладені в розумі, і направити людину, яка вивчає Йогу, правильним шляхом до розкриття цих сил.

І тільки за допомогою розуму викладені тут вчення можуть бути досягнуті, зрозумілі й використані з найбільшою вигодою. Ми звертаємося прямо до розумів читачів і просимо ці розуми з інтересом розкритися перед тим, що зійде на них з їх власних вищих областей. Ми звертаємося до інтелекту й просимо його спрямувати всю свою увагу на цю незвичайно важливу справу. Це важливо для того, щоб інтелект не ставив перешкод істинам, готовим проникнути в нього з області духовного розуму, який знає Істину.

Тренування розуму

Створіть собі спокійну, тиху обстановку, щоб ви могли вільно міркувати на теми, які ми будемо перед вами ставити. Зустрічайте співчутливо пропоновані нами ідеї і нехай ваш душевний стан буде таким, щоб у вас легко могло проникати те, що чекає вас у вищих областях вашого власного розуму.

Ми хочемо звернути вашу увагу на деякі розумові враження й стани у певній послідовності, щоб ви могли усвідомити, що ці стани розуму – лише випадкові прояви вашого Я, а не ви самі. Це необхідно для того, щоб ви могли відсторонити їх і розглядати їх, як будь-яку іншу річ, якою ви користуєтеся. Ви не можете відсторонити від себе Я і розглядати його таким чином, але можна вивчати так різноманітні форми не-Я.

Перше читання дало вам можливість усвідомити ваше Я, як щось незалежне від тіла, що є лише знаряддям, яким користується Я. Ви тепер досягли того щабля, коли ваше Я представляється вам деякою розумовою сутністю –

клубком думок, почуттів, настроїв і т.п. Але ви повинні піти далі. Ви повинні навчитися відрізняти Я від цих розумових станів, які є знаряддями Я точно так само як і тіло і його кінцівки.

Почнемо з розгляду думок, більш тісно пов'язаних із тілом, і потім перейдемо поступово до вищих розумових станів.

Такі тілесні відчуття, як голод, спрага, біль, приємні почуття, плотські прагнення й т.п., навряд чи будуть помилково прийняті багатьма з вивчаючих Йогу за істотні властивості Я. Такі особи вже пройшли цю стадію і навчилися відсторонюватись, у більшому або меншому ступені, від цих відчуттів за допомогою зусилля волі й більше не є їхніми рабами. Не те щоб вони не зазнавали цих відчуттів, але вони звикли дивитися на них, як на випадковості фізичного життя – корисні на своєму місці, – але тільки в тому випадку, коли людина опанувала ними і не приймає їх більше за своє Я. І однак, для деяких людей ці відчуття настільки близькі до їхнього розуміння свого Я, що вони, думаючи про себе, уявляють себе тільки грудкою цих відчуттів. Вони не здатні подумки відійти від цих відчуттів убік і розглядати їх, як річ окрему від себе, таку річ, якою можна користуватися, коли це корисно й необхідно, але яку не можна прикріплювати до свого Я. Чим більше росте людина внутрішньо, тим більш далекими їй здаються ці відчуття. Це не означає, що вона не відчуває, наприклад, голоду. Зовсім навпаки, бо вона відчуває голод і задовольняє його у межах розумного, знаючи, що цим відчуттям фізичне тіло вимагає до себе уваги й що ця вимога повинне бути почута. Але – зауважте різницю – замість того, щоб почувати «я голодний», людина відчуває, що «її тіло» голодне, точно так само, як вона могла б усвідомлювати, що її кінь або собака голодні й наполегливо просять, щоб їх погодували. Читачі повинні чітко зрозуміти, що ми хочемо цим сказати. Ми хочемо сказати, що людина в цьому випадку більше не ототожнює себе, тобто своє Я, з тілом; отже, всі її думки, які зазвичай тісно пов'язані з фізичним життям, здаються їй відділеними від її ідеї Я. Така людина часто думає замість Я – «мій шлунок», або «моя нога», або «моє тіло». Тобто вона здатна майже автоматично думати про тіло і його відчуття, як про речі окремі від неї і тільки приналежні їй, про речі, які вимагають турботи й уваги, але які ні в якому випадку не становлять реальних частин її Я. І вона утворює ідею Я, як таку, що існує окремо від усіх цих речей – окремо від тіла і його відчуттів – і цим вона робить перший крок до усвідомлення істинного Я.

Перш ніж іти далі, ми просимо читача зупинитися на кілька хвилин і подумки пройти через усі відчуття тіла. Утворіть уявний обрис цих відчуттів і намагайтеся усвідомити, що це просто випадковості на даній стадії зростання та розвитку Я, але що вони зовсім не утворюють реальної частини Я. І в подальшому розвитку Я, вони можуть бути залишені позаду. Цілком може бути, що читачі давно вже утворили собі таке розумове поняття, але ми все ж знаходимо корисним просити їх зробити цю розумову вправу для того, щоб запам'ятати в розумі висловлені ідеї.

Усвідомивши, що вона може подумки ніби відставити убік ці відчуття, тримати їх на деякій відстані від себе й розглядати як щось «зовнішнє», людина подумки вирішує, що ці речі належать до не-Я. І вона подумки з'єднає їх з усім іншим, що стосується області не-Я. Ми спробуємо висловити цю ідею ще ясніше, навіть ризикуючи стомити читача повтореннями. Справа в тому, що ця ідея повинна дуже міцно закріпитися в розумі. Для того щоб бути здатною віднести дану річ до області не-Я, людина має розрізняти поділ Я і не-Я, і чітко бачити цей поділ у всіх випадках життя. Поки людина не може точно усвідомити, чого стосується дана річ, до Я або до не-Я, вона не повинна іти далі.

Далі людина має розглядати деякі зі своїх емоцій: гнів, ненависть, любов у її найбільш звичайних формах, ревності, гордість і сотню інших емоцій, що безупинно проходять у душі людини. І вона побачить тоді, що вона здатна відійти від кожної із цих емоцій убік і вивчати її збоку, розсікти їх, розкласти, проаналізувати, думати про них, як про річ окрему від себе. І вона отримає тоді можливість розуміти виникнення, розвиток і кінець усіх цих почуттів; викликаючи їх у пам'яті, вона буде спостерігати їх так, начебто вони проходили не в ній і не з нею, а з її другом. Вона побачить, що всі відчуті нею раніше почуття зберігаються в різних куточках її пам'яті, і вона може змусити їх усі пройти перед собою й показати їй себе. І тоді вона чітко побачить, що це не «вона», що це просто щось, що вона носить із собою у своїй пам'яті. І людина легко може уявити собі, що вона живе без цих почуттів і однак, залишається самою собою, зберігаючи те ж саме Я.

Уже один той факт, що людина може відійти від цих відчуттів і розглядати їх збоку, є доказом, що вони належать до світу не-Я – бо в цьому випадку діють ніби дві сторони. По-перше, ви, той, хто розглядає і міркує, і по-друге, те, що ви розглядаєте і про що міркуєте, тобто те, що є об'єктом вашого розгляду і обговорення. У такий спосіб до світу не-Я поступово переходять усі ці емоції, бажані й небажані. І область не-Я поступово росте, приймаючи загрозливі розміри.

Читач не повинен уявляти, що метою цих читань є боротьба з емоціями, хоча якщо наші вказівки допоможуть йому звільнитися від небажаних емоцій – тим краще. Але наша мета інша, бо ми просимо цього разу об'єднати бажані емоції з небажаними, головним чином для того, щоб допомогти читачеві усвідомити собі той факт, що Я вище всіх цих емоцій і незалежне від них настільки, що коли людина усвідомлює істину природу свого Я, вона може

повернутися назад і, як володар, користуватися речами, яким зовсім недавно служила, мов раб. Тому читачі не повинні боятися відкидати всі емоції, добрі й злі разом, в одну сторону, у бік не-Я. Ви можете повернутися до них, коли розумове тренування буде закінчено, і користуватися тими з них, які знайдете корисними. Скільки б ви не думали, що зв'язано тією або іншою емоцією, ретельний аналіз проте, покаже вам, що ці емоції стосуються області не-Я; бо Я існувало раніше, ніж виникла ця емоція, і буде існувати коли навіть слід її зникне з вашої пам'яті. Але головний доказ полягає в тому, що ви можете відокремити себе від цих емоцій, тримати їх ніби на деякій відстані від себе й розглядати їх збоку.

Переглянете всі свої почуття, емоції, настрої, намагаючись думати, що вони належать не вам, а вашому гарному другові або родичеві і ви побачите, що кожна із цих емоцій стосується не-Я.

Потім, переходячи до інтелекту, ви точно так само візьмете для розгляду всі розумові процеси й принципи. Якщо вам здається, що це неможливо, тоді візьміть яку-небудь гарну книгу по психології і ви навчитеся розкладати й аналізувати всі інтелектуальні процеси, визначати їх, ставити на них відповідні ярлики. Вивчайте психологію по якомусь гарному підручнику або загальному курсі, і ви побачите, як поступово будуть класифікуватися у вашому розумі всі розумові процеси і, як легко ви будете визначати їх, наче рослини по ботанічному показнику. Якщо це не задовольнить вас, візьміть якусь книгу з логіки і ви повинні будете припустити що можете тримати розумовий процес ніби на деякій відстані від себе, розглядати його сторони і говорити про нього з іншими. У такий спосіб ці дивні знаряддя людини – інтелектуальні сили – теж можуть бути віднесені до області не-Я, бо Я може стояти осторонь і розглядати їх – здатне відокремити їх від себе. Найчудовіша річ у всім цьому – те, що, допускаючи такий факт, ви разом із тим переконаєтеся в тому, що Я може користуватися цими розумовими здібностями для вивчення їх самих. Хто ж той володар, який змушує ці розумові здібності аналізувати самих себе? Володар розуму – це Я.

Досягаючи вищих областей розуму – навіть духовного розуму – ви будете примушені припустити що все, що переходить у свідомість із цієї області, може бути вивчене майже так само як усе, що ви раніше віднесли до області не-Я. Ви можете заперечувати й казати, що останні міркування не доводять, ніби можна розглядати як не-Я все, що йде від духовного розуму, – що серед цього можуть бути речі, які стосуються Я. Ми не будемо сперечатися про це, бо люди взагалі ще мало знають про духовний розум, окрім лише того, що він нескінченно вище й дуже мало схожий на те, що люди взагалі називають розумом. Але свідчення внутрішньо-просвітлених людей, тих, у кому розкрив свої дивні сили духовний розум, говорить нам, що навіть на найвищих сходах розвитку, у посвячених і навіть у Вчителів, завжди було відчуття, наче вище їхніх найвищих ідей у них все ж було Я, яке дивилося на ці ідеї зверху, мов сонце дивиться на озеро. Ці ж свідчення говорять нам, що найвища ідея Я є лише слабке відбиття того Я, яке пробивається через духовний розум, хоча духовний розум чистий і світлий, мов прозорий кристал, у порівнянні з нашими звичайними, тьманими й мутними розумовими станами. І найвищий розумовий стан – це тільки знаряддя Я, а зовсім не саме Я.

І однак, Я можна знайти в найслабших формах життя. Воно одушевляє навіть життя, котре здається несвідомим. Я – завжди перебуває незмінним. Його видиме зростання є тільки результат розумового розвитку індивідуума. Як ми описували в одному із читань книги «Шляхи досягнення», Я можна порівняти з електричною лампочкою, закритою декількома шарами прозорої тканини. Якщо знімати по черзі шар за шаром, то світло ставатиме поступово сильніше і яскравіше. І однак, воно саме не міняється; зміна складається лише у видаленні вкритих його оболонок, які затемнюють його. Ми зовсім не сподіваємося допомогти читачам усвідомити Я у всій його повноті – це недоступно людям навіть найвищого розвитку з живучих у цей час на землі. Але ми сподіваємося привести кожного із читачів до осягнення вищої ідеї Я, можливої для нього на цій стадії його розвитку. Процес усвідомлення Я полягає в поступовому відкиданні його оболонок, які воно вже переросло. Оболонки готові впасти і вимагають лише вмілого дотику для того, щоб відлетіти від людини. Ми бажаємо привести читачів до можливо більш повного (для них) усвідомлення Я, як реальності, для того, щоб вони стали справжніми індивідуальностями – розуміли б значення й зміст знарядь та інструментів, що перебувають у їхньому розпорядженні і мали би сміливість узяти ці знаряддя й працювати за їх допомогою.

Вертаємося тепер до тренування розуму. Після того, як людина переконається, що майже все, про що вона може подумати, стосується області не-Я – що це є лише знаряддя або інструмент, яким вона може користуватися – вона запитає: але що ж, урешті, не може й не має бути віднесене до області не-Я? І на це питання ми відповімо: тільки саме Я. І коли читач зажадає доказів, ми скажемо: «Спробуйте відокремити від себе Я і подивіться на нього збоку». Ви можете пробувати це хоч тисячу років, вам ніколи не вдасться відокремити від себе ваше істинне Я. Іноді ви можете думати, що вам удалося це зробити, але коротке міркування покаже вам, що ви відокремили від себе тільки деякі з ваших розумових властивостей або здібностей. Де ж у цьому процесі Я? Воно розглядає речі з боку. Ви повинні зрозуміти, що Я не може бути одночасно і тим хто розглядає і предметом, який розглядають – дослідником і досліджуваним предметом. Сонце не може світити на себе своїм світлом. Ви можете розглядати Я якої-небудь іншої

людини, але ваше Я – це той, хто розглядає. І ви не можете відійти убік, як Я, і розглядати себе, як Я. Тоді, що ж доводить нам, наче в нас є Я? Наступне: по-перше, те, що ви завжди усвідомлюєте себе, як те, що міркує і досліджує, а не відчуваєте себе розглянутою і досліджуваною річчю, а по-друге, те, що називається самосвідомістю. Що говорить нам наша самосвідомість? – «Я єсмь». Тільки це й більше нічого. Це все, що усвідомлює Я щодо себе: «Я єсмь». Але ця самосвідомість варта всього іншого, бо все інше – це лише не-Я, знаряддя, які Я може брати й користуватися ними.

Отже, при кінцевому аналізі ви знайдете, що існує щось, що Я не може відокремити від себе й розглядати збоку. Це щось і є саме Я – вічне і незмінне, крапля з великого океану духу, іскра священного полум'я.

Достоту так само, як ви не можете собі уявити ваше Я мертвим, ви знайдете неможливим і відокремити від себе Я і розглядати його збоку. Усе, що буде приходити до вас, буде тільки новим свідченням свідомості «Я єсмь».

Якби ви були здатні відокремити від себе Я для його розгляду, хто б, властиво, став його розглядати? Хто міг би розглядати його, крім самого Я? А якби воно було тут, то, як би воно могло бути там? Я не може стати не-Я навіть для найдикішого польоту фантазії; уява, з усією хвалою її свободою і силою визнає себе переможеною і відмовляється, якщо її просять зробити це.

Ми бажаємо нашим читачам скоріше прийти до істинного пізнання того, чим вони насправді є. Ми бажаємо їм якомога швидше усвідомити факт, що вони – сплячі боги, що в них перебувають усі сили всесвіту, які чекають лише слова, щоб проявитися в дії. Багато століть ви боролися за те, щоб досягти теперішнього становища і довгий шлях ще лежить перед вами перш ніж ви досягнете першого великого храму; але ви тепер вступаєте у свідому стадію духовної еволюції. Ваші очі тепер будуть відкриті; ви будете бачити весь ваш рух по шляху; починаючи з цієї миті, кожний крок буде робитися для вас усе яснішим і яснішим, усе більше і більше буде освітлюватися світлом вашої свідомості.

Ви перебуваєте в дотиканні з усім життям і відокремленість вашого Я від великого світового Я тільки гадана й тимчасова. Ми будемо говорити про ці речі в третім читанні, але перш, ніж ви зможете цілком засвоїти ці ідеї, ви повинні розвинути в собі свідомість Я; не дивіться на це, як на неважливу і несерйозну справу, не ставитесь іронічно до наших пояснень, хоча б вони й здавалися вам повторенням того самого. Ми вказуємо вам на велику істину. Намагайтеся додержуватися вказівок духу, який навіть тепер, у той час коли ви читаете це, прагне вас спрямувати шляхом досягнення. Обміркуйте все сказане в цьому читанні й практикуйтеся в розумовому тренуванні доти, доки ваш розум не схопить цілком його значення; потім намагайтеся, щоб зрозуміле вами значення дійшло до самої глибини вашої свідомості. Тоді ви будете готові для сприйняття подальших читань.

Практикуйте розумове тренування доти, доки у своєму розумі ви не будете цілком упевнені в реальності Я і в відносності не-Я. Тільки-но ви схопите цю істину, ви відразу побачите, що отримали здатність користуватися вашим розумом з набагато більшою силою і досягаючи більших результатів, ніж раніше, бо ви будете тепер усвідомлювати, що це ваше знаряддя, пристосоване для потрібної вам роботи. Ви зможете, коли це потрібно, володіти своїми настроями та емоціями, й зі становища раба перейдете у становище пана.

Наші слова здаються дуже незначними і безсилими, коли ми подумаємо про величезність істини, яку ми намагаємося передати. Але хто може знайти слова для висловлення невимовного? Усе, що ми можемо сподіватися зробити, це розбудити у вас інтерес і увагу настільки, щоб ви практикували розумове тренування і в такий спосіб отримати свідчення своєї власної свідомості щодо істинності того, про що ми говоримо. Істина не буде істиною для вас доти, доки ви не доведете її собі своїм власним досвідом, а позаяк ви доведете її собі, її не можна буде відняти у вас і ніякі суперечки не доведуть вам, що вона не існує.

Ви повинні усвідомити, що в кожному розумовому зусиллі за ним стоїте Ви, тобто ваше Я. Ви змушуєте розум працювати й він підкоряється вашій волі. Ви володар, а не раб вашого розуму. Ви ведете його, а не він веде вас. Струсіть із себе тиранію вашого розуму, що вас так довго пригнічував. Затвердьтеся у своєму розумінні себе й будете вільні. Ми будемо допомагати вам щодо цього в цих читаннях, але насамперед ви повинні стати володарем свого розуму. Проголосіть розумову вашу незалежність від настроїв, емоцій і безконтрольних думок і затвердьте над ними свою владу. Увійдіть у своє царство і зрозумійте, що ви прояв духу.

Це читання призначене головним чином для того, щоб дати вам ясне усвідомлення того факту, що ваше Я є реальність, окрема й відмінна від своїх розумових знарядь. Керування розумовими здібностями за допомогою волі входить у наступні читання. Але ми знаходимо корисним нині ж указати вам ті вигоди, які з'являться від усвідомлення істинної природи Я і відносності розуму.

Ми часто припускаємо, що наш розум є нашим володарем і дозволяємо мучити і шматувати себе «мимовільним думкам», які з'являються в різні непотрібні миті. Посвячений же, вільним є від цих тривог, бо він уміє встановлювати своє панування над різними частинами свого розуму, уміє контролювати і спрямовувати свої розумові процеси цілком так само, як людина керує складною машиною. Він здатний керувати своїми свідомими

розумовими здібностями і направляти їхню роботу до найбільшої вигоди для себе, й він уміє також віддавати накази підсвідомій області свого розуму й змушувати її працювати в той час коли він спить, або в той час коли його свідомий розум спрямований на іншу справу. Ми ще повернемося до цього питання в подальших читаннях.

Але у зв'язку із цим може бути цікаво прочитати те, що Едуард Карпентер говорить про здатність людини контролювати свої розумові процеси. У своїй книзі «Від Адамового піку до Елефанти», описуючи своє відвідування індуського джнани-йогіна, він говорить:

«Якщо ми не згодні повірити в можливість цього внутрішнього панування над тілом, ми однаково не звикли до ідеї можливості панування над нашими внутрішніми думками і почуттями. Той факт, що людина стає здобиччю кожної думки, яка випадково заволодіває її розумом, усім нам здається майже неминучим. Вона може шкодувати, що цілу ніч їй не дають спати думки про справу, результат якої з'ясується вранці, але їй здається екстравагантністю твердження, що від неї самої залежить, спати або не спати. Картина нещастя, що насувається, може бути дуже важка, але вже сама її вага робить те, що вона надзвичайно завзято тримається за наш розум і нам, як нам здається, майже дарма намагатися прогнати її.

Але це незручне становище, бо навіть людині, спадкоємиці всіх століть, підкорятися й піддаватися всім порожнім утворам свого власного розуму? Якщо нас турбує маленький камінь, що потрапив у наш чобіт, ми викидаємо його. Знімаємо чобіт і трясемо його, щоб вискочив камінь. Але, позаяк ми правильно зрозуміємо становище речей, ми можемо точно так само легко проганяти всі шкідливі думки, що турбують нас і, що виникають у нашому розумі. Щодо цього не може бути ніякої помилки й не може бути різних думок. Річ зовсім очевидна, ясна й безсумнівна, і проганяти шкідливу думку з розуму має бути так само легко, як викидати маленький камінь із чобота. Поки людина не може робити цього, повна нісенітниця говорити про якусь її владу над природою і про подібні речі. Вона простий раб, здобич примар із крильми, кажанів, що літають у темних печерах її власного розуму.

І однак, втомлені й змучені обличчя, які ми постійно бачимо, особливо в людей культурних класів наших країн, яскраво показують нам, як не часто досягається це панування, як не часто справді ми зустрічаємо людину і як часто, навпаки, зіштовхуємося ми з істотами зовсім загнаними їх власними тиранічними думками (або бажаннями, або турботами). І ми бачимо, як ці істоти тремтять і зіщулюються під ударами бича, або навпаки, пишаючись собою, весело біжать у своїй збруї, корячись візникові, який міцно тримає віжки; їм здається, що вони вільні, але насправді, з ними не можна навіть поговорити наодинці, бо біля них завжди відчувається ця чужа присутність.

Одна з головних доктрин Раджа-йоги полягає в тому, що здатність видалення непотрібних думок або, якщо це потрібно, знищення їх на місці, має бути придбана. Природно, усяке мистецтво вимагає практики, але так само, як у всіх інших мистецтвах, у цьому, раз воно досягнуте, немає більше ніякої таємниці й ніяких труднощів, і цьому мистецтву варто повчитися. Без перебільшення можна сказати, що життя починається тільки тоді, коли придбане це мистецтво, бо очевидно, що коли людина замість того, щоб підкорятися всім окремим думкам, які тепер керують нею, навчиться сама управляти цими летючими зграями величезної кількості, розмаїтості й сили, підкорить їх собі, навчиться посилати їх куди хоче і змусить служити собі («Тому що Вона робить вітри Своїми вісниками й палаючий вогонь виконавцем Своєї волі»), тоді життя стає таким величезним і величним у порівнянні з тим, чим воно було раніше, що первісний стан людини можна вважати майже станом її до народження.

Якщо ви можете вбити думку хоча б на час, ви можете зробити з нею також і все інше, якщо захочете. Тому така важлива ця здатність знищувати думки. Вона не тільки звільняє людину від душевних мук, які становлять щонайменше 9/10 всіх мук життя, але вона дає їй концентровану силу робити розумову роботу – таку силу, яку вона зовсім не знала раніше. Звільнення розуму від тиранії непотрібних думок і зростання її сили взаємно обумовлюють одне одного. Як уже було сказано раніше, це один з головних принципів Раджа-йоги.

Коли ви за роботою, ваша думка повинна бути абсолютно зосереджена на цій роботі й не повинна відволікатися нічим не дотичним до роботи. Тоді ви будете мчатися вперед, як величезний паротяг, що розвиває величезну силу і працює з дотриманням повної економії. Ніякого непотрібного тертя або зношування, ніякого вповільнення роботи в одних частинах і посилення в інших, завдяки неправильному розподілу сили. І коли потрібна робота закінчується, коли немає більше потреби користуватися механізмом розуму – машина повинна зупинятися, зупинятися зовсім; не має бути ніякого думання, турботи, тривожних думок. Ці непотрібні думки подібні тому, як, наче після повернення паротяга в депо цілій юрбі хлопчикськ дозволили б гратися з паротягом і робити з ним усе, що вони хочуть. Закінчивши свою роботу, людина має йти в ту область своєї свідомості, де живе її істинне Я.

Я кажу, що сила розумової машини нескінченно збільшується, якщо людина навчається зосереджувати всі свої сили на тому, що вона робить, а потім, скінчивши роботу, давати їм корисний відпочинок. Розум стає тоді справжнім інструментом, який робітник кладе убік, закінчивши роботу; тільки бурлака постійно тягає свій інструмент із собою, бажаючи показати себе робітником».

Ми просимо читача звернути увагу на наведене місце із книги Карпентера. Тут дуже багато думок, які можуть бути корисні людям, котрі прагнуть звільнитися від рабського підпорядкування своїм розумам і, які намагаються підкорити розум контролю вищого Я за допомогою волі.

У наступному читанні ми будемо розглядати питання про стосунок людського Я до світового Я, і це читання називається «Розширення Я». Ми будемо розглядати питання не з теоретичної точки зору, але головним чином намагаючись змусити читачів пізнати в глибині самих себе істину висловлюваних нами положень. Ми зовсім не прагнемо до того, щоб наші читачі опанували якоюсь теорією, але намагаємося поставити їх у таке становище, щоб вони самі дізналися й дійсно випробували те, про що ми говоримо.

І тому, ми дуже просимо читачів не задовольнятися простим прочитанням цих сторінок. Необхідно багато міркувати про всі речі, висловлені у читанні про розумове тренування, поки в розумі не стануть зовсім ясними всі розходження, й поки читачі не тільки будуть вірити, що багато чого з того, що ми говоримо, істинно, але довідаються це самі в собі, відчують різницю між Я і його знаряддями.

Майте терпіння і наполегливість. Завдання може бути важким, але й нагорода за рішення її велика. Заради того, щоб усвідомити громаддя, велич, силу і могутність вашої істинної істоти, варто віддати багато років праці. Тому вивчайте і практикуйтеся горливо, уважно і з надією на майбутнє. Мир хай буде з вами.

Мантри – твердження, або намовляння, для другого читання

Я – істота. Мій розум – тільки знаряддя для мого вираження.

Я існую незалежно від мого розуму, буття моє не є залежним від нього.

Я володар мого розуму, а не його раб.

Я можу відійти убік від моїх почуттів, емоцій, пристрастей, бажань, розумових здібностей і від усієї сукупності моїх душевних знарядь, бо це все не Я. Але крім них є ще щось, і це щось є Я – те, від чого я не можу відійти й що я не можу відставити від себе, бо це я сам, моє єдине Я, моє істинне Я. Те, що залишається після того, як відкинуто все, що можна відкинути, і є істинне Я – я сам, вічний, постійний, незмінний.

Я єсмь

Читання 3. Розширення Я

У перших двох читаннях ми намагалися привести читача до того, щоб він усвідомив і відчув у собі самому реальність Я і міг відрізнити істинне Я від його оболонок, фізичних і розумових, зовнішніх і внутрішніх. У цьому ж читанні ми звертаємо увагу читача на стосунок індивідуального Я до світового Я, і ми будемо прагнути передати читачеві ідею більш великого і більш високого Я, яке переступає межі особистості й тої маленької самосвідомості, на яку ми схильні дивитися, як на Я. Основною нотою цього читання буде ідея «єдності всього», і всі висловлювані думки будуть прагнути до того, щоб розбудити в читачеві свідомість великої істини, укладеної в цій ідеї. Але ми хочемо, щоб у розумі читача ясно запам'яталося, що ми зовсім не вчимо його тому, що він Абсолют. Ми зовсім не хочемо, щоб він почав думати про себе: «Я сам – Бог». Є люди, які так розуміють вчення йогинів, але ми вважаємо таке розуміння глибоко помилковим і перекрученим, котре не має нічого спільного з істинним вченням йогинів, хоча потрібно зауважити, що це помилкове вчення опанувало розумами дуже багатьох індуських учителів і їхніх послідовників і в поєднанні з вченням про майю або про повну ілюзорність і неіснування всесвіту, привело мільйони людей до глибокої розумової і душевної пасивності, яка, без сумніву, надовго зупинила їх внутрішній прогрес. І це вірно не лише стосовно Індії. Подібні ж факти можна спостерігати у послідовників багатьох західних вчень, які схопили негативну сторону східної філософії. Такі люди змішують абсолютний і відносний аспекти Єдиного і, не в змозі примирити факти життя й існування всесвіту з їхньою теорією «Я сам – Бог», приходять до розпачливих висновків і в результаті заперечують весь всесвіт, оголошуючи його весь «ілюзією» або «майєю».

Неважко впізнати послідовників подібних теорій. У них завжди видно вкрай негативний душевний стан, який є природним результатом постійного сприймання ними уявлень про «незначність» усього – цього Євангелія заперечення. У повному контрасті з розумовим станом послідовників цих систем перебуває душевний і розумовий стан «учителів», які проповідують ці доктрини заперечення. Вони, навпаки, є живими прикладами позитивної, бадьорої і активної сили, здатної вводити ці доктрини в розуми учнів, змушувати їх погоджуватися з усіма висловлюваними положеннями не лише шляхом доказів, але також за допомогою підпорядкування їх волі своїй. Це походить від того, що «учителі» уже пробудилися до почуття свідомості Я, бо своїм твердженням «Я сам – Бог» вони, поступово відкидаючи від себе оболонки нижчих розумових початків, повинні були прийти до відчуття істинного Я. І світло цього Я пробивається з них назовні настільки сильно, що майже засліплює їх менш розвинених

учнів. Але, незважаючи на таку пробуджену свідомість Я, учителям заважає його неправильне розуміння і туманна метафізика, що впливає з ідеї «Я сам – Бог». Тому він нездатний передати своїм учням своє усвідомлення Я і тому ж, замість того щоб піднімати їх і змушувати світитися внутрішнім світлом, подібно собі, він насправді своїми повчаннями тільки заганає їх у тінь.

Наші читачі повинні зрозуміти, що ми пишемо це зовсім не для того щоб, скориставшись із нагоди, висловити кілька критичних думок про вчення, які не подобається нам. Це зовсім не наше завдання, і ми зовсім не прагнемо до цього і не можемо прагнути виходячи з нашого розуміння істини. Ми просто згадуємо про це для того, щоб читач знав, чому потрібно уникати і побоюватися твердження «Я сам – Бог». Це яма на шляху, у яку можна потрапити, почавши шлях цілком правильно. Це не було б навіть особливо серйозним, якби мова йшла тільки про неправильні метафізичні висновки. У свій час це все вирівнялося б. Але це набагато серйозніше, бо зазначене вчення, починаючи із цілком правильних ідей, що все є ілюзія або майя і, що життя – це лише сон, неправда, самообман або кошмар, чисто софістичним шляхом стверджує далі, що рух по шляху – теж ілюзія, що все – «ніщо», що немає ніякої душі, що ви – переодягнений бог і, що бог обманює сам себе, змушуючи себе думати, що він – це ви й т.д. і т.п. Це показує лише те, що люди можуть спотворити найвищі ідеї, і показує точно так само, як далеко може йти людський розум, ще не звільнений від своїх улюблених метафізичних теорій, якими він себе зазвичай гіпнотизує. Якщо ви гадаєте, наче ми надто перебільшуємо, прочитайте вчення деяких із цих шкіл східної філософії або прислухайтеся до проповідей деяких західних філософів. Більшості з останніх не вистачає сміливості індуських учителів і вони не доводять своїх вчень до останніх логічних висновків, а прагнуть затемнити і затуманити свої висновки різними метафізичними тонкощами. Але деякі з них сміливіші й проповідують свої доктрини повністю.

Деякі із західних проповідників цього філософського погляду, пояснюють будову космосу говорячи, що Бог наче переодягається, приймаючи вигляд різних форм життя, включаючи людину, для того щоб придбати досвід, який іде із цього. Тому що, хоча, за їхніми словами, Він має нескінченну, абсолютну мудрість і знання, Йому не вистачає досвіду, який дається тільки справжнім життям у нижчих формах. Тому Він і сходить на землю заради придбання цього потрібного Йому досвіду. Але чи можна уявити собі, щоб Абсолют, який володіє всім можливим знанням і мудрістю, потребував такого маленького «досвіду» і жив життям нижчих форм (включаючи в це поняття людину) заради того, щоб «придбати досвід»? У які ще глибини нерозуміння ці порожні теорії походження людини можуть загнати нас? Інший західний філософ, що засвоїв вчення деякої області східної філософії і мав сміливість до кінця захищати свої переконання, заявляє, що ви самі являєте собою всю сукупність буття і одним своїм розумом ви створюєте, зберігаєте або руйнуєте всесвіт. Весь всесвіт – тільки продукт вашої розумової діяльності; і він же говорить далі: всесвіт – тільки дріб'язкова ілюстрація вашої творчої сили, яку ви проявляєте, ніби для самостереження. Стару істину, що дерево пізнається по плодах, можна застосувати до цих вчень. Але філософія, що вчить, наче всесвіт – це ілюзія, злочинним чином створена вами (Богом) для власної забави, для розваги або для забави, може мати тільки один результат, а саме висновок, що «усе – є ніщо» і що все, що необхідно робити – це сісти, склавши руки, і дивитися на фокуси, які ви (божество) показуєте самі собі для своєї розваги, а потім, коли фокуси закінчені, повернутися до вашого стану свідомої божественності і з посмішкою згадувати забавні фокуси, якими ви обманювали себе протягом декількох мільярдів років. До цього приходять зазначене міркування, і результат той, що люди, які приймають цю філософію, нав'язану їм енергійними вчителями, знаючи в глибині душі, що вони не Бог, засвоюють тільки ідею, наче все – є ніщо, і ця ідея приводить їх у стан розумової апатії та негативного ставлення до всього, від чого душа поринає в заціпеніння надовго, і можливо назавжди.

Ми хочемо, щоб наші читачі уникали цих вчень із їхніми негативними наслідками, й тому ми вчимо вас, що ви реальна істота – не сам Бог, але прояв Того, хто є Абсолют. Ви – дитя Абсолюту, якщо ви віддаєте перевагу такому висловленню. Вам належить вся божественна спадщина, і ваша місія полягає в тому, щоб розкрити в собі якості й властивості, успадковані вами від вашого Батька. Не робіть великої помилки, не змішуйте відносно з абсолютним, уникайте цієї ями на шляху, в яку впало так багато розумів; не дозволяйте собі падати, не дозволяйте собі поринати в трясовину розпачу та зневіри, не давайте засмоктувати себе твані заперечення всього. Є багато людей для яких єдиною реальністю є той або інший авторитет, який зайняв у їхньому розумі місце Абсолюту, але не піддавайтеся цьому, пам'ятайте про ваше божественне походження і про вашу спадщину, залишену вам від Абсолюту. Пам'ятайте це і сміливо йдіть шляхом, затверджуючи своє Я. (Що стосується вчень про абсолютне і відносне, то ми повинні відіслати читачів до нашої книги «Шляхи досягнення індійських йогинів». Останні три читання цієї книги висвітлюють підняті тут проблеми.)

І однак, хоча Я не Бог, не Абсолют, воно нескінченно вище, ніж ми думали перш, ніж побачили світло. Воно простирається набагато далі того, що ми вважали його межами. Воно стосується всесвіту у всіх його точках і перебуває в найтіснішому союзі з усім життям. У той же час воно тісно стикається з усім, що виходить від Абсолюту, з усім світом відносного, і будучи повернуте обличчям до «відносного всесвіту», воно має своє коріння в

Абсолюті й отримує звідти живлення достоту так само, як дитина до свого народження, отримує живлення з тіла матері. Я насправді є проявом Бога, і в ньому полягає сама сутність Божества. Останнє твердження може здатися майже рівнозначним твердженню «Я – Бог». Але насправді між ними велика різниця. Ми розглянемо це вчення в деталях у цьому читанні і в наступному.

Ми почнемо з розгляду засобів, за допомогою яких діє Я, і матеріалу, з яким йому доводиться мати справу.

Насамперед, ми повинні чітко зрозуміти, що матерія фізичного тіла людини нічим не відрізняється від іншої матерії і нічим не відділена від неї, що атоми тіла постійно уходять і замінюються іншими, причому матеріал береться звідусіль, з великого запасу природи. Інакше кажучи, ми повинні зрозуміти, що існує єдність матерії, яка лежить під усіма видимими розходженнями форми та субстанції. Потім ми повинні зрозуміти, що життєва енергія, або прана, якою людина користується у всьому своєму житті й роботі, є лише частиною великої всепроникаючої світової енергії; причому та частина прани, якою ми користуємося повсякчас, запозичується нами зі світового запасу і знову повертається від нас у великий океан сили або енергії. І потім, ми повинні зрозуміти, що навіть розум, такий близький до істинного Я, що ми часто приймаємо одне за інше – навіть така дивна річ, як думка – є лише частина світового розуму, вищої еманції Абсолюту – вищої з усього, що нижче площини духу, і, що субстанція нашого розуму, або читта, якою ми користуємося в дану мить, не є наша окрема й індивідуальна власність, але є просто частина великого світового запасу розуму, постійного і незмінного. Ми повинні зрозуміти – навіть те, що ми відчуваємо завжди битким у собі – те, що так тісно пов'язано з духом, що здається майже невіддільним від нього – те, що ми називаємо життям – є лише частина великого принципу життя, яке проймає весь всесвіт, до якого нічого не може бути додано і від якого нічого не може бути віднято. Коли ми усвідомимо всі ці істини і почнемо відчувати всі наші відносини до єдиної великої еманції Абсолюту, тоді ми почнемо схоплювати ідею єдності духу, стосунок нашого Я до всіх інших Я. У той же час ми зрозуміємо, що занурення людського Я в світове Я не є вгасання індивідуальності, як багатьом здається, але навпаки, розширення індивідуальної свідомості до таких меж, що зрештою воно включить у себе все Ціле.

У читанні 10 і 11, книги «Шляхи досягнення індійських йогинів» ми звернули увагу читачів на вчення йогинів стосовно акаші, або матерії, і пояснили, що всі форми того, що ми знаємо за назвою матерії – тільки різні прояви початку, названого акашею, названого західними вченими «ефіром». Цей ефір або акаша є найвитонченіший і розріджений стан матерії. Інакше кажучи, це є матерія у своєму основному стані; те, що ми називаємо матерією, є тільки прояв акаші, або ефіру, причому гадане розходження залежить тільки від різної швидкості коливань. Ми згадуємо тут про цей факт просто для того, щоб ще раз підкреслити факт єдності матерії. Треба зрозуміти, що кожний атом нашого фізичного тіла – лише частка великого світового початку. Вона ненадовго запозичена нами з великого світового запасу й незабаром же повернеться в нього знову, бо атоми тіла постійно змінюються. Те, що здається нам нашою плоттю, кілька днів тому могло бути частиною рослини, а через кілька днів може стати частиною якої-небудь іншої живої істоти. Між усіма тілами йде безперервний обмін матерії, і матерія, яка входить сьогодні до складу одного тіла, учора могла бути в іншому й завтра може бути в третьому. Жоден атом матерії не належить особисто вам, але входить у загальний запас. Той самий вічний потік тече через вас і через усе живе.

Точно так само стоїть справа з життєвою енергією, якою ви користуєтеся в усі миті вашого життя. Ви постійно берете цю енергію з великого світового запасу прани і перетворюєте цю енергію в ті або інші потрібні вам види, але ця енергія становить загальну власність, і все, що ви можете зробити, це користуватися нею коли вам потрібно і потім дозволити їй іти далі. Є тільки одна сила, одна енергія, і вона перебуває скрізь і завжди.

І навіть великий початок, субстанція розуму, підлегла тому ж самому закону. Нам важко зрозуміти це. Ми так схильні вважати наші розумові операції своїми власними – чимось таким, що належить нам особисто, – що нам важко зрозуміти, що розумова субстанція є світовий початок, такий же, як матерія та енергія, і, що у всіх наших розумових операціях ми тільки черпаємо зі світового запасу. І навіть більше – та частина розумової субстанції, якою ми користуємося, хоча вона й відділена від розумової субстанції, що перебуває в користуванні інших, ніби тонкою перегородкою із найтоншої речовини, насправді стикається з іншими, гаданими відособленими розумами, а також зі світовим розумом, частину якого вона становить. Як матерія, з якої складаються наші фізичні тіла, насправді перебуває в зіткненні з усією матерією, і як життєва сила, якою ми користуємося, перебуває в зіткненні з усією енергією, точно так само наша розумова субстанція перебуває в зіткненні з усією розумовою субстанцією. Виходить така картина, начебто Я рухається через великі океани матерії, енергії та розуму, беручи з безпосередньо навколишнього його матеріалу тільки те, що йому потрібно і залишаючи все інше позаду у поступі свого руху. Цей приклад досить грубий, але він може допомогти вашій свідомості зрозуміти, що Я – єдина річ, яка дійсно ваша і яка в той же час незмінна, а що все інше належить світовому запасу з якого ви берете те, що вам потрібно в цю мить. Це може також більш зрозуміло поставити перед розумом велику ідею єдності речей; може допомогти вам бачити речі

не як окремі, а як складові одного Цілого. Пам'ятайте, що ви, ваше Я – це єдина реальна річ у вас і навколо вас – єдина постійна річ, а все інше – матерія, сила і навіть розум – це тільки засоби для вираження Я.

Корисно також тримати в розумі ідею загальності життя. Весь всесвіт живий, вібує і пульсує у всіх проявах життя, енергії і руху. Немає нічого мертвого у всесвіті. Життя перебуває скрізь, і його завжди супроводжує свідомість. У всесвіті немає нічого мертвого і несвідомого, і ми зовсім не являємо собою живі атоми, кинуті у мертво море, але навпаки, є живими атомами, оточеними живим же океаном, який пульсує, рухається, мислить і живе. Кожний атом того, що ми називаємо мертвою матерією, насправді живий; у ньому є сила або енергія, а всякий, який би не був маленький запас сили та енергії, супроводжується проявом свідомості і життя. Якщо ми подивимося навколо себе, то побачимо всюди у тваринному, у рослинному, ба, навіть у мінеральному царстві – життя, життя і, життя, побачимо, що все живе і має свідомість, і коли ми зможемо перевести цю ідею в область нашої справжньої свідомості, тобто коли ми зможемо не лише інтелектуально прийняти цей факт, але будемо мати силу йти далі й відчуємо та почнемо усвідомлювати все це життя навколо себе, тоді ми будемо на справжньому шляху до досягнення космічної свідомості.

Але всі ці речі з боку індивідуума – тільки поступові кроки щаблями, які ведуть до досвіду пізнання єдності духу. Для людини поступово проясняється факт єдності в проявах духу. Вона починає бачити весь всесвіт у вигляді одного акту Абсолюту, а не у вигляді серії різних актів. Кожне Я є центром свідомості в цьому великому океані духу. Кожне Я є реальна сутність, очевидно, окрема від інших і від свого джерела, але ця окремість в обох випадках тільки гадана, бо, як усі Я всесвіту тісно пов'язані одне з одним, так само всі вони з'єднані з Абсолютом. Згодом у нас виросте більш ясне усвідомлення цього взаємного споріднення; оболонки, які ми будемо переростати, поступово будуть відкидатися і зрештою, ми ввійдемо в Абсолют, повернемося у дім свого Батька.

Для душі, яка розвивається, надзвичайно важливо дійти до живого усвідомлення цього споріднення і єдності, бо коли це поняття цілком встановлено, душа піднімається вище певних площин і звільняється від дії деяких законів, які зв'язують нерозвинену душу. Тому, вчителі-йогини безперестану ведуть своїх учнів до цієї мети: спочатку одним шляхом, потім іншим, створюючи їм можливість глянути на предмет з різних сторін. Коли, нарешті, учень потрапляє на шлях, який для нього найбільше підходить, він іде цим шляхом прямо до мети. Відкинувши тоді пута, що були такими важкими, він скрикує від радості, відчуваючи знову віднайдену свободу. Наступні розумові вправи мають на меті допомогти учневі в його прагненні досягти живого, безпосереднього усвідомлення свого близького стосунку до Цілого життя й буття.

Розумові вправи

1) Прочитайте викладене нами в «Шляхах досягнення» про початок, відомий під назвою матерії. Зрозумійте, що вся матерія, зрештою, єдина; що реальною субстанцією, яка становить основу матерії, є акаша або ефір, і що всі очевидні для наших почуттів зміни у формах, суть лише видозміни цього початку або більш груба форма його. Зрозумійте, що за допомогою певних хімічних процесів, усі існуючі типи матерії, або радше, всі з'єднання, які дають у результаті форми, можуть бути розкладені на їхні первісні елементи і що ці елементи – не що інше, як акаша в різних станах вібрації. Нехай ідея єдності видимого всесвіту глибоко проникаючи у вашу свідомість, запам'ятається в ньому назавжди. Помилкове поняття про різноманіття матеріального світу мусить поступитися, нарешті, місцем усвідомленню його єдності, незважаючи на гадану розмаїтість і численність форм. Ви повинні стати здатними бачити далі світу форм матерії, бачити за ним, у ньому і в його основі великий початок матерій (акашу або ефір). Ви повинні досягти того, щоб відчувати це, а не тільки розуміти інтелектуально.

2) Міркуйте над згаданими істинами й потім продовжуйте вивчення далі. Прочитайте сказане нами в книзі «Шляхи досягнення» (читання 11) про останній аналіз матерії, що показує, як вона переходить у силу та енергію з такою поступовістю, що подільна їхня риса знищується і матерія непомітно зникає в енергії або силі, свідчачи цим, що і те й інше, по суті, одне, причому сама матерія – тільки більш груба форма енергії або сили. Ваш розум повинен перейнятися цією ідеєю, щоб придбане пізнання єдності могло би бути досконалим у всіх частинах.

3) Прочитайте потім в «Шляхах досягнення» те, що говориться про енергію або силу й про єдність, яка лежить в основі різноманітних проявів. Подивіться, як один вид енергії може бути перетворений в інший, потім у третій і так далі по колу, поки знову не буде досягнуто першого вигляду. Ви побачите, що один початок творить цілий ланцюг подіб.

Перейміться усвідомленням, що ваша внутрішня енергія, завдяки якій ви рухаєтеся і дієте, є лише одним із видів того великого початку енергії, яким наповнений всесвіт, і зрозумійте, що ви можете брати потрібну вам кількість енергії з великого світового запасу. Але найбільше намагайтеся засвоїти ідею єдності, яка пронизує весь світ енергії, сили або руху.

Намагайтеся бачити цю єдність у цілому, а не в проявах, що здаються окремими. Такий шлях може здатися трохи нудним і марним, але вірте, що всі стадії його, підготовляють розум до сприйняття ідеї про єдність усього. Кожен крок цього шляху важливий і полегшує здійснення наступного.

При таких вправах розуму, корисно малювати собі картину всесвіту в стані постійного руху; усе рухається, вся матерія рухається, міняючи свої форми і проявляючи свою внутрішню енергію. Сонця та світи несуться у просторі, причому їхні частки безперестану змінюються й рухаються. Хімічна сполука і розкладання ніколи не припиняється, усюди відбувається робота творення та руйнування. Нові з'єднання атомів і світів творяться і розкладаються безперестану. Вдумавшись у цю єдність початку енергії, міркуйте про те, що при всіх цих змінах форм Я – ваша реальна сутність – ви – залишаєтеся незмінним, вічним, непереможним, незнищеним, невразливим, реальним і постійним серед цього світу змін форм і сил. Ви понад усе це і світ обертається навколо вас – навколо духу.

4) Прочитайте сказане нами в «Шляхах досягнення» щодо сили та енергії, яка непомітно переходить у споріднене їй середовище субстанції розуму. Зрозумійте, що в основі всього прояву великої сили, що спостерігалася вами і енергії, лежить розум. Тоді ви будете готові до вивчення єдності розуму.

5) Прочитайте сказане нами в «Шляхах досягнення» про субстанцію розуму. Усвідомте існування величезної області субстанції розуму або світового розуму, який перебуває в розпорядженні самосвідомого Я. Усяка думка є результат того, що Я користується цією субстанцією розуму, як своїм знаряддям і засобом. Усвідомте, що цей океан розуму – одне ціле, і що Я може черпати з нього скільки йому потрібно. Усвідомте, що цей океан розуму у вашому розпорядженні, якщо тільки ви досить дозріли, щоб користуватися ним. Усвідомте, що в основі всього існуючого у світі форм, найменувань і дій, лежить розум і, що в цьому сенсі насправді «Усе є розум», хоча на ще більш високому щаблі, ніж навіть розум, стоїте ви, реальна сутність, Я, прояв Абсолюту.

6) Усвідомте вашу тотожність і вашу близькість з усім живим. Гляньте на навколишнє життя у всіх його формах: від найнижчої до найвищої. Все це – прояв великого початку життя, діючого на різних етапах того самого шляху. Не нехтуйте найнікчемнішими формами, але дивіться далі форми, на сховану під нею реальність – життя. Почувайте себе частиною великого світового життя. Опустіться подумки на дно океану життя і усвідомте своє споріднення з життям тих форм, що живуть тут. Не змішуйте форми (часто потворні з вашого погляду) з початком, який проявляється в них. Гляньте на життя рослин і життя тварин, і постарайтеся через покрив форми побачити реальне життя, сховане за формою і існуюче в основі його. Навчіться відчувати, як ваше життя тече і б'ється разом з життєвою основою в інших організмах і особливо в однакових з вами істотах. Подивіться на зоряне небо, на ті незліченні сонця там, і світи, наповнені життям, і відчуйте свою спорідненість із цим життям. Якщо ви можете схопити цю думку і усвідомити це, ви відчуєте, що становите одне із цими рухомими світами, і замість того, щоб відчувати себе при порівнянні з ними малим і незначним, ви втямте, що ваше Я буде розширюватися доти, доки ви не відчуєте, що в цих обертових світах є частина вашого Я, що ви існуєте також там, стоячи на землі, що ви споріднені всім частинам всесвіту і навіть більше, що всі частини всесвіту є таким же місцем вашого перебування, як і те, де ви перебуваєте.

Ви відчуєте, як вас охопить свідомість, що ваш дім – весь всесвіт, а не тільки частина його, як ви думали колись. Ви відчуєте таку велич і величезність, про які ви ніколи не мріяли. Ви почнете усвідомлювати принаймні частину своєї божественної спадщини, ви пізнаєте, що ви дитя нескінченності і, що сама сутність вашого божественного Батька лежить у всіх фібрах вашої істоти. У хвилини такого духовного підйому, людина починає усвідомлювати, що лежить перед душею на її висхідному шляху і якими малими є найбільші блага, котрі може дати Земля, у порівнянні із благами, приготованими для душі й видимих духовних очей у миті прозріння.

Ви не повинні сперечатися із цими баченнями величі душі, але повинні поводитися з ними радо, бо вони належать вам і з'являються до вас із областей вашого духовного розуму, які розкриваються для вашої свідомості.

7) Вищий щабель усвідомлення цієї єдності всього – той, на якому досягається розуміння, що є лише одна реальність, і в той же час усвідомлюється, що Я перебуває в цій реальності. Надзвичайно важко висловити цю ідею словами, бо це щось таке, що має скоріше відчуватися, ніж досягатися інтелектом. Коли душа усвідомлює, що ув'язнений в ній дух, зрештою, її єдина реальна частина, і що Абсолют і його прояви в образі духу – єдина реальність у Всесвіті, цим уже робиться великий крок. Але необхідно досягти ще одного вищого щабля, перш ніж прийде повне відчуття єдності та реальності. Це є той щабель, на якому ми реалізуємо тотожність нашого Я з великим Я всесвіту. Таємниця прояву Абсолюту у формі духу схована від нас, і розум усвідомить свою нездатність проникнути за покрив прихований Абсолютом, хоча розум і повідомляє нам про те, що він усвідомлює присутність Абсолюту, саме біля розділової риски. Але вища область духовного розуму, при дослідженні її розвинутою душею, що перебуває на правильному шляху, свідчить, що духовний розум бачить далі гаданої окремоті духу від духу і усвідомлює, що є лише одна реальність духу й що всі Я, насправді, лише різні види однієї діяльності, центри свідомості на поверхні одного великого Я, центр якого – сам Абсолют. Цією свідомістю насправді перейнята вся

область духовного розуму, і це говорить нам про єдність духу, точно так само, як інтелект говорить нам про єдність матерії, енергії та розуму. Ідея єдності пронизує всі площини життя.

Почуття реальності Я, очевидне для вас у мить вашого найбільш ясного розумового прозріння, насправді є лише відбиттям почуття реальності, яке лежить в основі цілого, є усвідомленням цілого, що проявляється за посередництвом вашого центру свідомості. Учень, який досяг певного ступеню, або посвячений, виявить, що його свідомість розширюється поступово і, нарешті, вона ототожнить себе із цілим. Для нього стає очевидним, що під усіма формами та іменами видимого світу, перебуває одне життя, одна сила, одна субстанція, одне буття, одна реальність і Єдиний. І замість того, щоб відчувати втрату своєї індивідуальності, він усвідомить розширення її; замість почуття, що його поглинає ціле, він відчуває, що сам поширюється і охоплює ціле. Це дуже важко висловити, бо немає слів для вираження цієї ідеї, і все, що ми можемо сподіватися зробити, полягає в тому, щоб за допомогою наших слів викликати вібрації, здатні знайти собі відгук у розумах читачів, що сприяло б придбанню ними безпосереднього усвідомлення, природним наслідком якого стане самостійно вироблене розуміння. Це усвідомлення не може бути передано словами, що йдуть від інтелекту, але можна створити вібрації, які приготують розум до прийняття ідей, що йдуть із його власних вищих площин.

Навіть у ранньому періоді розвитку цього усвідомлення, людина здатна ототожнювати реальну частину себе самої з реальною частиною всіх інших форм життя, які проходять перед її очима. В усякій іншій людині, у всякій іншій тварині, рослині, мінералі, за оболонкою та формою зовнішніх обрисів він бачить доказ цілковитої присутності духу, спорідненого його власному духу, і навіть більше, ніж спорідненого, бо і той і інший, становлять одне. Він бачить себе в усіх формах буття, повсякчас і у всіх місцях. Він усвідомить, що його реальна сутність перебуває скрізь, ніколи не зникаючи, і що життя в ньому, перебуває також і у всьому всесвіті – у всьому, бо ніщо не мертве у всесвіті, і все існуюче в різних фазах буття, є лише одне життя, яким обдаровані, користуються й насолоджуються всі спільно. Кожне Я є центром свідомості в цьому великому океані життя і, будучи зовнішньо відділеним і відмінним від інших Я, воно, насправді, існує у дотичності з цілим і з усіма його гаданими частинами.

Ми не маємо наміру в цьому читанні вдаватися до подробиць великої таємниці життя або викладати ту, порівняно малу частку, істинного розуміння її, яке передали нам найбільш наближені до неї вчителі та наставники. Тут для цього не місце, бо ці істини стосуються скоріше до Джнани-йоги, а не Раджа-йоги, і ми торкаємося їх тут, не маючи наміру пояснити їхню наукову сторону, але лише для того, щоб ваш розум міг схопити ідею і поступово проявляти її, свідомо переймаючись нею.

Існує велика різниця між науковим, інтелектуальним вченням Джнани-йоги, що представляє розумам читачів метафізичну і наукову сторону доктрин йогинів у логічній формі, і методами Раджа-йоги, які ведуть учня поступово до усвідомлення, крім простого інтелектуального розуміння, своєї істинної природи і своїх душевних сил.

Ми йдемо останнім шляхом, бо в даній книзі ми викладаємо Раджа-йогу. Ми прагнемо представити предмет розуму в такому вигляді, щоб він міг приготувати шлях для зародження нової свідомості, усунувши упереджені поняття та забобони, і надавши вільний доступ новим поняттям. Багато чого з того, що ми сказали в цьому читанні, може здатися, з одного боку, марним повторенням, а з іншого боку – неповним викладом наукової доктрини вчення йогинів. Але згодом буде знайдено, що вивчення всього викладеного тут, зробило свою дію і розум читача, засвоївши ідею про єдність життя та про розширення Я, цим таки піддався значній зміні. Ми наполягаємо, щоб учень не занадто поспішав. Розвиток не повинен створюватися насильно. Прочитайте, що ми написали, і проробляйте зазначені нами розумові вправи, навіть якщо вони здадуться вам малозначними і дитячими – ми знаємо, як вони впливають на вас, і ви погодитесь з нами згодом. «Поспішайте повільно». Ви побачите, що розум буде працювати, навіть коли ви будете зайняті своєю звичайною працею і забудете на час про даний предмет. Більша частина розумової роботи робиться саме таким чином, у той час, як ви зайняті чимось іншим або навіть спите, бо підсвідома частина розуму продовжує працювати в зазначеному їй напрямку і виконує дане їй завдання.

Як ми сказали, мета цього читання – поставити вас на шлях розвитку свідомості, а не ввести вас у деталі наукової сторони вчення йогинів. Розвиток є ключем Раджа-йоги. Причина ж, чому ми бажаємо розвинути почуття реальності Я і розширення своєї сутності, у цей час, полягає в тому, що завдяки цій свідомості ви можете затвердити свою владу над матерією, енергією та розумом. Перш ніж, подібно королю, ви зійдете на свій трон, ви повинні цілком усвідомити, що ви – реальність у цьому світі подоб. Ви повинні пізнати дослідним шляхом, що ви – тобто справжній ви – не тільки існуєте і реальні, але й спілкуєтесь з усім іншим, реальним, і корінь вашого буття перебуває у самому Абсолюті. Ви повинні пізнати, шляхом досвіду, що замість того, щоб бути окремим атомом реальності, ізольованим і нерухливим у малому просторі, ви центр свідомості в цілому реальності, і світ світів – ваш дім; що ваш центр свідомості може бути пересунутий до пункту, який відстоїть на трильйони миль від землі (якась відстань ніщо в просторі), і все ж ви – пробуджена душа, – будете також вдома там, як і тут; що навіть у той час як ви тут, ваш вплив поширюється далеко у просторі. Ваш реальний стан, який вам поступово буде відкрито протягом

століть, такий великий і грандіозний, що ваш розум у теперішньому стані його розвитку не може досягти навіть слабого відбиття цієї пишноти.

Ми хочемо, щоб ви постаралися скласти собі хоча б слабку ідею про ваш реальний стан буття, для того, щоб ви могли керувати нижчими початками силою вашої пробудженої волі, яка залежить від ступеню вашого усвідомлення своєї реальної сутності.

У міру того, як збільшується розуміння і усвідомлення своєї істинної істоти в людині, збільшується також її здатність користуватися своєю волею. Воля є приналежність реальної сутності. На щастя, це велике переживання, що приводить нас до пізнання істинної нашої істоти, приносить із собою любов і доброту до всього живого. Будь це інакше, воля, що приходить до людини, могла би бути вжита для нанесення великого зла тим з подібних їй, які не досягли такого ж успіху (ми говоримо про відносну шкоду, бо душі не можна нанести реальної шкоди). Але сила, яка починає з'являтися, викликає більшу любов і доброту, і чим вище піднімається душа, тим сильніше переймається вона вищими ідеалами, і тим більше тваринних властивостей нижчого щабля вона відкидає. Дійсно, деякі душі, які досягли пізнання їхньої істинної природи, не розуміючи, що це означає, можуть припуститися помилки і вжити пробуджену волю для особистих цілей, як це можна бачити на прикладі чорних магів, про яких говориться в окультичних книгах, а також у особистостей, добре відомих в історії або сучасному житті, які проявляють величезну волю вживаючи її на зло. Всі ці люди величезної волі, випадково або несвідомо, усвідомили свою істинну природу, але їм бракує стримувального впливу вищих вчень. Але подібне зловживання волею, заподіюючи біль і занепокоєння особі, яка користується нею, згодом ставить її на вірний шлях.

Ми не очікуємо, щоб наші читачі цілком засвоїли цю ідею розширення свого Я. Навіть хто досяг найвищих ступенів розвитку, засвоює її тільки частково. Але поки у вас не з'явиться проблеску цієї свідомості, ви не в змозі будете просунутися далеко шляхом Раджа-йоги. Ви повинні зрозуміти, що ви таке, перш ніж зможете користуватися силою, що дремає усередині вас. Ви повинні усвідомлювати, що ви володар, перш ніж зможете претендувати на владу володаря і очікувати покори своїм наказам. Тому, ставитесь терпляче до нас, ваших наставників, коли ми задаємо вам урок, який слід вивчити і роботу, яку слід виконати. Шлях довгий і місцями важкий, ноги можуть утомитися й бути в ранах, але нагорода велика і на шляху є місця відпочинку. Не падайте духом, якщо ваш успіх здається повільним, бо душа повинна розкриватися природним шляхом, як розкривається квітка, без поспішності, без примусу. І не бентежтеся, і не страшіться, якщо ви випадково побачите проблеск вашого вищого Я. Як говорить М. К. у своїх примітках до «Світла на Шляху» (див. «Шляхи досягнення»): «Побачити свою душу в її розквіті – значить вловити скороминущий проблеск у самому собі того перетворення, який згодом зробить тебе більш, ніж людиною; пізнати свою душу в цю мить – значить знайти в собі силу дивитися на сліпучо-яскраве світло духу, не опускаючи очей і не відсахнутися від нього в жаху, як перед якоюсь страшною примарою. Це трапляється з деякими, і в такому випадку битва буває програна, незважаючи на те, що перемога була вже майже забезпечена».

Мантри до третього читання

Існує лише одна первісна форма матерії, тільки одна основна форма енергії і одна первісна форма розуму. Матерія походить від енергії, енергія від розуму, і всі ці три початки виходять із Абсолюту, потрібного в прояві, але єдиного по суті. Є тільки одне життя, і воно пронизує весь всесвіт, проявляючись у різних формах, але зрештою будучи єдиним. Моє тіло становить єдність зі світовою матерією; моя енергія та життєва сила становить єдність зі світовою енергією; мій розум становить єдність зі світовим розумом; моє життя становить єдність зі світовим життям. Абсолют визначився і виявився в душі, і цей дух – є істинне Я, яке охоплює і сполучає всі гадані окремими Я. Я відчуваю свою тотожність із духом і переймаюся свідомістю єдності всього реального. Я відчуваю мою єдність із духом і моїм зв'язком (за допомогою духу) з Абсолютом. Я усвідомлю, що Я – виявлення і прояв Абсолюту, і що сама його сутність міститься в мені. Я сповнений божественною любов'ю. Я сповнений божественною силою. Я сповнений божественною мудрістю. Я усвідомлю свою тотожність духом, сутністю і природою з Єдиною Реальністю.

Читання 4. Панування над розумом

У перших трьох читаннях цієї книги ми намагалися викликати у вашому розумі безпосереднє усвідомлення реальності наступних фактів:

- 1) Усвідомлення Я, його незалежності від тіла; його безсмертя, його непереможності та невразливості.
- 2) Переваги Я над розумом, а також над тілом, тобто усвідомлення факту, що розум не є Я, а тільки засіб для виявлення Я; далі, що Я – володар розуму, а також і тіла; що Я присутній за всякою думкою; що Я може виділити із

себе для розгляду їх збоку: почуття, емоції, пристрасті, бажання й усі інші душевні явища, і все ж усвідомлювати, що воно, Я, окремо від цих душевних властивостей і залишається незмінним, реальним і цілком існуючим. Далі, це усвідомлення того, що Я може відкинути всі до останнього розумові знаряддя й засоби, як такі, що не стосуються до «не-Я», і проте усвідомлювати з повною ясністю, що після видалення їх залишиться щось – воно саме – Я, яке не може бути виділене або вилучене, тобто що Я володар розуму, а не його раб.

3) Усвідомлення того, що істинне Я є щось нескінченно більше, ніж маленьке особисте Я, яким ми його вважаємо; що Я становить частину тої великої єдиної реальності, яка наповнює собою весь всесвіт. Це є усвідомлення того, що істинне Я з'єднане з усіма іншими душами незліченними путами, розумовими і духовними нитками та стосунками; що Я є центр свідомості в цій великій єдиній реальності, або в душі, що лежить в основі життя й існування всього, причому центром цієї реальності або існування є Абсолют або Бог; далі з'явиться усвідомлення, що це почуття реальності, котре вроджене Я, є насправді лише відбиття почуття реальності, вродженого цілому – великому Я всесвіту.

Принцип, що лежить в основі цих трьох читань, такий: реальність Я в собі самому і перевага його над усяким проявом матерії, сили і розуму. Я визнається початком позитивним стосовно трьох вищезгаданих початків у тому ж сенсі, у якому розум є початок позитивний стосовно енергії, а енергія – стосовно матерії; Я негативне або пасивне лише стосовно центру Єдиного, тобто до самого Абсолюту. Це визначає положення, яке має займати учень або посвячений, який говорить: Я – реальніше розуму, енергії та матерії і керує ними; Я нереально тільки в порівнянні з Абсолютом, який є центром буття, до якого Я належить. І тому, я стверджую своє панування над розумом, енергією і матерією та проявляю свою волю над ними. Таким чином, я визнаю своє підпорядкування Абсолюту і радісно відкриваю свою душу припливу Божественної Волі й розділяю з Абсолютом його владу, силу та мудрість.

У цьому й наступному читанні ми постараємося допомогти людині, яка прагне до присвяти в Раджа-йогу, забрати владу над підлеглими Я проявами: матерією, енергією та розумом. Щоб придбати і затвердити цю владу, необхідно познайомитися із природою того, чим ми хочемо керувати.

У нашій книзі «Шляхи досягнення» ми намагалися пояснити властивості трьох великих проявів, відомих за назвою читти, або субстанції розуму, прани, або енергії, та акаші, або початку матерії. Ми пояснювали також, що людське Я вище, ніж усі ці прояви, будучи тим, що відомо за назвою атману або духу. Матерія, енергія і розум, як ми пояснили, суть прояв Абсолюту і є початками відносними. Філософія йогинів учить, що матерія – найгрубіша форма прояву субстанції, нижче ніж енергія та розум, а отже, і підлегла їм обом. Одним щаблем вище матерії – енергія або сила, що має владу над матерією, але сама підлегла розуму, бо розум – ще більш висока форма субстанції. Наступним за порядком і найвищим із трьох є розум, найбільш тонка форма субстанції, яка панує над енергією та матерією. Але й розум підлеглий Я, що є дух. Він кориться наказам Я, коли такі віддаються твердо і розумним чином. Саме ж Я підлегло лише Абсолюту – центру буття, – причому Я панує над троїстим проявом: розумом, енергією та матерією.

Я, котре заради наочності має бути розглянуте як щось окреме (хоча воно насправді лише центр свідомості у великому світовому початку духу), виявляється оточеним потрійним океаном розуму, енергії та матерії, що простирається в нескінченність. Тіло є тільки фізична форма, через яку тече нескінченний потік матерії, бо, як ви знаєте, частки й атоми тіла безперестану міняються: відновляються, переставляються, відкидаються та замінюються. Тіло, яке існувало кілька років тому, або радше, частки, що становили його, уже зникли й нині утворюють нові з'єднання у світі матерії. Ваше тіло, яке існує в цей час, вмирає і замінюється новими частками безупинно, а ті частки, які складуть ваше тіло наступного року, перебувають де-небудь в інших частинах простору і входять у незліченну кількість інших з'єднань. Згодом вони вийдуть із цих з'єднань і вступлять у ті, які ввійдуть до складу вашого тіла, яким воно буде через рік. У тілі немає нічого постійного: навіть частини кісток безперестану замінюються іншими. Те ж відбувається з життєвою енергією, силою та міцністю тіла (у тому числі й із мозком). Все це безперестану витрачається, витрачається й знову відновлюється. Міняється навіть розум індивідуума і субстанція розуму, або читта, витрачається й відновлюється з великого океану розуму у який поринають відкинуті частини на зразок того, як це відбувається з матерією та енергією.

У той час як більшість читачів більш-менш знайомих з розповсюдженими науковими поняттями про речовину, приймуть без заперечень висловлене положення про океан матерії та енергії, і про безперестанну витрату та поновлення запасу того й іншого, для них може виявитися трохи важким прийняти ідею, що розум є субстанція або початок, який кориться тим же загальним законам, як і два інших прояви або властивості субстанції.

Людина схильна думати про свій розум, як про «себе», як про своє Я. Незважаючи на той факт, що був зазначений у другому читанні цієї книги, що Я вище, ніж розумові стани і що воно може їх відставити убік від себе й розглядати їх, як щось дотичне до «не-Я», сила звички дуже велика, і вам може знадобитися значний час, перш ніж ви прийдете до усвідомлення, що ваш розум – не ви самі, а лише щось таке, чим ви користуєтеся. Ви повинні, однак,

наполегливо прагнути до досягнення розуміння цього, бо тією самою мірою у якій ви усвідомлюєте ваше панування над своїм розумом, ви будете панувати над ним, і він буде слухняний вам. І яка буде ступінь цього панування, такими ж будуть і характер, якість та кількість роботи, що ваш розуму зробить для вас. У такий спосіб ви побачите, що істинне, придбане шляхом внутрішнього досвіду пізнання, викликає панування, а панування дає результати. Цей принцип лежить в основі всієї науки Раджа-йоги. І багато з перших вправ призначені для того, щоб ознайомити учня з таким розумінням і дати йому можливість усвідомити дослідним шляхом і розвинути в собі істинне ставлення Я до розуму й досягти панування над розумом шляхом звички та практики.

Філософія йогинів учить нас, що замість того, щоб бути Я, розум є те, за допомогою чого Я думає, принаймні, відносно зовнішнього світу або світу явищ, тобто сукупності всього, що має ім'я та форму. У надрах Я вкладено більш високе знання, перевершуючи все, що Я може отримати із зовнішнього світу, але в цей час це не підлягає нашому розгляду і ми маємо зайнятися світом речей.

Субстанція розуму називається на санскриті «читта», а хвиля, яка проходить по читті (хвиля, що представляє з'єднання розуму та енергії), називається «врітта» – слово означає приблизно те, що ми називаємо думкою. Інакше кажучи, врітта значить «розум у русі», тоді як читта є «розум у спокої». У буквальному перекладі «врітта» значить «вихор у розумі», саме те, чим насправді є думка.

Але ми повинні в цьому місці звернути увагу читача на той факт, що слово «розум» вживається йогинами та іншими окултистами у двох значеннях, і що читач повинен скласти собі чітке розуміння про кожне значення, щоб не змішувати їх одне з одним і могли більш точно усвідомити два аспекти того, що бажають означити словом «розум». У першому своєму значенні слово «розум» вживається, як синонім читти, або субстанції розуму, який є світовий початок розуму. Із цієї читти, субстанції розуму, виходить весь матеріал для мільйонів індивідуальних розумів. Друге значення слова «розум» є те, що ми розуміємо говорячи про розум когось конкретного, тобто розумові здібності даної особи, якими вона відрізняється від іншої особи. Ми говорили вам, що цей «розум» у людині діє на трьох площинах і його прояв на трьох площинах ми називали: 1) інстинктивним розумом; 2) інтелектом, і 3) духовним розумом (див. «Основи світоспоглядання індійських йогинів»). Функції розуму на цих трьох площинах утворюють те, що ми називаємо розумом людини, або точніше, збираючись навколо Я, ці функції утворюють душу індивідуума. Слово «душа» часто вживається як синонім «духу», але читачі, які стежили за нашою думкою, розуміють різницю. Душа є Я, оточене його ментальними початками, тоді як дух є душа душі Я, або істинна наша сутність.

Наука Раджа-йога, якій присвячена ця книга, учить пануванню над розумом. Це її основний принцип. Вона стверджує, що перший крок до влади складається в досягненні керування власним розумом. Раджа-йога говорить, що перш ніж починати боротьбу із зовнішнім світом, треба перемогти внутрішній. Вона стверджує, що Я проявляється у волі й, що цією волею можна користуватися для того щоб вести, спрямовувати і направляти розум її власника, точно так само, як і явища у фізичному світі. Раджа-йога прагне видалити все розумове сміття, знищивши всі завади правильної роботи розуму, і створити світлий, чіткий і здоровий розум. Потім Раджа-йога вчить як управляти розумом розумно і продуктивно, зберігаючи всю силу, що витрачається неправильно і за допомогою зосередження приводити розум у повну гармонію з волею для того, щоб тримати його у фокусі, збільшуючи в такий спосіб його сили і продуктивність. Зосередження та сила волі служать для йогинів засобами, за допомогою яких вони досягають таких дивних результатів, керують і направляють свої сильні, здорові розуми і панують над матеріальним світом, впливаючи на енергію та матерію. Ця влада поширюється на всі площини розуму і йогини керують не тільки інстинктивним розумом, тримаючи в підпорядкуванні його нижчі властивості й користуючись для своїх цілей іншими його властивостями, але в той же час вони розвивають і розширюють свій інтелект і отримують від нього дивні результати. Вони підкоряють собі навіть духовний розум, сприяють його розвитку і змушують перейти в поле чіткої свідомості деякі з дивних таємниць, що лежать у його області. За допомогою Раджа-йоги багато таємниць існування і багато загадок всесвіту були розкриті й розгадані. Сховані ж сили людської природи, завдяки Раджа-йозі, розкриваються й починають діяти. Кажуть, що ті, які досягли вищих пізнань у цій науці, мають таку силу і владу над силами всесвіту, що є майже богами в порівнянні зі звичайною людиною.

Раджа-йога вчить, що не тільки можна одержати таку владу, але що користування нею відкриває величезне поле знання. Це вчення стверджує, що коли зосереджений розум направляється на ідею або предмет, стає зрозумілою істинна природа, а також внутрішній зміст і співвідношення цієї ідеї або предмета. Зосереджений розум проходить крізь предмет або крізь питання, як рентгенівські промені проходять через шматок дерева; тоді все, що Я шукає, робиться доступним йому не лише у своїй зовнішності, яка недосконала і вводить в оману, а так, як воно є воістину. Не тільки зовнішній світ можна досліджувати таким шляхом, але розумовий промінь може направитися усередину й досліджувати сховані області самого розуму. Коли ми згадаємо, що та частка розуму, яким володіє всяка людина,

схожа на краплю, узятую з океану і містить у своєму малому обсязі всі елементи, з яких складено океан, і що знати досконало краплю значить знати досконало океан, тоді ми починаємо усвідомлювати дійсне значення цієї сили.

Багато людей у західному світі, які досягали великих результатів на інтелектуальному та науковому полі, розвинули в собі більш-менш несвідомо ті ж сили, які дає Раджа-йога. Багато великих винахідників насправді були практичними йогінами, хоча вони не усвідомлювали джерела своєї сили. Усякий, кому відомі особисті якості Едісона, зрозуміє, що Едісон слідував деяким методам Раджа-йоги і що зосередження є одним з його найдужчих знарядь. Відомий американський учений, професор Елмер Гейтс, розум якого зробив так багато дивних відкриттів і винаходів, є також практичним йогином, хоча він може категорично заперечувати таке твердження і, можливо, навіть не знайомим із принципами цієї науки, які він сам знайшов несвідомо. З розповідей про методи професора Гейтса ми довідаємося, що він насправді викопує відкриття й винаходи зі свого розуму, попередньо пішовши в самоту і практикуючи зосередження. Це є саме те, що відомо в Йозі під назвою розумового ясновидіння. Але ми вже досить сказали в цьому читанні щодо теоретичної частини вчення йогинів і повинні тепер навести правила, за допомогою яких ви зможете розвинути в собі ці сховані сили та енергії, які перебувають наче у сплячому стані. Ви зауважуєте, що в цій книзі ми спочатку даємо теоретичні положення, а потім наводимо вправи. Це правильний метод йогинів, якому слідує кращі вчителі. Занадто багато теорії відразу – важко для розуму. Занадто багато вправ – теж стомливо. Допитливість розуму в останньому випадку не отримує належної їжі. Ми вважаємо, що необхідно сполучати теорію із практикою, і намагаємося додержуватися цього методу.

Розумове тренування й вправи

Перш ніж ми змусимо розум виконувати для нас потрібну роботу, ми повинні «приборкати» його і змусити коритися волі Я. Зазвичай розум дозволяє у багатьох аспектах залишатися в первісному стані і слідувати своїй власній волі та бажанням, не підкоряючись нічому іншому. Як розпечена дитина або погано об'їдений кінь, він постійно потрапляє то в те, то в інше лихо і доставляє своєму власникові мало задоволення, користі та зручності. Розуми багатьох з нас схожі на звіринці наповнені дикими тваринами, з яких кожна йде за своїми власними нахилами й прагне до свого власного шляху. Ми справді містимо в собі цілий звіринець – тигра, мавпу, павича, осла, гусака, вівцю, гієну та інших звірів – і ми дозволяємо цим тваринам керувати нами. Навіть наш інтелект схильний до оман, нестійкий, і подібний ртуті, з якою його порівнювали древні окультисти, хиткий і непостійний. Якщо ви поглянете навколо себе, ви побачите, що тільки ті люди досягли в житті чогось істотного, які привчили свій розум до покори. Вони затвердили владу своєї волі над розумом і придбали таким шляхом могутність і силу. Розум, звичайно, дратується, коли воля починає його обмежувати; він схожий на жваву мавпу, яка не бажає вчитися «штукам». Але він повинен бути приручений, якщо від нього бажають отримати гарну роботу. І вам необхідно зайнятися його прирученням, якщо ви очікуєте якоїсь користі від нього і сподіваєтеся володіти ним, замість того, щоб надати йому володіти вами.

Перше, чому варто навчитися в Раджа-йозі, це управляти розумом. Люди, які сподіваються знайти широку і зручну дорогу до панування й сили, повинні дуже розчаруватися, але шлях тільки один, а саме, затвердити панування і владу волі над розумом. Інакше він покине вас у той час, коли ви найбільше будете мати потребу в ньому. Тому, ми вкажемо вам кілька вправ, які допоможуть вам у цьому напрямку. Перша вправа в Раджа-йозі називається пратяхара, або спосіб обернення розуму всередину самого себе. Це перший крок до придбання влади над розумом. Цією пратяхарою прагнуть до того, щоб відвернути розум від зовнішнього світу і змусити його розвернутися на самого себе або на свою внутрішню природу. Мета полягає в тому, щоб дати волі владу над розумом. Наступні вправи допоможуть вам у цьому.

Вправа перша

(а) Вмостіться зручно і якнайбільше звільніться від зовнішніх впливів турбот. Не робіть великих зусиль керувати розумом, але краще дозвольте йому блукати протягом деякого часу і витратити запас своєї напруги. Він скористається з нагоди і спочатку буде кидатися в сторони, як спущена з ланцюжка мавпа, поки, врешті, не затихне і не почне слухатися ваших наказів. Для його приборкання спочатку може знадобитися значний час, але з кожною наступною спробою ви будете досягати цього все скоріше й скоріше. Йоґини витрачають багато часу на придбання цього ментального спокою і тиші, та вважають себе добре винагородженими за це.

(б) Коли розум цілком заспокоїться, зосередьтеся думкою на ідеї «Я єсмь», як це говориться в попередніх читаннях. Малюйте собі Я як істоту незалежну від тіла, безсмертну, невразливу, реальну. Потім подумайте про Я, як про незалежне від тіла й здатне існувати без свого тілесного покриву. Міркуйте про це протягом деякого часу і

потім, поступово спрямуйте свою думку на сприйняття ідеї Я, як незалежного від розуму, як чогось вищого, порівняно з розумом і здатного керувати розумом. Пройдіть подумки через головні ідеї перших двох читань і намагайтеся спокійно міркувати про них, розглядаючи їх очима розуму. Ви знайдете, що ваш розум буде робитися усе більш і більш тихим та спокійним, і, що думки зовнішнього світу, що відволікають, усе далі й далі будуть іти від вас.

(в) Потім спрямуйте розум на спокійний розгляд третього читання, у якому ми говоримо про єдність усього і про стосунок Я до Єдиного Життя, Сили, Розуму, Буття. Ви побачите, що забираєте владу над розумом і спокій, невідомий вам раніше. Вправи перших трьох читань підготували вас до цього.

(г) Нижченаведене – найважче з усіх видів і ступенів цієї вправи, але здатність виконати це прийде поступово. Вправа полягає в тому, щоб усунути поступово всяку думку і уявлення про зовнішній світ, про тіло та про самі думки, причому учень зосереджується і поринає в міркування про ідею «Я єсмь». Причому мета полягає в тому, щоб він зосередив свій розум на ідеї буття, яку символізують слова «Я єсмь». Не те, щоб «Я – це» або «Я – те», або «Я роблю це», або «Я думаю те», але просто «Я єсмь». Ця вправа зосередить увагу, як у фокусі, на самому центрі буття усередині людини і збере воедино всі її розумові енергії, замість того, щоб дозволяти їм розкидатися на речі зовнішнього світу. За цим піде почуття миру, сили і влади, бо мантра «Я єсмь» і думка, що лежить в основі її, наймогутніші й найсильніші, які лишень можна створити, бо вони висловлюють собою справжнє буття і звернення думки усередину до цієї істини. Нехай розум тримається спочатку за слово «Я», ототожнюючи його зі своєю сутністю, і нехай потім він перейде до слова «єсмь», що означає реальність або буття. З'єднайте потім обидва слова, взявши їхнє загальне значення і результат виявиться наймогутнішим засобом звернення сконцентрованої думки усередину, а також найдужчим твердженням існування. Корисно при цих вправах приймати зручне й вільне фізичне положення, щоб перешкодити тілу відволікатися. Для цього варто прийняти вільне положення й потім розслабити м'язи і розпустити всі нерви так, щоб вийшло почуття легкості, повної зручності та відсутності напруженості. Ви повинні практикувати це доти, доки цілком не придбаєте здатність приходити у такий стан. Це буде корисно для вас у багатьох інших речах. Крім полегшення зосередження й міркування, це ж саме буде діяти як «лікувальним відпочинком» на стомлене тіло, на нерви й розум.

Вправа друга

Другим кроком у Раджа-йозі є те, що називається «дхарана» або зосередження. Це найважливіша річ для збирання у фокус ментальних сил і ця здатність до зосередження може бути розвинена до майже неймовірного ступеня, але вона вимагає багато роботи, часу та терпіння. Проте вивчаючий буде добре винагороджений за витрачений час. Зосередження полягає в тому, що вся сила розуму розвертається на певний предмет і втримується на ньому якийсь час. На перший погляд це здається дуже легко, але невелика практика переконає, як важко твердо встановити увагу і утримати її в бажаному становищі. Увага виявить схильність коливатися і пересуватися до інших предметів або тем і потрібно багато практики для того, щоб утримати її на бажаній точці. Але практика зробить дива, як це можна бачити спостерігаючи за людьми, які придбали таку здатність і які вживають її у своєму повсякденному житті. Однак, треба пам'ятати наступне: багато хто, досягши здатності зосереджувати увагу, дозволяють їй стати майже мимовільною і тоді вони стають її рабами, забуваючи себе і все інше, й часто пропускаючи необхідні справи. Це вкрай недолугий вид зосередження, і люди, віддані йому, стають рабами своїх звичок, замість того щоб зробитися володарями своїх розумів. Вони стають мрійниками і неуважними людьми, замість того щоб стати господарями себе. Вони стільки ж заслуговують жалю, як і ті, які зовсім не можуть зосереджуватися. Весь секрет лежить у пануванні над розумом. Йогини можуть зосереджуватися за своїм бажанням, цілком іти у предмет, що лежить перед ними, витягаючи з нього все, що в ньому є цікавого, і можуть за своїм бажанням відводити свій розум від нього, користуючись в обох випадках однією і тією ж здатністю управляти розумом. Вони не допускають випадків неуважності і вони не мрійники. Навпаки, вони завжди до всього уважні, тонкі спостерігачі, чітко мислять і правильно міркують. Вони володарі своїх розумів, а не раби своїх настроїв. Неосвічена людина, початківець у зосередженні своєї уваги, поринає у предмет, але дозволяє йому володіти собою, у той час як добре тренований, навчений мислитель-йогин затверджує своє «Я» і потім направляє свій розум, змушуючи його зосереджуватися на потрібному йому предметі, тримаючи його під своїм контролем і маючи його увесь час на очах. У цьому полягає різниця.

Наступні вправи можуть виявитися корисними при перших спробах зосередження.

(а) Зосередьте увагу на якому-небудь знайомому предметі, на олівці, наприклад. Утримуйте ваш розум на ньому і розглядайте олівець, усунувши з вашої уваги все інше. Розглядайте розмір олівця, колір, форму, рід дерева. Розглядайте способи його вживання, призначення, складові частини, процес його готування тощо. Словом, думайте

про олівець так багато, як тільки можливо, дозволяючи розуму слідувати по всіх лініях, що йдуть від олівця, наприклад, розглядати графіт, з якого робиться олівець, думати про ліс, з якого було взяте дерево для виготовлення олівця, думати про історію олівців та інші подібні предмети. Словом, ви повинні якомога повніше вичерпати тему «олівець». При розгляді предмету по вказаній програмі, наступний план може виявитися корисним. Думайте про річ із наступних точок зору:

- (1) Сама річ;
- (2) Місце її походження;
- (3) Її призначення або мета;
- (4) Речі, пов'язані з нею;
- (5) Її імовірний кінець.

Нехай гаданий тривіальним характер дослідження не збиває вас з пантелику, бо корисна навіть найпростіша з видів розумової вправи, і вони допоможуть розвитку вашої волі та зосередженню. Цей розвиток близький процесу розвитку м'язів за допомогою простої вправи. В обох випадках потрібно забути про нецікаву саму вправу, маючи на увазі поставлену мету.

(б) Зосередьте вашу увагу на якій-небудь частині тіла, наприклад, на руці, і спрямувавши всю вашу увагу на неї, усуньте або утримайте всі відчуття, сприймані іншими частинами вашого тіла. Невелика практика допоможе вам зробити це. Крім дії на розум, ця вправа підвищить діяльність тої частини тіла, на якій ви зосереджуєтесь, із причин, які будуть викладені в наступних читаннях. Міняйте частини тіла, що служать для зосередження, і тим давайте розуму більше розмаїтості у вправах, а тілу користь загального збудження.

(в) Ці вправи можуть бути поширені на всі предмети навколо вас. Але пам'ятайте завжди, що сама по собі річ не має значення і що мета усього цього – навчити розум коритися волі так, щоб коли ви насправді забажали скористатися вашими розумовими силами, ви могли виявити їх добре навченими і слухняними. Не піддавайтеся бажанню зневажити цією частиною роботи внаслідок її «сухості» і нецікавості, бо вона веде до речей найвищою мірою цікавих і відкриває двері до захоплюючих можливостей.

(г) Практикуйте зосередження уваги на відсторонених темах, тобто на темах, що представляють інтерес розумового дослідження. Розбирайте тоді питання у всіх його фазах і видах, слідуючи то одним шляхом, то іншим, поки ви не відчуєте, що знаєте з цього питання все, що може знати ваш розум. Ви будете здивовані, коли побачите, наскільки більше знаєте про річ, ніж вважали раніше. У схованих закутках свого розуму ви знайдете які-небудь корисні або цікаві відомості щодо даного предмета, і коли ви цілком закінчите ваше дослідження, ви відчуєте себе добре обізнаним про сам предмет і про усе, пов'язане з ним. Це вправа не тільки допоможе вам розвинути ваші інтелектуальні сили, але й зміцнить вашу пам'ять, розширить розум і дасть вам більше впевненості у самому собі. А крім того, ви зробите цінну вправу у зосередженні або «дхарані».

Важливе значення зосередження

Зосередження є збирання розуму у фокус і це зосередження розуму вимагає попереднього зосередження волі. Розум зосереджується тому, що воля спрямована на один предмет. Розум вливається у форму, створювану волею. Наведені вправи призначені не тільки для того, щоб привчити розум покорі волі, але також для того, щоб привчити волю керувати розумом. Ми говоримо про посилення волі, але насправді маємо на увазі приучення розуму коритися і приучення волі розпоряджатися. Наша воля і так досить сильна; тільки ми не усвідомлюємо цього. Корінь волі лежить у самому центрі нашої істоти – у нашому Я, але наш не цілком розвинутий розум не визнає цього факту. Ми схожі на молодих слонів, які не усвідомлюють своєї власної сили і дозволяють керувати собою слабким погоничам, яких вони могли би скинути із себе одним рухом. Воля лежить в основі всіх дій – усієї роботи: розумової і фізичної.

Ми повинні будемо багато говорити щодо волі в цих читаннях, і читач повинен приділити цьому предмету достатньо уваги. Нехай він подивиться навколо себе і він побачить, що головна різниця між людьми, які просунулися вперед у всіх сферах життя і тими, які залишаються в загальних рядах, полягає в рішучості та волі. Щодо цього дуже добре сказав Бекстон: «Чим довше я живу, тим більше я переконуюся, що головна різниця між людьми слабкими і могутніми, великими та незначними, є енергія і непереможна рішучість». Бекстон міг би додати, що основою «енергії та непереможної рішучості» є воля.

Письменники й мислителі всіх століть визнавали дивне і високе значення волі. Теннісон говорить: «О жива волю! Ти витримаєш там, де все видиме має похитнутися». Олівер Вендел Холмс пише: «Місце прояву волі здається мінливим згідно тому, як воля проявляється через різні органи. Воля може переноситися до різних частин мозку, коли ми хочемо згадати яку-небудь картину, фразу або мелодію; може вкладати свою силу у м'язові дії або в інтелектуальні процеси; подібно головнокомандувачам, вона перебуває одночасно на всіх пунктах поля бою. Воля

найменше схожа на знаряддя якої-небудь іншої із наших здібностей і далі за все стоїть від наших понять механізму та матерії, як ми їх зазвичай визначаємо». Холмс цілком мав слушність у своїй основній ідеї, але трохи помилявся в деталях. Воля не міняє місця свого перебування, завжди лежить у центрі Я. Але воля направляє розум до всіх частин тіла й у всіх напрямках, а точно так само змушує пересуватися прану або життєву силу. Воля, дійсно, є головнокомандувачем; вона не кидається в різні місця, де відбувається дія. Вона тільки посилає туди гінців, які несуть її накази. Бекстон казав: «Воля може зробити все, що взагалі може бути зроблено на світі. І ніякі таланти, ніякі обставини, ніякі удачі не зроблять двоного істоту людиною, якщо в неї не буде волі». Марвель справедливо говорить: «Рішучість робить людину тим, хто вона є; не слабка рішучість, не грубі прагнення, не випадкові цілі, але сильна і невтомна воля, що зневажає всіма труднощами та небезпеками, як людина зневажає сніжний покрив зими, та воля, що змушує погляд і розум людини прагнути до недосяжного. Воля робить людей гігантами».

Головна перешкода до правильного користування волею в більшості людей є недолік уміння зосереджувати увагу. Йогини чітко розуміють це. Багато із вправ Раджа-йоги, які даються учням, призначені для того, щоб подолати ці труднощі. Як сказав один французький письменник, «Увага підлегла вищій владі Я. Я змушує її діяти або утримує її, як їй подобається, спрямовує її, по черзі, до різних речей і зосереджує увагу на будь-якому пункті на такий час, який витримає воля». Професор Джеймс каже: «Істотний прояв волі, що діє найбільш свідомо, полягає в тому, що вона береться за важкий предмет і тримає його перед розумом. Зусилля уваги є одним з головних проявів волі». Професор Халлек говорить: «Перший крок до розвитку волі полягає у вправі уваги. Ідеї робляться ясніше і їхня рухова сила збільшується в міру того як ми ближче підходимо до них і віддаємо їм більше уваги. Якщо ми візьмемо дві ідеї однакової сили і зосередимо увагу на одній із них, ми помітимо наскільки сильніше почне втілюватися ця ідея». Професор Селлі каже: «Увагу можна загалом визначити як активний самонапрямок розуму до якого-небудь предмету, що перебуває перед нами в цю мить». Йогини бачать в увазі ніби витягування розуму в одному напрямку і спрямування його до якогось об'єкту. Це саме виражає слово «attention» – від латинського «ad tendere», тобто тягтися до чого-небудь.

Тренована воля проявляється в стійкій увазі, і така увага – одна з ознак тренованої волі. Читач не повинен поспішно висновувати, що цей вид уваги є загальна здатність серед людей. Навпаки, він зустрічається надзвичайно не часто і його можна бачити серед людей, які володіють сильним розумом. Усякий може тримати свою увагу на якій-небудь приємній речі, що випадково вразила його, але потрібна сильно тренована воля для того, щоб увага довго втримувалася на непривабливій речі. Зрозуміло, досвідчений окультист здатний вкласти інтерес у найбільш непривабливу на вигляд річ, на якій йому потрібно зосередити увагу. Але така здатність дається тренованою волею і не може належати звичайній, середній людині. Вольова увага вельми не часта й може бути знайдена лише серед сильних характерів, але може бути культивована і вирощена настільки успішно, що людина, у якої тепер її майже немає, згодом може стати щодо цього велетнем. Це справа практики, вправи і бажання.

Важко з достатньою силою підкреслити користь розвитку здатності завзятої і наполегливої уваги. Людина, що володіє такою розвинутою здатністю, може набагато більше, ніж найблискупіший розум, який не володіє завзятою увагою. І кращий спосіб тренувати увагу під управлінням волі – це практикуватися на нецікавих предметах та ідеях, тримаючи їх перед розумом, поки до них не починає проявлятися інтерес. Це важко спочатку, але незабаром завдання почне приймати приємний вигляд, бо людина починає відчувати, що її сила волі і увага ростуть і, що вона здобуває нову силу і владу, яких у неї не було раніше – почне відчувати, що вона сильнішає. Чарльз Діккенс говорив, що секрет його успіху полягає в тому, що він розвинув у собі здатність вкладати всю свою увагу в те, що він робить нині, а потім розвертати ту ж саму увагу на наступну річ, яка приходить до нього по черзі. Він був схожий на людину, яка керує великим прожектором, наведеним на одну річ і потім, коли ця річ вивчена цілком, переводиться на іншу. Я – це є людина, яка керує прожектором. Воля – це рефлектор, а промінь світла – це увага.

Міркування про волю і увагу можуть здатися читачеві трохи сухими, але тим більше причин, щоб він зайнявся ними. Цей секрет лежить в основі науки Раджа-йоги, і вчителі-йогини досягають такого ступеня зосередженої волі та уваги, яка здається зовсім недосяжною звичайній людині. Завдяки цій здатності зосереджувати волю та увагу, вони здатні спрямовувати свій розум туди або сюди, у зовнішній світ або у внутрішній, з величезною силою. Вони здатні з незвичайною інтенсивністю зосереджувати свій розум на найдрібнішій речі цілком так само, як промені сонця збираються у фокусі збільшувальним склом і можуть підпалити вовну. Інакше кажучи, йогини можуть посилювати свій розум туди, куди хочуть, з незвичайною енергією, висвітлюючи ним усе, чого він торкається, подібно тому, як ми користуємося променем світла від електричного прожектора, що перебігає з місця на місце. Намагайтеся виховувати в собі увагу й волю. Практикуйтеся на неприємних речах; намагайтеся робити те, чого ви раніше уникали, бо це здавалося неприємним; намагайтеся вкласти інтерес у майбутні завдання, і труднощі вирішення їх значно ослабнуть. А ви вийдете з боротьби більш сильним, з почуттям нової могутності.

Я маю волю – це моя невідчужувана власність і моє право. Я вирішую виховувати і розвивати волю практикою та вправами. Мій розум слухняний моїй волі. Я затверджую свою волю над розумом. Я володар свого розуму й тіла. Я затверджую своє панування. Моя воля – це джерело сили, енергії та влади. Я відчуваю свою силу. Я сильний. Я сповнений енергії. Я повний життя. Я центр свідомості, енергії, сили та влади. Я вимагаю того, що мені належить по праву.

Читання 5. Виховання уваги

Увага відіграє важливу роль у практиці Раджа-йоги, і йогини жадають од своїх учнів систематичних вправ, щоб розвинути і вдосконалити цю здатність. Увага лежить в основі сили волі і розвиток уваги полегшує користування силою волі.

Щоб пояснити, чому ми надаємо настільки важливе значення вихованню уваги, нам довелося б забігти вперед і тому тут, ми попросимо читача поки прийняти на віру все, що ми будемо говорити щодо важливості виховання уваги для використання розумових сил у деяких напрямках.

Для того щоб ви знали, що ми не висуваємо ніякої особливої теорії йогинів, яка може виявитися не в гармонії із сучасними західними знаннями, ми наводимо вам у цьому читанні декілька виречень західних письменників і мислителів стосовно цієї важливої здатності. Ми робимо це для того, щоб ви бачили повну згоду поглядів Сходу і Заходу в цьому питанні, якими б різними не були пояснення цього факту різними школами або методи користування силою, досягнутою за допомогою виховання уваги.

Я бажає, щоб розум був зосереджений на даному предметі як на факті і розум простягається до даного предмету, або об'єкту, зосереджуючи на ньому всю свою енергію, помічаючи кожну деталь, розчленовуючи, аналізуючи свідомо і у підсвідомості; завдяки цьому, розум наче вбирає в себе всілякі відомості стосовно даного предмету, як із самого предмету, так і з його оточення. Ніколи не можливо доволі сильно підкреслити необхідність придбання або, точніше, розвитку здатності вольової уваги, бо володіння нею необхідно для розумного вивчення Раджа-йоги.

Для того щоб з'ясувати важливість цього предмету, спробуємо звернути нашу увагу на сам предмет уваги і подивимося, наскільки більше сенсу в цьому предметі, ніж ми раніше думали. Ми з надлишком будемо винагороджені за кількість часу і праці, які витратимо на це.

Увагу визначають, як зосередження свідомості у фокусі, або якщо ви віддаєте перевагу іншій формі висловлення, як утримання чого-небудь у свідомості. У першому випадку ми можемо зрівняти увагу з дією збільшувального скла, проходячи через яке, сонячні промені зосереджуються на речі, причому у результаті, тепло збирається в одній точці й інтенсивність тепла підвищується настільки, що воно починає запалювати шматочки дерева або змушує випаровуватися воду. Якби промені не були зібрані у фокусі, то ті ж промені й те ж тепло були б розсіяні по більшій поверхні і їхня дія та сила були би слабше. Те ж відбувається і з розумом. Якщо йому дозволяти розсіятися по всьому просторі даного йому предмету, він проявить дуже мало сили і результати будуть слабкі, але якщо його пропустити через збільшувальне скло уваги і спочатку зібрати у фокусі на одній частині предмету, а потім на іншій і т.д., то предмет можна досліджувати в усіх деталях, і досягнутий результат буде здаватися майже дивовижним для тих, хто не знає секрету.

Томсон сказав: «Переживання, які найбільш міцно запам'яталися у свідомості – це ті, котрим була віддана найбільша кількість уваги».

Інший автор, що писав по даному питанню, говорить: «Увага істотно необхідна для розуміння і без певного ступеня уваги ідеї та сприйняття, що проходять через розум, не залишають на ньому сліду».

Гамільтон писав: «Акт уваги, тобто акт зосередження, здається в такий спосіб необхідним для кожного напрямку свідомості, як відомі зменшення зіниці необхідні для всякої напруги зору. Тому увага грає ту ж роль стосовно пізнання, як зменшення зіниці для зору, або можна сказати, що увага для розумового зору те ж саме, що мікроскоп або телескоп для фізичного зору. Увага зумовлює собою значну частину інтелектуальної сили».

Броуді додає, підкреслюючи це: «Сила уваги набагато більше, ніж якась різниця в здібностях відстороненого міркування, обумовлює різницю, яку ми спостерігаємо між розумами різних індивідуумів».

Батлер наводить наступне важливе свідчення на користь сказаного: «Найкорисніша інтелектуальна звичка, яку я знаю – є звичка займатися винятково тією справою, яка на черзі в дану мить. Зазвичай кажуть, що геніальність не може бути дана вихованням, однак сила зосередженої уваги, якою повинен неодмінно володіти всякий великий винахідник, безсумнівно може значно збільшитися за допомогою постійних вправ».

Закінчуючи цей огляд різних думок, які доводять правильність вчення йогинів у даному питанні, наводимо ще слова Бітті, який говорить: «Сила, з якою що-небудь вражає розум, зазвичай пропорційна ступеню уваги, що віддається даному факту. Більше того, велике мистецтво пам'яті є саме увага, і неуважні люди завжди мають кепську пам'ять».

Існують два види уваги: перша – це увага, спрямована усередину розуму на розумовий предмет або поняття; інша є увага, спрямована на зовнішній для нас предмет. Ті самі загальні правила й закони застосовні однаковою мірою до обох видів уваги.

Достоту в такий же спосіб можна знайти інше розходження між двома видами уваги, а саме: увага, приваблювана яким-небудь враженням, що надходить у свідомість без якогось зусилля з боку волі. Ця увага називається мимовільною увагою, бо увага й інтерес викликані привабливістю або новизною предмету. Інший вид уваги, коли вона буває спрямована на який-небудь предмет зусиллям волі, називається вольовою увагою. Мимовільна увага найбільш часто зустрічається й не вимагає спеціального тренування. Насправді, вищі тварини та малі діти здається мають більший ступінь мимовільної уваги, ніж дорослі люди. Великий відсоток людей має тільки цю форму уваги, маючи лише зачатки вищих форм. З іншого боку, вольова увага вимагає зусиль волі та певної мети, тобто деякого тренування, яка недосяжна для більшості людей, бо вони не хочуть попрацювати над спрямуванням своєї уваги цим шляхом. Вольова увага є ознака учнів-йогинів та інших мислячих людей. Вони зосереджують свій розум на предметах, що не ведуть до безпосереднього інтересу або насолоди, й роблять це з метою вчитися спрямовувати свою увагу та вдосконалюватися. Малодумаюча людина не буде намагатися в такий спосіб утримувати свою увагу на нецікавих предметах, хіба на одну мить, бо її мимовільна увага незабаром буде притягнута якимось минулим предметом, хоча б найнікчемнішим, і вольова увага зникає й буде забута. Вольова увага розвивається вправами та наполегливістю й цілком окупає працю, бо ніщо в розумовому світі не може бути зроблено без неї.

Увага сама нелегко зупиняється на нецікавих предметах і якщо інтерес не буде створений, буде потрібно значний ступінь напруги вольової уваги для того, щоб розум не відходив від такого предмета. Крім того, якби навіть проста увага й була притягнута, то вона швидко почне коливатися, якщо не відбудеться якої-небудь цікавої зміни в аспекті предмету, що дасть увазі нову точку опори, або в самому предметі не виявиться яка-небудь нова якість, характеристика або властивість. Ця обставина залежить від того, що розумовий механізм не був тренований для тривалої вольової уваги і, насправді, фізичний мозок не привчений до роботи, хоча він міг би бути тренований для цього шляхом терплячих вправ.

Дослідниками було зазначено, що увага може відпочивати й освіжатися двома способами: або за допомогою відводу вольової уваги від предмету й дозволу увазі додержуватися мимовільних імпульсів, або з іншого боку – напрямком вольової уваги на нове поле спостереження, тобто на якийсь новий предмет. Іноді один спосіб здається кращим за результатами, а іноді переважніше інший. Ми звертаємо вашу увагу на той факт, що інтерес розвиває увагу і тримає її на предметі, у той час як нецікава тема або предмет вимагають великого зусилля та старанності. Цей факт зрозумілий для кожного. Процес читання книги служить простою ілюстрацією вищезгаданого. Майже кожному траплялося віддавати всю свою увагу якій-небудь яскравій, захоплюючій розповіді, у той час як людей, здатних приділити достатню кількість вольової уваги, щоб здолати наукову книгу, дуже мало. Тут ми бажаємо звернути вашу увагу на іншу сторону питання, яке зайвий раз підтверджує той факт, що істина складається з парадоксів.

Подібно тому, як інтерес розвиває увагу, увага розвиває інтерес. Якщо людина потурбується скільки-небудь зосередити вольову увагу на якомусь предметі, то вона незабаром переконається в тім, що, при деякій наполегливості, перед нею відкриються нові цікаві сторони цього предмету. Їй відкриються речі, яких вона раніше не бачила і не підозрювала, і в кожному предметі вона побачить багато нових фаз і аспектів, які всі будуть представляти для неї інтерес. Шукайте цікаві сторони в нецікавих речах і ці сторони з'являться вам, і тоді нецікавий предмет зміниться у ваших очах на річ, повну найрізноманітнішого інтересу.

Вольова увага – одна з ознак розвинутої волі, тобто розуму, добре тренованого волею, бо воля завжди сильна і тренування потребує розум, а не воля. З іншого боку, один із кращих шляхів тренування розуму за допомогою волі – це практичні вправи вольової уваги.

У такий спосіб ви бачите подвійну дію викладеного правила. Деякі західні психологи висловили теорію про те, що вольова увага є єдине знаряддя волі й, що цього знаряддя волі досить, бо, якщо увагу твердо встановити й тримати на предметі, то розум зробить все інше. Ми не згодні з думкою цієї школи і згадуємо про цей факт тільки для ілюстрації тої важливості, яку сучасні психологи приписують вольовій увазі.

Людина із сильно розвиненою увагою часто досягає набагато більшого, ніж обдарована людина, але з недоліком уваги. Вольова увага і старанність – досить гарні заміни геніальності й часто досягають набагато більшого результату, особливо на великому проміжку часу.

Вольова увага є тверде й певне встановлення розуму на якому-небудь певному предметі, причому в той же час вимикаються зі свідомості всі інші предмети, що прагнуть туди проникнути. Гамільтон визначає вольову увагу як свідомість, навмисно застосовану відповідно до закону її обмеження, до якогось певного об'єкту. Той же автор далі стверджує, що чим більше число предметів, до яких одночасно простирається свідомість, тим менше інтенсивність уваги, яка віддається кожному із цих предметів і, отже, тим менш жваво і зрозуміло буде знайомство свідомості з кожним із цих предметів. Коли наш інтерес збуджений стосовно якогось предмету і ми хочемо отримати всі відомості щодо цього предмету, які тільки можливі, ми повинні обмежуватися прагненням до пізнання одного цього предмету, відкинувши все інше.

Людський розум має здатність займатися одночасно тільки чимось одним, хоча він здатний переходити з одного предмету на інший з дивною швидкістю, так швидко, що багато хто стверджує, начебто можуть одночасно схоплювати кілька предметів. Кращі авторитети з психології, східні й західні, тримаються тої думки, що теорія «однієї ідеї» більш правильна. З цього питання ми наведемо кілька думок.

Жоффруа каже: «Практикою встановлено, що ми не можемо віддавати нашу увагу одночасно двом різним предметам». Голланд стверджує, що «дві думки, як би тісно вони не були пов'язані одна з одною, не можуть існувати в один час». Льюїс писав: «Природа нашого організму перешкоджає нам надавати свідомості більше одного аспекту в кожний даний момент». Уетлі говорить: «Кращі філософи згодні, що розум не може насправді займатися одночасно більш ніж однією річчю і навіть коли здається, що він робить це, насправді він із дивною швидкістю перебігає назад і вперед від однієї речі до іншої».

Зосередивши вольову увагу на предметі, ми не тільки у змозі бачити його й думати про нього з найбільшим можливим ступенем ясності, але за таких умов розум має схильність приводити в поле свідомості всі різні ідеї, з'єднані в нашій пам'яті із цим предметом або питанням і ніби ставити навколо даного предмету всі дотичні до нього факти та відомості. У той же час увага, спрямована на предмет, пожвавлює і робить яскравіше все те, що ми знаємо щодо цього предмету тепер і могли б довідатися згодом. Увага наче прориває канал, по якому тече знання.

Увага збільшує й підсилює здатності сприйняття і сильно допомагає діяльності органів сприйняття. Звертаючи увагу на те, що вона бачить і чує, людина починає зауважувати не побачені або не почуті раніше подробиці, і де неуважний розум одержить, скажімо, три враження, уважний розум сприйме їх утричі по три, або можливо, утричі тричі по три.

Як ми зараз сказали, увага пускає в хід сили асоціації і дає нам вільний кінець нескінченного ланцюга асоційованих між собою фактів, що зберігаються в нашій пам'яті. Ці факти утворюють комбінації, про які ми ніколи не думали раніше, і цим дають нам зовсім нові відомості щодо розглянутої речі. Доказ цього доступний кожному на досвіді. Хто не пам'ятає, як сидючи і займаючись листом, малюванням або читанням з великою увагою та інтересом, той зі здивуванням виявляв, що цілий потік думок, які стосуються даного предмету, проникає в його голову. Увага начебто збирає у фокус усі ваші пізнання, якими ви володієте стосовно даної речі і з'єднує їх разом, дозволяючи вам комбінувати і класифікувати їх, створюючи в такий спосіб нові знання. Гібон говорить нам, що, кинувши швидкий погляд і трохи подумавши про нову тему, він припиняв міркувати про неї і дозволяв своєму розуму (при зосередженій увазі) виявляти всю суму своїх знань стосовно цього предмету, після чого відновлював роботу з подвоєною силою і продуктивністю.

Чим більше уваги людина віддає розгляду предмета, тим глибше враження предмет залишає в розумі і тим легше буде їй згодом простежити цей плин думок при роботі.

Увага – це необхідна умова для гарної пам'яті і фактично не може бути гарної пам'яті без деякого ступеня уваги. Ступінь пам'яті залежить від ступеня уваги та інтересу. І коли ми подумаємо, що робота сьогоднішнього дня дає результати завдяки тому, що ми пам'ятаємо, що було вчора, третього дня й т.д., ми починаємо бачити, що ступінь уваги, яка проявляється сьогодні, визначає якість роботи завтрашнього дня.

Деякі мислителі визначають геніальність як результат великих сил уваги або принаймні визнають, що увага і геніальність ідуть поруч. Один письменник говорить, що, можливо, геніальність найкраще визначається силою зосередження на якомусь даному предметі доти, доки із цього предмету не взяте все, що є в ньому.

Симпсон писав, що сила та звичка мислити уважно і безперервно про одну справу, з вилученням на цей час усяких інших предметів, є одним з головних, якщо не головним засобом, що веде до успіху. Сер Ісак Ньютон розповідає нам свою систему придбання відомостей і знань. Він говорить, що намагався якомога довгий час тримати перед собою предмет для розгляду і потім залишав його та чекав поки в нього наче самі собою не починали

з'являтися нові думки, стосовно даного предмету – слабка смужка зорі поступово перетворювалася на яскраве світло дня. Це дійсно, ніби розумовий сонячний схід.

Уважний спостерігач, доктор Абекромбі, писав, що він не знає більш важливого правила для досягнення успіху на будь-якому полі, ніж здатність робити одну річ в один час, уникаючи всіх речей, що розважають і відволікають, причому розум безупинно повинен тримати головну думку перед собою. Інші додають до цього, що така система допомагає людині зауважувати стосунок або зв'язок, який існує між даним предметом та іншими речами, ті стосунки, які не будуть видимі менш уважному спостерігачеві.

Ступінь уваги, що розвивається людиною, є показник її здатності до інтелектуальної роботи. Як ми сказали, «великі» люди всіх життєвих полів діяльності розвивали цю здатність до чудового ступеня, і багато хто з них, які, як може здаватися, досягають усього інтуїтивно, насправді діють за допомогою зосередженої сили уваги, яка допомагає їм бачити самий центр справи, а також усі навколишні його обставини у такий короткий час, що це здається неймовірним для людини, яка не розвинула в собі цю могутню силу. Люди, які присвятили багато уваги якійсь спеціальній галузі роботи або досліджень, у змозі діяти майже так, наче вони мали ясновидіння, за умови, що предмет роботи лежить у їхньому улюбленому полі діяльності.

Увага підсилює всі здібності – здатність міркування, почуття, здатності вибору, аналітичні здатності й так далі, причому кожна здатність ніби загострюється завдяки тому, що нею користуються при зосередженій увазі. І з іншого боку, немає більш вірної вказівки на слабкість розуму, ніж недолік уваги.

Ця слабкість може відбутися від хвороби або фізичного розладу, які діють на мозок і в цьому випадку слабкість буде лише тимчасовою. Але вона може виникнути від недоліку розумового розвитку. Розумово нерозвинені люди й ідіоти або зовсім не мають уваги, або мають дуже малий ступінь її. Французький психолог Люї, говорячи про цей факт, повідомляє, що розумово нерозвинені люди та ідіоти бачать погано, чують погано, сприймають дотиком погано, і відповідно до цього, їхнє загальне відчуття також слабо розвинуте, й вразливість до речей зовнішнього світу мінімальна; їх чутливість незначна й, отже, у них важко викликати фізіологічні умови, необхідні для створення уваги.

В старості увага, як здатність, перша проявляє ознаки занепаду. Деякі вчені схильні думати, що пам'ять у похилі роки перша піддана впливу років, але це невірно, що легко перевірити. Старі показують дивовижно ясну пам'ять до давно минулих подій. Причина, чому старі погано пам'ятають недавні події, полягає в тому, що ослаблення уваги заважало їм отримувати сильні й чіткі розумові враження від цих подій. Враження молодості, будучи сильними і чіткими, легко пригадуються, у той час як пізні враження слабкі й пригадуються важко. Будь дефект у пам'яті, для них було б важко пригадати всякі враження, як недавні, так і віддалені.

Ми повинні обмежитися наведеними прикладами й посиланнями на психологів і мислителів, і задовольнитися тим, що ми сказали щодо важливості уваги. Якщо ви тепер не усвідомите цього, внаслідок мало виявленої уваги до предмету, то подальше повторення вам не допоможе.

Допускаючи важливість уваги із психологічної точки зору, не говорячи про окультну сторону теми, хіба не важливо для вас самих приступити до виховання цієї здатності? Ми гадаємо, що так, а єдиний шлях для виховання якої-небудь розумової або фізичної здатності – це вправлятися в ній. Вправа зношує м'язи або мозкову тканину, але організм поспішає доставити матеріал для поновлення зношених тканин, прагне поповнити витрату, причому завжди посиляє більше, ніж потрібно, і цей надлишок, поступово накопичуючись, змушує рости й збільшуватися м'язи і мозкові центри, а кращі й укріплені мозкові центри надають для розуму кращі умови для роботи.

Одна з перших речей, якій необхідно вивчитися при вихованні уваги – це думати в один час про одну річ і робити в один час лише одну річ. Набуваючи звички уважно займатися тим, що лежить перед вами, а потім, закінчивши це, переходити до наступного, вчиняючи із ним таким же чином, ми будемо наближатися до успіху, і користування цією звичкою буде вправою у вихованні здатностей уваги. І навпаки, немає нічого більш шкідливого з погляду успішного виконання справи й нічого, що могло б більш руйнівню діяти на силу уваги, як звичка пробувати робити одне, а думати про інше. Розумова частина розуму і діюча частина, повинні працювати разом, а не суперечити одна одній.

Доктор Бітті, говорячи про цей предмет, встановлює наступне: «Дуже важливо набути звички робити одну справу в один час, тобто не дозволяти думкам іти до іншої справи, коли ви робите одне». Гранвіль додає: «Часта причина ослаблення здатності уваги створюється спробами думати одночасно про декілька речей». Кей приводить думку одного письменника, який говорить про одну жінку. Вона легко справлялася зі справами, бо роблячи їх, вона була зайнята тільки тим, що робила. Коли вона пекла хліб, вона думала про хліб, але не про фасон нового плаття і не про танці. Лорд Честерфілд говорив: «Протягом дня досить часу для всього, але за умови, якщо ви будете робити тільки одну річ за раз; якщо ж ви захочете робити дві речі відразу, вам бракуватиме часу в цілому році».

Для досягнення кращих результатів усякий повинен намагатися зосереджуватися на актуальному завданні перед ним, відганяючи якомога далі від себе всяку іншу ідею або думку, і в таких випадках людина мусить намагатися забути себе, свою особистість, бо немає нічого, що б діяло більш руйнівно на правильне мислення, ніж дозвіл вторгтися в нього хворобливий самосвідомості. Усякий діє краще, коли забуває себе в роботі й дозволяє своїй особистості зовсім зникати у творчості.

Щиро працює той, хто віддає свою особистість для досягнення бажаних результатів або для здійснення поставленого завдання. Актор, проповідник, оратор або письменник повинні втратити ідею самих себе для досягнення кращих результатів у тому, що вони роблять. Не відволікайтеся від предмету і не піклуйтеся про ваше Я.

У зв'язку із цим ми можемо навести розповідь про Уетлі, який може бути цікавим у зв'язку з тим, що ми говоримо про необхідність забувати себе, роблячи свою справу. Якось у нього попросили поради, як вилікуватися від сором'язливості. Він відповідав, що людина буває сором'язлива тому, що весь час думає про себе і про враження, яке вона створює. Його порада полягала в тому, щоб парубок, про якого йшла мова, більше думав про інших і про те, що він їм може зробити. У такий спосіб його боязкість має пропасти. Засіб цей дав блискучі результати. Той же Уетлі писав: «Оратор, який говорить експромтом, або автор, який читає свій твір, повинні уникати всіх думок про себе, серйозно тримаючи в розумі тільки те, що вони говорять або читають і вони будуть менше відчувати тиску, який виникає від думки про те, яку ж думку про них складуть слухачі».

Уетлі, очевидно, спеціально вивчав питання про увагу і дає нам багато цікавих відомостей про подробиці своїх спостережень. Наступне може бути прочитане з інтересом, а якщо воно буде правильно зрозуміло, то може принести й користь. Він говорить: «Факт, і притому доволі цікавий, полягає в тому, що багато хто може щонайкраще віддаватися якій-небудь серйозній справі, коли вони зайняті чим-небудь іншим, що вимагає мало уваги, або зовсім не вимагає її, наприклад: шиттям, розрізуванням сторінок книги або, за відсутності цього, просто грою зі своїми пальцями». Автор не пояснює цього явища і з першого погляду воно може здатися суперечним ідеї «одна справа в один час», але більш близьке вивчення показує нам, що другорядна робота стосується, по своїй природі, до мимовільних або автоматичних рухів, що вимагають дуже мало або зовсім не потребують вольової уваги й, що відбуваються ніби самі по собі. Цей автоматичний рух не відволікає уваги від головного предмету, але робиться немов «надлишком» уваги, що, не витрачаючись, часто прагне відволікти увагу від однієї вольової дії на іншу. Звичка може допомагати робити одну справу в той час, коли увага звернута на інше. Наприклад, людина може писати, віддаючи всю свою увагу тим думкам, які вона може висловити, але її рука в той же час буде писати слова й букви, очевидно не вимагаючи ніякої уваги. Але дозвольте дитині або особі незвичній до листування спробувати висловити свої думки таким шляхом і ви побачите, що вона заплутується в потоці думок через те, що їй доводиться приділяти занадто багато уваги механічній роботі письма. У такий же спосіб початківець у друкуванні на друкарській машинці знаходить важким складати текст листів або взагалі те, що він пише, працюючи на машинці, тобто стежачи за клавішами, регістрами та інше, тоді як людина звична до цієї роботи, знаходить, що механічні рухи не є перешкодою для плину її думок і зосередження уваги. Насправді багатьом навіть легше думати, працюючи на друкарській машинці, ніж диктуючи стенографу. Ми гадаємо, ви зрозумієте, чому це так відбувається.

Тепер варто приступити до ментальних вправ зосередження уваги, що дає можливість вступити на правильний шлях до виховання цієї важливої здатності.

Розумові вправи в зосередженні уваги

Вправа 1-а. Почніть, узявши який-небудь знайомий предмет і поставивши його перед собою, постарайтеся увібрати в себе якнайбільше вражень, що йдуть від нього. Вивчіть його форму, колір, величину й усі маленькі особливості, що представляються вашій увазі. Потім розкладіть річ на її складові частини і проаналізуйте їх якомога глибше; розкладіть її на частини і вивчайте кожну її частину окремо в її подробицях. Чим менше і простіше частини, які ви розглядаєте, тим більш чітким буде отримане вами враження, й тим більш жваво буде воно пригадуватися. Приведіть річ до найпростішого вигляду, вивчайте кожну її сторону, і лише цілком опанувавши однією стороною, переходьте до наступної. Коли ви вивчите в такий спосіб предмет, візьміть олівець та папір і запишіть усе, що ви довідалися про нього. Коли ви зробите це, порівняйте опис із самим предметом, і ви побачите, як багато ви не помітили.

Наступного дня візьміть цей же предмет і, розглянувши його ще раз, опишіть його помічені подробиці, і ви побачите, що зібрали більшу кількість вражень відносно нього і при повторному огляді відкрили багато нових подробиць. Ця вправа зміцнює пам'ять так само, як і увагу, бо і те й інше нерозривно пов'язано між собою, причому пам'ять у значній мірі залежить від ясності та сили отриманих вражень, а сила вражень залежить від суми уваги, відданої для спостереження речі. Не стомлюйте себе цією вправою, бо втомлена увага – слабка увага. Краще

вправляйтеся поступово, з кожним разом ускладнюючи завдання. Постарайтеся зробити розвагу із цього заняття, і ви знайдете вкрай цікавим помічати поступове поліпшення у своїй здатності зауважувати подробиці спостережуваних предметів.

Цікаво робити ці вправи вдвох із товаришем. При цьому той самий предмет вивчають обоє і обоє окремо друг від друга записують свої враження, а потім порівнюють результати. Це робить вправу більш цікавою, і ви будете здивовані, наскільки швидко у вас почне збільшуватися спостережливість, розвинута в результаті посилення уваги.

Вправа 2-а. Це вправа – не що інше, як варіація першої. Увійдіть у кімнату й киньте швидкий погляд навколо вас, потім, вийшовши з кімнати, запишіть число бачених вами предметів з описом кожного. Ви будете здивовані, помітивши, як багато речей ви пропустили при першому погляді і як швидко почнуть поліпшуватися ваші спостереження після невеликої практики. Цю вправу можна також удосконалити, запросивши товариша, як описано в першому випадку. Дивовижно, як багато деталей зауважується і запам'ятовується після невеликої практики. Про французького фокусника Удена розповідають, що він дивним чином розвинув у себе здатність уваги й пам'яті, практикуючись із молодим родичем в описаних вправах. Вони проходили повз вікно крамниці, кидаючи швидкий, але уважний погляд на виставлені речі. Потім вони заходили за риг і перевіряли свої враження; спочатку вони могли запам'ятати тільки найголовніші предмети, тобто їхня увага могла схопити тільки далеко не всі предмети за раз, але в міру того, як вони розвивали здатність уваги, вони почали помічати, що можуть спостерігати і зауважувати відразу більше число із предметів, виставлених у вікнах. Зрештою, як розповідають, Уден міг пройти перед якою-небудь великою вітриною, кинувши один тільки швидкий погляд, і потім міг перелічити майже всі предмети, що перебували там, і дати докладний опис майже кожного з них. Це робилося завдяки тому, що правильно вихована увага дозволяла Удену запам'ятати у своєму розумі ментальний образ вікна з усім, що там є. А потім він міг описувати предмети, один за одним, беручи їх з картини в його розумі.

Уден також учив свого сина розвивати увагу за допомогою простих вправ, які можуть бути цікавими й корисними для читачів. Він клав перед хлопчиком кістку доміно, наприклад, – п'ять-чотири, і потім вимагав, щоб хлопчик відразу сказав суму очок, не зупиняючись, щоб їх порахувати. «Дев'ять», відповідав хлопчик після секунди коливання. Потім додавалася ще кісточка – 3-4. «Шістнадцять», говорив хлопчик. Наступного дня бралися відразу дві кості, на третій день – три, потім чотири й т.д., поки хлопчик не був здатен, врешті, вирішити це завдання відразу із дванадцятьма костями доміно, тобто відразу, кинувши один лише швидкий погляд, говорити загальну суму очок дванадцяти костей. Це була дійсно розвинена увага, і вона показує, що дає практика для розвитку якої-небудь здібності. Результат проявлявся в чудовій силі спостережливості, пам'яті та увазі, разом з дивною швидкістю розумової діяльності розвинутої у дитини. Син був у змозі не лише незвичайно швидко пригадати в розумі число очок, але й мав спостережливість, яка здавалася майже неймовірною. А проте, розповідають, що він мав слабку увагу й недостатню пам'ять, коли почав вправлятися.

Якщо розказане здається неймовірним, згадаємо старих гравців у віст, які зауважують і запам'ятовують усі карти й можуть сказати, чи була дана карта в грі або не була. Те ж саме вірно й щодо шахістів, які запам'ятовують кожний хід і можуть розповісти всю партію в деталях через довгий час після того, як вона була зіграна. Згадайте також, як жінка, пройшовши повз іншу на вулиці й, як видно, кинувши на неї лише побіжний погляд, може опісля описати в усіх подробицях одяг цієї жінки, всі кольори, матеріал, фасон і ймовірну ціну матерії та інше. Чоловік ледве б міг помітити що-небудь із цих подробиць, бо він не звернув би на них достатньо уваги, але й цей чоловік може швидко зрівнятися з жінкою в здатності спостереження і запам'ятовування подробиць, якщо це нащось йому потрібно, наприклад якщо це пов'язане з його професією або якщо його спостережлива здатність пробуджена яким-небудь особливим імпульсом, наприклад якщо він тримає парі з приятелем, що може запам'ятати всі подробиці одягу, бачені тільки мигцем. Ви бачите, що все це – справа інтересу та уваги.

Але ми забуваємо, що увага може бути розвинута й вихована, і скаржимося, що часто багато чого забуваємо або нездатні відразу зауважувати. Тим часом маленька практика зробила б дива в цьому напрямку.

Наведені вправи розвинуть вашу пам'ять і силу спостереження, але ми дали їх не лише тому. Є ще інша мета, яка з'ясується у свій час. Ми прагнемо розвивати вашу силу волі й знаємо, що увага відкриває двері для прояву сили волі. Щоб користуватися волею, ви повинні бути здатні виразно й твердо зосереджувати увагу. Ці дитячі вправи допоможуть вам розвинути розумові м'язи уваги. Якщо ви могли б тільки отримати поняття про ті ігри, які містять у собі психічні вправи, у які змушують грати учнів-йогинів для розвитку їхніх розумових здібностей, ви змінили б свою думку про адептів вчення йогинів, про яких ви думали раніше як про мрійників, котрі далеко стоять від дійсності. Навпаки, ці люди і їхні послідовники надзвичайно практичні. Вони досягли панування над розумом і над його здібностями, й можуть користуватися ними, як добре відточеними інструментами, тоді як людина, котра не пройшла спеціального тренування, має у своєму розпорядженні тільки тупі інструменти, якими вона може лише грубо рубати та колоти й ніколи не зможе зробити нічого тонкого та закінченого. Йогин вірить у користь гарних

інструментів для роботи Я і він витрачає багато часу на загартовування і загострення цих інструментів. Ні, йогин не порожній мрійник; його практичне чуття здивує багатьох ділових західних людей, коли останні зіштовхнуться із цими здібностями йогинів.

Отже, ми просимо вас зайнятися вправами у «спостереженні». Два наведених приклади – тільки вказівка на загальний напрямок. Ми могли б привести вам тисячі вправ, але ви можете самі створити їх. Маленьку індуську дитину вчать розвивати увагу, змушуючи зауважувати і запам'ятовувати число, колір, характер та інші подробиці різнобарвних каменів і коштовностей, які їй показують на одну мить розкриваючи долоні, і потім зараз же закриваючи їх. Її також учать спостерігати і описувати перехожих, екіпажі, будинки, які вона бачить під час прогулянок, і тисячі інших речей. Одержувані результати майже чудесні, і таким шляхом дитину готують для ролі «чели» або учня. Приходячи до свого «гуру» або вчителя, вона уже має добре розвинутий мозок, тобто розум, цілком привчений коритися волі Я, а також і здібності, загострені настільки, що вона зауважує миттєво те, на що іншим знадобився б тиждень. Правда, йогини не користуються цими здібностями для практичних цілей або для «справ», але воліють віддавати їх відстороненим заняттям і прагненням поза тим, що західна людина вважає метою життя. Пам'ятайте, що ці дві цивілізації зовсім різні, переслідують різні ідеали, розвиваються в різних економічних умовах, наче у різних світах. Але це вже справа смаку та ідеалів. У всякому разі, «чела» має всі здібності для практичного життя Заходу, якщо він захоче користуватися цими здібностями, але звичайно, не потрібно забувати, що не всі індуські юнаки – «чели», так само як і не всі західні юнаки – майбутні королі промисловості або Едіссони.

Мантра

Я користуюся своєю увагою для розвитку своїх розумових здібностей, для того щоб дати моему Я досконалий інструмент для його роботи.

Розум – мій інструмент, і я привожу його у такий стан, у якому він дасть найбільш довершену роботу.

Читання 6. Культура сприйняття

Людина пізнає зовнішній світ через свої почуття. Внаслідок цього багато хто думає, що саме ці почуття й роблять усю роботу сприйняття; тоді як насправді вони є лише провідниками вібрацій, які йдуть від зовнішнього світу, які потім і підносять розуму для ознайомлення його з ними. Нижче ми докладно зупинимось на цьому. Тепер же ми бажаємо лише закарбувати в голові читача той факт, що – сприймає розум, а не органи почуттів. Тому, розвиток сприйняття насправді рівняється розвитку розуму.

Йогини змушують своїх учнів пройти дуже важкий курс практичних вправ, що мають на меті розвиток здібностей сприйняття. Багато хто приймуть цю роботу лише за систематичний розвиток органів почуттів, що може здатися трохи дивним, через те, що йогини безупинно вказують на все божевілля підпорядкування себе почуттям і надання їм влади над собою. Але в цьому немає нічого парадоксального, бо йогини, відзначаючи все божевілля почуттєвого життя і здійснюючи своє вчення на практиці, проте визнають користь усіх вправ, що мають метою «загострити» розум і довести його до стану якомога більшої гостроти.

Вони бачать велику різницю між володінням гострим сприйняттям з однієї сторони і поневоленням себе почуттями з іншої. Наприклад, як поставитися до людини, котра не побажала би придбати гостріший зір з побоювання, що він відволіче її від вищих предметів внаслідок того, що вона занадто прив'яжеться до тих прекрасних речей, які побачить? Щоб зрозуміти всю безглуздість цієї ідеї, варто тільки довести її до логічного висновку – тобто, що найкраще було б у такому випадку зовсім знищити всі почуття. Вся безглуздість, щоб не сказати злостивість, цієї думки стане очевидна всякому після хвилинного міркування над нею.

Таємниця теорії і вчень йогинів щодо розвитку розумових сил полягає в слові «панування». Хто вивчає Йогу досягає цього панування і здійснює його двома шляхами. Перший шлях полягає в підпорядкуванні всіх почуттів, відчуттів і т.п. пануванню свого Я, або своєї волі, причому панування це досягається ствердженням влади свого Я над зовнішніми почуттями та емоціями. Другий крок або шлях полягає в тому, що йогин, затвердивши своє панування, починає розвивати і вдосконалювати розумове знаряддя для того, щоб воно робило кращу й більш продуктивну роботу. У такий спосіб він розширює своє царство і стає володарем набагато більшої області.

Для того щоб придбати знання, необхідно якомога краще використовувати розумові знаряддя, які перебувають у розпорядженні людини. Але знов-таки треба розвивати й удосконалювати ці знаряддя – вигострювати їх і т.д. Велика перевага здобувається не лише від розвитку здібностей сприйняття, але виходить більша користь і внаслідок загального розвитку розуму, через силу розумової дисципліни і тренування, зумовлюваних відповідними вправами.

У попередніх читаннях ми вказали деякі засоби, за допомогою яких ці здібності можуть бути значно вдосконалені. Тепер же ми відзначимо у яких напрямках здібності сприйняття можуть бути виховані.

Сподіваємося, що простота цієї ідеї не зменшить інтерес вивчаючих предмет до цієї роботи. Якби вони тільки знали, до чого веде такий розвиток сприйняття, вони б із радістю слідували нашим порадам. Кожна думка і вправа, вказані нами, мають на меті зміцнення розуму й розкриття сил та здібностей. До Раджа-йоги немає зручного шляху, але учня буде прекрасно винагороджено за працю сходження на гору досягнення.

Пам'ятаючи все вищесказане, звернемося до вивчення питання про почуття. Через двері почуттів людина отримує всі відомості стосовно зовнішнього світу. Якщо вона тримає ці двері лише напіввідчиненими або захаращує їх усілякими перешкодами та сміттям, вона може розраховувати на отримання лише деяких відомостей ззовні. Якщо ж вона буде завжди тримати вхід чистим і вільним, вона буде вбирати все краще з того, що буде траплятися їй на шляху.

Якби людина народилася без органів почуттів, то яким би прекрасним не був її розум, вона примушена була би жити сонливим, рослинним життям, малосвідомою або навіть позбавленою свідомості. Її розум подібний був би насінню у землі, чомусь неспроможним зрости.

На це заперечать, що найвищі думки приходять до нас не через почуття; але ми відповімо, що всі відомості, добуті за посередництва почуттів, є «сирим матеріалом», над яким працює розум, ліплячи з нього те прекрасне, котре він здатний зробити на найвищих своїх щаблях. Подібно тому, як зростання тіла залежить від прийнятої ним їжі, так і зростання розуму залежить від вражень, одержуваних від всесвіту, і ці враження головним чином приходять через почуття. Знов-таки нам можуть заперечити, що ми знаємо багато речей, пізнаних нами крім зовнішніх почуттів. Але, чи включить наш опонент у це число враження, отримані нами за допомогою почуттів у колишніх існуваннях і, які запам'яталися в інстинктивному розумі або в пам'яті душі? Існують, безсумнівно, почуття, які стоять вище почуттів загальноновизнаних, але природа наполягає на тому, щоб вивчені були спершу уроки нижчих ступенів, а потім уже приступали б до вищого.

Не треба забувати, що ми самі «виробили» у собі все, що знаємо. Ніщо саме не приходить до ледаря або безтурботної людини. Усе, що ми знаємо, є лише результатом «нагромадження запасу колишніх досвідів», як прекрасно висловився Льюїс.

Отже, стає зрозумілим, що твердження йогинів про потребу розвивати всі сторони розуму, цілком доречні, якщо лише глибше зануритися в це питання. Людина знає і бачить лише дуже невелику частину того, що відбувається довкола неї. Її обмеженість велика. Її зорові здібності сприймають лише деякі вібрації світла, тоді як вище цієї гами вібрацій і нижче неї, існує ще нескінченна безліч невідомих їй коливань. Те ж саме можна сказати і стосовно слухових здібностей, через те, що лише порівняно невелика частина звукових хвиль доходить до розуму людини; багато тварин чують більше і краще неї.

Якби у людини було лише одне почуття, вона отримувала би лише відповідне цьому одному почуттю уявлення про зовнішній світ. Якби приєдналося інше почуття, знання її подвоїлося б. І так далі. Найкращий доказ існування зв'язку між витонченістю почуттєвих сприйнятів і загальним розвитком розуму з'ясовується при вивченні тваринних форм. У ранніх стадіях свого життя організм володіє лише дотиком – і то, дуже нечітким – і слабким почуттям смаку. Потім розвиваються нюх, слух і зір, причому кожне із цих почуттів відзначає собою певний крок уперед по щаблях життя, у силу того, що з кожним разом розкривався новий світ перед формами життя, що розвиваються. А коли людина розвине в собі нові почуття – чого їй має досягти людство – вона стане набагато мудрішою і величнішою істотою.

Багато років тому Карпентер передав думку знайому тим, кому відоме вчення йогинів щодо розкриття нових почуттів. Він сказав: «Досить імовірно, що існують властивості матерії, які жодне з наших почуттів не може пізнати безпосередньо, і що є інші істоти, так створені, що вони можуть сприймати ці властивості, як ми сприймаємо світло, звук, і т.п.». Ісаак Тейлор писав: «Вірогідно, що в межах поля зайнятого видимим і вагомим всесвітом, існує і рухається інший елемент, повний інших видів життя, тілесного та різноманітного, але недоступного пізнанню істот, обмежених умовами тваринної організації. Хіба можна припускати, що очі людські є мірилом творчих сил Творця, і що Він не створив нічого, крім того, що Він представив сприйняттю наших справжніх почуттів? Зворотнє здається більш ніж правдоподібним; мабуть навіть безсумнівним».

Інший письменник, професор Массон, сказав: «Якби до нинішнього нормального числа почуттів у людині були приєднані ще одне або два почуття, то явище, яке представляється нам тепер феноменальним світом, розгорнулося б, можливо, у щось зовсім відмінне й більш велике, внаслідок додаткового розкриття цих нових почуттів».

Це безумовно так; ми додамо ще, що людина може збільшити своє знання, пізнавальні здібності та досвід, якщо лише доведе властиві їй почуття до високого ступеня розвитку, замість того, щоб залишати їх у стані деякої атрофії. До цього результату й хиллять мої слова.

Розум одержує враження від предметів зовнішнього світу за допомогою мозку та органів почуттів. Органи почуттів становлять знаряддя розуму, якими є й мозок, і вся нервова система. За посередництва нервів і мозку розум користується органами почуттів для придбання відомостей про зовнішні предмети.

Зазвичай розрізняють п'ять зовнішніх почуттів: зір, слух, нюх, дотик, смак. Йогини вчать, що існують вищі почуття, нерозвинені або порівняно нерозкриті у більшості людей, але до виявлення яких прагне людство. Але в даному читанні ми не торкнемося цих схованих почуттів, бо вони стосуються іншої сторони питання. Деякі фізіологи та психологи стверджують, що крім п'яти вищепоименованих почуттів чітко позначені й деякі інші. Наприклад, почуття, через яке внутрішні органи виявляють своя присутність і стан. Мускульна система повідомляє розум свої враження через якесь почуття, що не є почуттям «дотику», хоча воно тісно пов'язане з ним. А почуття голоду, спраги й т.д. повідомляються нам також через якесь, що не має особливої назви, почуття.

Бернштейн встановлює наступне розходження між п'ятьма почуттями й тим почуттям, про яке тільки-но згадано: «Характерне розходження між цими загальними відчуттями й відчуттями органів почуттів полягає в тому, що через ці останні ми пізнаємо події та предмети, які належать зовнішньому світу (і ці відчуття ми й відносимо до зовнішніх предметів), тоді як через перше почуття ми відчуваємо лише стани нашого тіла».

Відчуття є внутрішнє, розумове сприйняття, яке виникає внаслідок того, що зовнішній предмет або який-небудь факт дратує органи почуттів, нерви та мозок, змушуючи таким шляхом розум «усвідомлювати» зовнішній предмет або факт. Як сказав Бен, це є «розумове враження, почуття або стан свідомості, яке виникає внаслідок впливу зовнішніх предметів на яку-небудь частину тіла, названу, тому, чутливою».

Кожний провідник почуттєвого відчуття має свій орган або свої органи, спеціально пристосовані для роздратування його субстанції тим особливим видом коливань, через які даний провідник сприймає враження. Око надзвичайно мистецьки й ретельно пристосоване до того, щоб отримувати світлові хвилі; і звукові хвилі не чинять на нього ніякої дії. Точно так само ніжний механізм вуха реагує лише на звукові хвилі; світлові хвилі на нього не впливають. Всі категорії відчуттів зовсім відрізняються друг від друга, і органи й нерви, призначені для обслуговування кожної окремої категорії, навмисно пристосовані до своєї спеціальної роботи. Органи почуттів, включаючи їх спеціальні нервові механізми, можна уподібнити тонким інструментам, виробленим розумом для власного вжитку, для того, щоб він міг вивчати, спостерігати і отримувати відомості із зовнішнього світу.

Ми так звикли до роботи почуттів, що вважаємо її зовсім пересічною й не зауважуємо більш тонких і дивних знарядь, створених і вдосконалених розумом. Якщо ми будемо уявляти собі розум, який винаходить, створює ці інструменти і користується ними, ми почнемо, можливо, ясніше розуміти їхнє істинне ставлення до нашого життя і будемо внаслідок цього поводитися із ними з більшою повагою та увагою.

Ми звикли думати, що усвідомлюємо у всіх відчуттях, отримуваних нашим розумом. Але це далеко не так. Несвідомі області розуму незрівнянно ширше невеликої свідомої частини, що уявляється нам, коли ми говоримо «мій розум». Нижче ми вивчимо цю дивну область і розглянемо, що вона в собі містить. Добре сказав Тен: «Усередині нас відбувається невидимий процес, надзвичайно великий; нам відомі лише його результати, і то, ми пізнаємо їх лише в масі. Але свідомість наша не обіймає всіх елементів нашої психіки і їх ще більш первинних складових частин. Вони є для відчуттів тим же, чим складні й первинні молекули є для тіл. Нам вдається подекуди мигцем глянути на темні й нескінченні світи, що простираються за кордоном наших виразних відчуттів. Ці останні являють собою складне ціле. Для того щоб їхні елементи могли бути сприйняті нашою свідомістю, необхідно, щоб вони були складені разом і в такий спосіб придбали деякий обсяг і зайняли певний протяг у часі; бо, якщо ця група не досягне певного обсягу й протягу в часі, ми не помітимо зміни в нашому стані. Проте, ця зміна відбувається, хоча ми її і не відчуваємо».

Але ми повинні відкласти вивчення цього вкрай цікавого фазису питання до того часу, коли ми почнемо невелику екскурсію в над- і підсвідому області розуму. І для багатьох із нас екскурсія ця виявиться надзвичайно цікавою.

Зараз же ми повинні зупинити нашу увагу на провідниках, через які матеріал для знання й думки проникає в наш розум. Почуттєві відчуття, що приходять ззовні, є, дійсно, «матеріалом» над яким працює розум для того, щоб виготовити продукт, іменованій «думкою». Ми отримуємо цей матеріал через провідники почуттів і накопичуємо його на гарному складі, названому пам'яттю, звідки ми час від часу витягаємо матеріал і вплітаємо його в тканину думки. Майстерність працівника залежить від його підготовки та від уміння вибирати й сполучити належні матеріали. Важливою частиною роботи є придбання гарного матеріалу.

Розум, який не володіє запасом вражень і досвіду, подібний був би фабриці без запасу матеріалу. Машинам не було б над чим працювати і фабрика не діяла би. Як сказав Гельмгольц: «Сприйняття через почуття дає, безпосередньо або побічно, матеріал для всякого людського знання або, принаймні, стимул, необхідний для того, щоб розвинути всі вроджені здібності розуму». Герберт Спенсер пише наступне про цей бік питання: «Майже

загальним місцем є тепер твердження, що ступінь життєвості організму й число, швидкість та різноманіття змін у ньому повинні бути пропорційні чисельності предметів, що розрізняються цим організмом і розмаїтості співіснувань і послідовностей, на які він реагує».

При деякому заглибленні в це питання з'ясовується, що чим більше почуття піддаються тренуванню і вправам, тим значніше стають розумові сили й здібності. Яке постачання нашого розумового складу матеріалів, що мають перетворитися на думку, така і якість та кількість виготовленої тканини.

Тому варто відкинути розумову ліню і взятися до розвитку органів почуттів і пов'язаних з ними апаратів, через те, що таким шляхом ми збільшуємо нашу здатність до мислення та пізнання.

Перш ніж перейти до практичних вправ, корисно було б однак оглянути швидким поглядом різні почуття та їхні особливості. Почуття дотику є найпростішим і первинним почуттям. Задовго до того, як нижчі форми життя розвинули більш складні почуття, вони проявляли почуття дотику. Без нього вони не могли б добувати їжу або сприймати зовнішні враження та реагувати на них. У первинних формах життя почуття дотику властиве було однаковою мірою всім частинам тіла, хоча у вищих формах це почуття трохи локалізувалося, бо деякі частини тіла більш чутливі за інші. Органом почуття дотику є шкіра, і дотикальні нерви розташовані по всій її поверхні. Рука й особливо пальці та кінчики їх становлять головні органи дотику.

Гострота дотику істотно відрізняється в різних частинах тіла. Досліди показали, що якщо прикласти вістря циркуля до кінчика язика, то свідомістю відзначаються два зовсім різних відчуття навіть при досить незначній відстані між ніжками циркуля. Найменша відстань, на якій два уколи в кінчик язика ще б відрізнялися від одного, було названо «лінією». Нею почали користуватися, як мірою чутливості, причому було знайдено, що нижня поверхня третього пальця руки розрізняє уколи, що відстоять друг від друга на дві лінії; поверхня губ – віддалені на чотири лінії, а шкіра спини, середньої частини руки й стегна розрізняють уколи лише при відстані шістдесятьох ліній. Ступінь чутливості стосовно дотику досить різна у різних осіб; у деяких пальці мають надзвичайно тонке почуття дотику, тоді як у інших вони проявляють набагато меншу ступінь чутливості.

Точно так само ступінь сприйнятливості пальців до ваги, тобто здатність відчувати різницю у вазі, буває дуже різна. Деякі особи можуть відчувати різницю у вазі аж до дробових частин унції. Була відзначена також здатність деяких осіб відчувати найменшу різницю в температурі.

Почуття дотику й розвиток його мали велике значення для людини. Це єдине почуття, у якому людина перевершує тварину в сенсі гостроти й тонкості. У тварини, мабуть, більш тонке чуття, смак, слух і зір, але її дотик значно відстав від дотику людини. Анаксагор, говорять, сказав, що якби тварини мали руки й пальці, вони були б подібні до людей.

Приступаючи до розвитку дотику, ми повинні розуміти, що увага є ключем до успіху. Чим більш напружена увага, тим більше й ступінь можливого розвитку кожного почуття. Коли увага зосереджена на одному якомусь почутті, це останнє розвивається швидше, загострюється, і повторна вправа під стимулом уваги може зробити дива в області кожного почуття.

З іншого боку, почуття дотику може бути майже або зовсім заглушено, якщо увага зосереджена на чомусь іншому. У вигляді переконливого доказу, відтак, нагадаємо, що люди терпіли іноді страшні катування, очевидно не зауважуючи їх, через те, що розум їх був неухильно спрямований на яку-небудь ідею. Як говорить Уайлд: «Мученик, який зринув над почуттєвими відчуттями, здатний не тільки терпіти муки, але й погасити їх. Катування тіла лише подвоювали силу передсмертної пісні американського індіанця, а почуття обурення із приводу чиненої над ним несправедливості підтримує навіть раба, караного батогом».

У тих випадках, коли люди займаються яким-небудь ремеслом, що вимагає витонченого дотику, тонкість його разюча. Гравер, проводячи рукою по дошці, зауважує найменшу шорсткість. Продавець тканин та інших матерії відчуває найменші розходження через почуття дотику. Сортувальники вовни також розвивають дивну тонкість дотику. Сліпий же може замінити втрачений зір надзвичайно розвиненим почуттям дотику. Бували випадки, коли сліпі могли дізнаватися навіть колір по розходженню у «відчутті», викликаному яким-небудь матеріалом.

Смак перебуває в тісному зв'язку з дотиком – деякі вчені вважали навіть смак надзвичайно розвиненим дотиком деяких частин тіла, особливо язика. Не забуваємо, що язик має найтонший дотик; причому смак також розвинутий у ньому до досконалості. При смаку й дотику предмет повинен прийти в безпосереднє зіткнення з органом почуття, чого не спостерігається при нюхові, слухові та зорові.

Не слід втрачати з виду, що ці останні почуття мають і спеціальні нерви, тоді як почуття смаку примушене користуватися звичайними дотикальними нервами. При цьому смак обмежений дуже невеликою поверхнею тіла, тоді як почуття дотику поширюється на все тіло, але це свідчить лише про особливий розвиток спеціальної частини поверхні тіла. Почуття смаку також значною мірою залежить від присутності рідин, і лише розчинні речовини сповіщають про свою присутність через органи й почуття смаку.

Фізіологи стверджують, що почуття смаку в деяких осіб настільки гостре, що вони розрізняють одну частину стрихніну, розведену в мільйонах частин води. Деякі професіонали, як наприклад люди, що куштують вино або чай, виявляють майже неймовірну тонкість смаку.

Почуття нюху тісно пов'язане з почуттям смаку й нерідко діє у поєднанні з ним, через те, що дрібні частки речовини, які перебувають у роті, піднімаються до органів нюху через отвори в задній частині рота. До того ж ніс зазвичай сприймає запах речовин ще до того, як вони потрапляють у рот. Почуття нюху функціонує в силу того, що дрібні часточки або предмети приносяться повітрям до слизової оболонки внутрішньої поверхні носа. Слизова оболонка, будучи вологою, схоплює і утримує на мить ці часточки, і тонкий нервовий апарат повідомляє про розходження і властивості; у такий спосіб розум отримує відомості про природу даної речі.

Почуття нюху дуже сильно розвинене у тварин, які примушені в значній мірі покладатися на нього. Багато занять людей сприяють розвитку цього почуття, наприклад, тютюнове виробництво, виноторгівля, продаж парфумів, аптекарське мистецтво тощо. Деякі сліпі можуть упізнавати інших осіб за запахом.

Почуття слуху – більше складне, ніж почуття смаку, дотику й нюху. Три останніх почуття вимагають близького зіткнення предмета з органами почуттів, тоді як для слуху предмет може перебувати на далекій відстані, через те, що враження переносяться коливаннями повітря, які підхоплюються і передаються нервовим апаратом почуття слуху. Внутрішній механізм слуху надзвичайно складний і викликає подив людей, які вивчають його. За браком місця його не можна описати на цих сторінках, але ми радимо учневі познайомитися із цим питанням тим або іншим способом. Механізм слуху є незвичайною ілюстрацією діяльності розуму, що створює знаряддя для своєї роботи з метою придбання знань.

Вухо сприймає коливання повітря, починаючи від 20 або 32 коливань на секунду, що утворюють найнижчу ноту і закінчуючи 38 000 коливань на секунду, що відповідає найвищій доступній слухові ноті. Окремі індивідууми являють велике розходження між собою відносно тонкості слуху. Але всі люди можуть розвинути його шляхом уваги. Тварини й дикуни мають дивний слух, розвинутий у них, однак, тільки в сенсі виразності; з іншого боку, музиканти розвивають це почуття по інших лініях.

Зір вважається зазвичай найбільш високим і тонким з усіх людських почуттів. Він сприймає значно більше число предметів, на більш далекій відстані й передає розуму набагато більше різноманітних спостережень, ніж яке б то не було з пов'язаних із ним почуттів. Він являє собою почуття дотику, у багато разів збільшене. Як говорить Уїлсон: «Наш зір можна розглядати як більш тонкий і розпливчастий дотик, що поширюється на нескінченно більшу кількість тіл; він обіймає найбільші фігури й робить доступними нам найвіддаленіші частини всесвіту».

Зір отримує враження зовнішнього світу через хвилі, що йдуть від тіла до тіла – від сонця до землі, від лампи до ока. Ці світлові хвилі утворюються внаслідок коливань у речовині, що відбуваються з майже неймовірною швидкістю. Найнижче світлове коливання має 450 000 000 000 000 вібрацій на секунду, тоді як вище досягає 750 000 000 000 000 вібрацій на секунду. Ці цифри стосуються лише коливань, сприйнятих оком, як світло. Вище й нижче цих цифр гами коливань, існує незліченна безліч інших коливань, невидимих для ока, хоча деякі з них можуть бути зареєстровані інструментами. Різні кольорні враження залежать від числа коливань, причому червоний колір є гранню найнижчих, а фіолетовий – гранню найшвидших видимих коливань; жовтогарячий, жовтий, зелений, блакитний і синій кольори пов'язані із проміжними між цими двома гранями коливаннями.

Розвиток зору за допомогою уваги має величезну для всіх важливість. Шляхом ясного і точного розгляду частин якого-небудь предмету здобувається ступінь знання, недосяжний при відсутності тренування цієї здатності. Ми говорили про це вище в читанні про увагу, до якого знову відсилаємо читача. Фіксування поглядом одного предмету допомагає людині зосередити думки й не дозволяє їм відволікатися. Око володіє й іншими властивостями та якостями; про них мова попереду. Воно має й інші функції, крім зору. Вплив ока – річ дивна й може бути культивована та розвинута.

Сподіваємося, що все вищесказане привело читача до усвідомлення важливості розвитку сили сприйняття. Почуття розвивалися розумом протягом довгого періоду еволюції та зусиль, яких безсумнівно не було б докладено, якби мета того не заслуговувала. Я настійливо бажає пізнати всесвіт і значна частка цих знань може бути добута лише через почуття. Вивчаючий Йогу мусить бути «бадьорим» і мати розвинені почуття та силу сприйняття. Зір і слух – два останніх почуття на сходах еволюційного зростання та розвитку – повинні піддаватися особливому тренуванню. Учень повинен привчити себе «усвідомлювати», що відбувається навкруг нього для того, щоб «вловлювати» кращі вібрації.

Багато європейців зачудувалися б, якби зіткнулися з високорозвиненим йогином і спостерігали б усю тонкість його почуттів. Він бачить найменші розходження в предметах і розум його настільки загострений, що він робить висновки зі сприйнятого ним наче шляхом ясновидіння – способом, який уявляється людям непосвяченим цілком дивовижним. Дійсно, деякий ступінь ясновидіння можливий для людини, яка розвинула зір шляхом уваги. Новий

світ розкривається перед такою людиною. Треба вчитися панувати над почуттями не лише в сенсі придбання відчуженості від них і незалежності від їхніх спонукань, але й у сенсі розвитку їх до можливого високого ступеня. Розвиток фізичних почуттів має точно так само багато загального з розвитком «астральних почуттів», про які була мова в нашій книзі «Основи світоспоглядання індійських йогинів» і якого ми докладніше торкнемося в пропонованій серії лекцій. Сенс Раджа-йоги полягає в тому, щоб зробити людину, яка вивчає її, власником високо розвиненого розуму, що має у своєму розпорядженні й високо розвинені знаряддя.

У наступних читаннях ми представимо багато ілюстрацій, вказівок і вправ, які мають на меті розвиток різних здібностей розуму – не лише звичайних здібностей, необхідних для щоденного життя, але й інших властивостей, схованих за цими настільки відомими нам здібностями та почуттями. Починаючи з наступної лекції, ми викладемо систему вправ, тренування й т.д., що має кінцевою метою вищезгаданий розвиток здібностей розуму.

У даному ж читанні ми не приступаємо до вказівки спеціальних вправ і обмежимося лише тим, що звернемо увагу читача на деякі загальні правила, які лежать в основі розвитку здатності сприйняття.

Загальні правила сприйняття

При розвитку мистецтва сприйняття треба насамперед мати на увазі, що не треба намагатися сприйняти складний об'єкт цілком, відразу. Варто розглядати об'єкт у його подробицях і потім уже, групуючи подробиці, людина побачить, що, власне кажучи, розглянула ціле. Візьмемо для прикладу обличчя якої-небудь людини або добре знайомий предмет. Якщо спостерігач спробує розглядати обличчя в цілому, він матиме деяку невдачу; враження виявиться неясним, туманним і спогад про це обличчя буде, природно, відповідати первісному сприйняттю.

Але якщо спостерігач буде розглядати обличчя докладно – спершу очі, потім ніс, рот, підборіддя, волосся, овал і колір обличчя й т.д., воно придбає ясне і певне враження всього обличчя.

Те ж правило стосується усякого об'єкта. Візьмемо інший знайомий приклад. Ви бажаєте розглядати будинок. Якщо ви сприймете його загалом, ви мало що запам'ятаєте про нього, крім загального обрису, форми, величини, кольору тощо. Опис цього будинку виявиться дуже незадовільним. Але якщо ви у всіх подробицях помітили, з якого матеріалу його збудовано, фасон дверей, труб, даху, воріт, малюнок орнаменту, розмір та кількість вікон, форму й нахил даху тощо, ви отримаєте розумне уявлення про будинок, замість того загального обриса або враження, що може отримати і тварина, яка пробігає повз.

Ми закінчимо це читання розповіддю про методи знаменитого натураліста Агасиця, що застосовувалися ним при навчанні своїх учнів. Вони були відомі своїм умінням точно спостерігати і сприймати, та здатністю, яка впливає з нього, «міркувати» про бачені ними речі. Багато хто з них зайняли видатне становище, яке вони приписували значною мірою отриманій ними ретельній підготовці.

Розповідають, що якось Агасицю представився студент-новачок, просячи дати йому роботу. Вчений узяв рибу з посудини і поклавши її перед студентом велів йому ретельно розглянути її та розповісти йому потім про свої спостереження. Потім він залишив його наодинці з рибою. Вона нічого особливо цікавого із себе не представляла, скидаючись на багатьох риб, бачених студентом раніше. Він відзначив, що в неї були плавці й луска, рот, очі, – навіть хвіст. Через півгодини він був переконаний, що розглянув усе, що тільки можна було розглянути. Але Агасиц не приходив.

Час ішов і юнак, якому не було що більше робити, почав нудьгувати і відчувати нетерпіння. Він пішов шукати вчителя, але не знайшов його, і йому довелося повернутися й знову споглядати нестерпну рибу. Минуло кілька годин і він знав про рибу дещо більше, ніж довідався про неї спочатку.

Він пішов снідати й, повернувшись, знову узявся вивчати рибу. Він починав відчувати невдоволення і розчарування та пошкодував, що прийшов до Агасиця, який уявлявся йому тепер безглуздим старим, далеко відсталим від сучасності. Потім, щоб убити час, він почав рахувати лусочки. Потім порахував голки на плавцях; намалював рибу і, малюючи її, помітив, що в неї не було повік. У такий спосіб він відкрив те, про що його вчитель так часто згадував на своїх лекціях, а саме, що «олівець краще всяких очей». Незабаром після цього вчитель повернувся й, ознайомившись зі спостереженнями учня, залишив юнака трохи розчарованим, сказавши йому, щоб він продовжував дивитися й, можливо ще що-небудь побачить.

Це вразило самолюбство юнака й він почав працювати олівцем, відзначаючи дрібні подробиці, які раніше вислизнули від його уваги, але тепер здавалися йому цілком очевидними. Він починав проникати в таємницю спостереження. Помалу він почав відкривати в рибі нові цікаві сторони. Але це не задовольнило вчителя, який протримав його при роботі над рибою протягом цілих трьох днів. До цього часу студент дійсно знав дещо про рибу й, головним чином, розпізнав секрет і набув звички ретельного спостереження та сприйняття подробиць.

Через багато років юнак, досягши популярності, говорив: «То був кращий урок із зоології, який я коли-небудь мав; вплив його поширився на подробиці всіх наступних досліджень; то була спадщина, залишена професором мені, як і багатьом іншим – спадщина величезної цінності, яку ми не могли б купити і з якою не можемо розлучитися».

Крім цінності практичних відомостей придбаних студентом, важливо було загострення здібностей сприйняття, що дозволяли йому відзначати характерні риси в досліджуваному об'єкті й, отже, уміння витягати важливі відомості зі спостережуваного ним предмету. Розум жадає знань і протягом багатьох років важкої еволюції та зусиль, він створив цілий ряд складних органів почуттів для того, щоб вони доставляли йому ці знання; він і тепер продовжує свою творчу роботу. Люди, які досягли успіху, скористалися цими дивовижними провідниками відомостей і, користуючись ними за допомогою волі та уваги, домоглися неосяжних результатів. Ці речі дуже важливі, і ми просимо читачів не зневажати цією частиною предмету, як нецікавою. Виховуйте настрої усвідомлення й сприйнятливості й ви будете здивовані кількістю знань здобутих вами.

Такою вправою і практикою ви не лише розвиваєте існуючі почуття, але й сприяєте виявленню схованих сил і почуттів, що прагнуть розкритися. Шляхом вправи тих здібностей, якими ми вже володіємо, ми допомагаємо розвинути таким здібностям, про які ми зараз лише мріємо.

Мантра (твердження)

Я – душа, що володіє способами спілкування із зовнішнім світом. Я буду користуватися цими способами й тим придбаю відомості та знання, необхідні для мого розумового розвитку. Я буду вправлятися і розвивати органи почуттів, знаючи, що тим самим буду сприяти розвитку вищих почуттів, символами і провідниками яких є наші зовнішні почуття. Я буду свідомий і розкриюся припливу знання та відомостей. Всесвіт – моя батьківщина, і я його вивчу.

Читання 7. Розкриття свідомості

Ми вважаємо за потрібне трохи змінити порядок пропонованих читань. Ми думали спершу присвятити сьоме читання викладу цілої серії розумових вправ, призначених для розвитку певних розумових здібностей, але ми вирішили тимчасово відкласти опис цих вправ через більш логічну послідовність. У даному читанні ми будемо говорити про розкриття свідомості в людині, а в наступних двох постараємося якомога зрозуміліше пояснити стани розуму над- і підсвідомі, що представляють дивовижну область, зовсім незрозумілу й неправильно витлумачену. Це підведе нас до питання про культуру різних здібностей, як свідомих, так і тих що лежать поза нашою свідомістю; і вся серія закінчиться трьома читаннями, які стосуються безпосередньо самого серця цього питання; у цих читаннях будуть дані вказівки й правила, які мають на меті розвинути дивовижну людську «мислячу машину» і, які представляють великий інтерес і важливість для всіх хто вивчає Йогу. Коли ви ознайомитеся з усіма читаннями, ви переконаєтеся в тому, що такий порядок логічний і зручний.

У цьому читанні ми повернемося до питання про «розкриття свідомості». Багато хто з нас звик «ототожнювати» свідомість із розумом, але в міру того, як ми будемо вивчати наш предмет, ми побачимо, що «свідомість» є лише невелика частка розуму індивідуума й, що навіть ця невелика частка постійно піддається змінам і розкриває нові несподівані стани.

«Свідомість» – слово, досить часто вживане при вивченні науки про розум. Розглянемо, що ж воно означає. Вебстер визначає його, як «знання відчуттів і розумових процесів, або того, що відбувається у власному розумі». Галлек називає його невизначеною властивістю розумових станів, що змушують усвідомлювати їх. Але, як стверджує Галлек: «Свідомість не піддається визначенню. Щоб визначити яке-небудь явище, ми повинні описати його в термінах якого-небудь іншого явища. Але немає у світі нічого подібного до свідомості, тому ми можемо визначити її тільки в її ж власних термінах, а це досить схоже на спробу підняти себе за шнурки власних черевиків. Свідомість є найбільша таємниця, яка стоїть перед нами».

Перш, ніж нам зрозуміти, що таке насправді свідомість, ми повинні точно знати, що таке «розум», а цими знаннями ми не володіємо, незважаючи на численні мудрі теорії, що намагаються роз'яснити цю таємницю. Метафізики не проливають достатньо світла на це питання; що ж стосується матеріалістичної науки, то послухайте, що говорить Гекслі: «Той спосіб, що шляхом роздратування нервової тканини дає в результаті щось настільки чудове, як стан свідомості, так само не пояснений, як і поява джина, коли Аладин тер лампу».

Багатьом особам слова «свідомість» і «розумовий процес», або «думка», уявляються синонімами. І дійсно, психологи так і стверджували аж до останнього часу. Але тепер наука визнає за факт, що розумові процеси не

обмежуються полем свідомості і вчені стверджують, що поле підсвідомого мислення набагато ширше поля свідомого мислення.

Правильно не лише, що розум може вмістити у свідомість лише один факт у кожному дану мить, і що, отже, лише досить мала частка нашого знання може бути присутня у свідомості в кожному дану мить, але правильно й те, що свідомість грає лише дуже невелику роль у сукупності розумових процесів або мислення.

Розум не усвідомлює більшу частину своєї діяльності; Модслі стверджує, що лише десята частина її попадає в поле свідомості. Тен висловив цю думку наступним чином: «У світі, що становить наше буття, ми бачимо лише вищі точки – осяяні вершини материків, низини яких залишаються у тіні».

Однак ми не маємо наміру говорити зараз про велику область підсвідомості через те, що нам доведеться докладно зупинитися на цьому питанні нижче. Згадуємо про це лише для того, щоб показати, що розширення або розвиток свідомості є не стільки «зростанням», скільки «розкриттям» – не новою творчістю або розширенням, що приходить ззовні, а скоріше розкриттям зсередини назовні.

Із самого моменту появи життя, серед часток неорганічної речовини помітні сліди чогось начебто відчуття й реакції на нього. Багато авторів не були схильні називати це явище «відчуттям» або «чутливістю» через те, що ці терміни занадто нагадували «почуття» і «органи почуттів». Але сучасна наука, не коливаючись, охрестила їх цими назвами. Найбільш передові вчені стверджують, що при хімічних реакціях і т.п., можна спостерігати зачатки відчуттів. Геккель пише: «Я не можу уявити самого найпростішого хімічного або фізичного процесу, не приписуючи рух матеріальних часток несвідомому відчуттю. Ідея хімічної спорідненості полягає в тому факті, що різні хімічні елементи сприймають якісні розходження в інших елементах, відчувають «задоволення» або «відразу» при зіткненні з ними й роблять свої специфічні рухи на цій підставі». Він говорить також, що чутливість «плазми» або речовини «живих тіл» є лише більш високим щаблем загальної дратівливості речовини.

Хімічна реакція між атомами називається хіміками «чутливою» реакцією. Чутливість властива навіть часткам неорганічної речовини й може розглядатися, як перші пробіски думки. Наука визнає це, називаючи несвідоме відчуття часток естезисом, або почуттями, а несвідому волю, що відповідає йому – тропезисом, або «схильністю». Геккель говорить, що «відчуття сприймає якісні розходження стимулів, а почуття – кількісні», а також, що «ми можемо приписати почуття задоволення або страждання (при зіткненні з якісно різними атомами) всім атомам і тим пояснити виборчу спорідненість у хімії (притягання атомів, що симпатизують; потяг; відштовхування ворожих один одному атомів; відразу)».

Неможливо скласти собі ясне або розумне уявлення про явище хімічної спорідненості й т.п., не приписавши атомам чогось, подібного до відчуття. Точно так само немислимо зрозуміти діяльність молекул, не уявивши їх собі чимось, що не має щось подібне до відчуття. Закон притягання заснований на станах субстанції. Той факт, що неорганічна речовина реагує на електрику й на магнетизм, є також доказом наявності відчуття.

У рухах і процесах життя кристала ми маємо доказ існування в них ще більш високих форм відчуттів і реакції на них. Процес кристалізації досить близький до деяких нижчих форм плазмічної діяльності.

Наука стверджує, що в деяких новітніх відкриттях вона знайшла «відсутню ланку» між життям рослини й кристала, причому зв'язок між ними був нею знайдений у деяких кристалах, що перебувають усередині рослин, складених із з'єднань вуглецю й, що нагадують, багато в чому, неорганічні кристали.

Кристали ростуть по певних лініях і формах, поки не досягнуть певних розмірів. Потім вони починають утворювати на своїх поверхнях маленькі кристалики, до яких потім переходить ріст – причому процес цей майже аналогічний процесу життя клітин. У деяких хімічних сполуках спостерігалися процеси, що нагадують шумування. Багато явищ свідчать про те, що початок психічного життя варто шукати серед мінералів і молекул; не треба забувати, що із цих останніх складаються не тільки неорганічні, але й органічні речовини.

В міру того як ми піднімаємося по щаблям життя, ми спостерігаємо усе більш і більш високі ступені розвитку психічного життя; прості прояви поступають місцем складнішим. Слідом за простими життєвими процесами, які відбуваються в монері або одноклітинних істотах, ми спостерігаємо більш високі форми життя клітини, що виявляють усе більш підсилену чутливість або відчуття. Потім доходимо до багатоклітинних організмів, у яких спостерігається деякий вид відчуття, властивий як кожній окремій клітині, так і загальне відчуття, що відповідає усій сукупності клітин. Такі організми розрізняють, вибирають і хапають їжу, роблячи деякі рухи в гонитві за нею. Жива істота починає проявляти більш складні психічні стани. Потім настає стадія нижчих рослин і ми відзначаємо різноманітні явища в цій області, що виявляють посилену чутливість, хоча фактично немає й ознак спеціальних органів почуттів. Далі ми зустрічаємося з вищими формами рослинного світу, у яких уже проявляється деяка чутливість або спостерігаються групи клітин, що є зародковими органами почуттів. Потім переходимо до форм тваринного життя; тут ми бачимо розвиток усе більш високих ступенів чутливості й ускладнення органів почуттів, що поступово приводить до утворення своєрідної нервової системи.

Серед нижчих тваринних форм ми спостерігаємо різні ступені розумових процесів з відповідним розвитком нервових центрів і органів почуттів, але не бачимо майже або зовсім, ознак свідомості; ці розумові процеси, поступово проявляючись у все вищих формах, переходять нарешті у пробудження свідомості, у царстві плазунів і т.д., й у повнішу свідомість і деякий ступінь розумної думки в ще більш високих формах. Свідомість поступово розвивається і досягає високого ступеня у вищих ссавців, як, наприклад, у коня, собаки, слона, мавпи тощо. Ці тварини мають уже складну нервову систему, мозок і добре розвинену свідомість. Ми не будемо зупинятися докладніше на проявах психічної діяльності у формах життя, що перебуває нижче свідомої стадії, бо це відволікло б нас занадто далеко від нашої теми.

Серед вищих форм тваринного життя, після періоду «займання зорі» свідомості або періоду напівсвідомості, ми спостерігаємо вищих тварин, розташованих на порівняно низькій стадії розвитку, які володіють добре розвинутою розумовою діяльністю та свідомістю, причому останнє називається психологами «простою свідомістю»; цей термін ми вважаємо занадто невизначеним і будемо позначати цю форму свідомості терміном «фізична свідомість», що дає приблизно точне уявлення про це явище. Ми вживаємо слово «фізичне» у двоякому сенсі «зовнішнього» і «стосовно матеріальної структури живої істоти»; обидва визначення містяться у словниках. Це і є те, що являє собою насправді фізична свідомість: «поінформованість» розуму або «усвідомлення» ним зовнішнього світу, про яке свідчать зовнішні почуття, і усвідомлення наявності «тіла», яке належить даній тварині або людині. Тварина або особа, що думає в площині фізичної свідомості (всі вищі тварини так думають, і навіть багато з людей, мабуть, не здатні піднятися вище цього), ототожнює себе з фізичним тілом і усвідомлює лише стосовно цього тіла й до зовнішнього світу. Воно «знає», але не усвідомлюючи розумові процеси або існування розуму, воно «не знає, що знає». Ця форма свідомості, хоча вона незрівнянно вище мислення несвідомої площини «відчуття», є ніби світом думки, відмінним від свідомості високо розвинутої інтелектуальної людини нашого століття й нашої раси.

Важко скласти собі уявлення про фізичну свідомість нижчих тварин і дикунів, тим більше що й нам самим важко зрозуміти власну свідомість інакше, як самим актом свідомості. Але спостереження й розум у достатній мірі роз'яснили нам, чим є ця фізична свідомість тварини – або, принаймні, чим вона відрізняється від нашої свідомості. Візьмемо улюблений приклад. Кінь, який стоїть на холоді й під дощем, безсумнівно відчуває неприємний стан і, ймовірно, біль, бо ми знаємо з досвіду, що тварини відчувають і те, й інше. Але кінь не здатний аналізувати свої розумові стани й думати про те, коли ж вийде його господар і як жорстоко не пускати його у теплу стайню; він не здатний запитувати себе, чи виведуть його знову на холод завтра? Чому він змушений бути надворі в холодні ночі? Він не може й заздрити іншим коням, які залишилися вдома, і т.п. Словом, він не думає, як думала би при тих же обставинах розумна людина. Він усвідомлює неприємний стан, як усвідомлювала би його людина, і він побіг би додому, якби міг це зробити, як побігла би додому і людина. Але він не може пожаліти себе або думати про свою особистість подібно людині, або про те, що таким життям, зрештою, і жити не варто. Він «знає», але він не в змозі думати про себе, як про знаючого – він «не знає, що він знає», як знаємо ми. Він відчуває фізичне страждання й неприємний стан, але не знайомий з розумовим неприємним станом і тривогою, породжуваними фізичним станом і який так часто відчувають люди.

Тварина не може перенести свою свідомість із відчуттів зовнішнього світу на внутрішні стани буття. Вона не в змозі «пізнати себе». Це розходження можна досить грубо проілюструвати прикладом людини, яка відчуває, наче бачить або чує щось, що дає їй приємне або неприємне відчуття. Вона усвідомлює почуття або відчуття й той факт, що воно приємно або неприємно. Це є фізична свідомість, і тварина розділяє її з людиною. Але тварина на цьому й зупиняється. А тим часом людина може почати запитувати себе, чому це відчуття приємне і ставити його у зв'язок з іншими речами або особами; або міркувати, чому відчуття їй неприємне, що з нього випливає й т.д. Це є «ментальна» свідомість, бо вона визнає існування внутрішнього Я і звертає свою увагу усередину. Дана особа може, побачивши іншу людину, відчути почуття або відчуття потягу або відрази, симпатії або антипатії. Це свідомість фізична і тварина може мати таке ж відчуття. Але людина йде далі тварини й міркує про те, що саме в іншій людині притягає або відштовхує її, порівнює її з нею, догадується про те, чи відчуває та людина те ж саме, що й вона, тощо. Це є «ментальна» свідомість.

У тварини розумовий погляд цілком спрямований назовні й ніколи не звертається на саму себе. У людини ж розумовий погляд може бути розвернутий усередину або повернутий усередину після екскурсії в зовнішній світ. Тварина «знає», людина ж не тільки «знає», але вона «знає, що вона знає»; вона може аналізувати це знання й міркувати над ним. Ми називаємо цю вищу свідомість ментальною свідомістю. Діяльність фізичної свідомості ми називаємо інстинктом; діяльність же ментальної свідомості ми називаємо розумом.

Людина, що володіє ментальною свідомістю, не тільки «почуває» або «відчуває»; вона має у своєму розпорядженні й слова або розумові поняття про ці почуття та відчуття, й може уявити себе такою яка відчуває їх, відокремлюючи себе, відчуття або почуття від об'єкту, який почувається або відчувається. Людина здатна думати:

«Я відчуваю; я чую; я бачу; я нюхаю; я бажаю; я роблю» і т.д. Самі ці слова вказують на те, що ментальна свідомість пізнає розумові стани, дає їм назви й пізнає разом з тим щось, назване Я, що зазнає відчуття. Цей останній факт змусив психологів називати цю стадію «самосвідомістю», але ми залишаємо ідею свідомості Я для більш високої стадії.

Тварина зазнає щось, що дає їй враження або почуття, обумовлене нами, як «біль», «страждання», «приємне», «солодке», «гірке» і т.д.; все це форми відчуття. Але тварина нездатна думати про них словами. Страждання здається їй частиною її самої, хоча воно й зв'язує її з особою або предметом, що заподіюють його. Спостереження над розвитком свідомості у дитині дає нам набагато ясніше уявлення про щаблі і розходження свідомості, ніж усяке словесне зображення його.

Ментальна свідомість є продукт росту. Як говорить Галек: «Багато з людей мають лише невиразне уявлення про такий розумовий стан. Вони завжди розуміють себе цілком і ніколи не обертають погляд усередину».

Наука сумнівалася в тому, чи розвинули в собі дикуни самосвідомість і навіть багато з людей нашої раси, очевидно, стоять не на багато вище тварини за інтелектом та свідомістю. Вони не здатні «пізнати себе», хоча б поверхнево. Для них Я уявляється чисто фізичною річчю – тілом, що має бажання й почуття, – та й по-всьому. Вони можуть відчуті яку-небудь дію, але не більше. Вони не здатні відокремити від себе яке-небудь фізичне «не-Я», не будучи цілком у змозі вважати себе чим-небудь іншим, ніж тілом. Я й тіло становлять для них одне, і вони, очевидно, не здатні відрізнити їх друг від друга. Потім настає інша стадія, коли з'являється ментальна свідомість у власному розумінні слова. Людина починає усвідомлювати, що в неї є розум. Вона здатна «пізнати себе», як істоту, що володіє розумом, і трохи обернути погляд усередину. Цей період розвитку спостерігається в маленьких дітях. Якийсь час вони говорять про себе в третій особі, а потім уже починають говорити: «я». Трохи згодом у них з'являється здатність розпізнавати власні розумові стани, як такі; вони знають, що мають розум, і вміють відрізнити його від тіла. Як розповідають, деякі діти зазнають почуттів страху при переході на цей щабель. Вони проявляють сором'язливість. Деякі з них стверджували згодом, що коли вони вперше усвідомили себе, як сутність, вони були охоплені страхом і ніби почуттям самотності й відчуженості від всесвіту. Молоді люди часто відчувають це протягом декількох років. У них є ясне відчуття, що всесвіт їм ворожий і становить щось окреме від них.

Хоча це почуття відчуженості втрачає свою гостроту в міру того, як людина стає старше, однак воно все ж існує в більшій або меншій ступені, аж до досягнення ще вищого щабля – свідомості Я, коли це почуття зникає, як ми побачимо нижче. Цей, тільки-но описаний нами стан розуму, є для багатьох людей важким періодом. Вони заплутуються в масі розумових станів, які людина приймає за «себе саму», і боротьба між істинним Я та обмежувальними його оболонками буває важка. Вона стає ще болісніше наприкінці шляху, бо в міру того, як у людині розвивається ментальна свідомість і знання, вона гостріше відчуває й, отже, гостріше страждає. Людина споживаючи від плоду дерева пізнання, починає страждати, вигнана з того Едему, в якому перебувають діти й дикі раси, що живуть мов птахи небесні й не мислять про розумові стани та проблеми. Але попереду має бути звільнення у вигляді вищої свідомості, хоча деякі люди це розуміють, а ще менше число їх досягає його в наш час. Сподіваємося, що це читання вкаже вам шлях до нього.

Разом із зародженням ментальної свідомості є й знання того, що і в інших людей є розум. Людина здатна міркувати про розумові стани інших людей, бо вона усвідомлює ці стани в самій собі. В міру того, як людина розвиває в собі ментальну свідомість, вона починає розвивати все зростаючі ступені розумності, й тому, приписує величезну важливість цій частині своєї природи. Деякі люди поклоняються інтелекту, як Богові, не беручи до уваги його обмежень, на які вказували інші мислителі. Такі люди схильні думати, що через те, що людський інтелект (на даній стадії його розвитку) стверджує, ніби таке явище може або не може бути, питання про існування цих явищ тим самим вирішене остаточно. Вони не знають того факту, що людський інтелект на даному щаблі свого розвитку може пізнати лише невелику частку всесвітнього факту й, що можуть існувати незліченні області реальних фактів, які він і уявити собі не може, бо такі далекі вони від його досвіду. Розвиток нового почуття відкрив би новий світ і виявив би факти, які зовсім перевернули б цей наш світ понять через нові відомості, які воно б нам дало.

Проте, ментальна свідомість дала в результаті чудесну роботу інтелекту, що виразилася в досягненнях людини, аж до нашого часу, і хоча ми повинні усвідомити обмеження інтелекту, ми, однак, із радістю віддаємо йому належне. Розум є знаряддям, яким людина розкопує поклади фактів, виявляючи щодня нові скарби. Ця стадія ментальної свідомості приводить людину до пізнання самої себе, до пізнання всесвіту і пізнання це варте ціни, сплаченої за нього. Людина дійсно платить ціну при вступі в цю стадію, і ціна все збільшується в міру того, як вона йде вперед, через те, що чим далі вона просувається, тим гостріше вона страждає і насолоджується. Здатність страждати становить ціну, яка сплачується людиною за досягнення, аж до певної стадії. Її страждання переходить із фізичної у ментальну свідомість, і вона усвідомлює проблеми, про існування яких раніше й не підозрювала; відсутність розумної відповіді і породжує розумове страждання. І духовні страждання, відчуті нею внаслідок

незадоволення прагнень, розчарувань, страждань інших, улюблених нею істот і т.п., набагато гірше усілякого фізичного страждання. Тварина, живучи своїм тваринним життям, відчуває себе задоволеною, бо вона не знає нічого кращого. Якщо вона сита, має лігвище для сну і самицю або самця – вона щаслива. Деякі люди подібні їй. Але інші поринають у цілий світ розумового невдоволення. Виникають нові потреби і неможливість задовольнити їх породжує страждання. Цивілізація стає усе складніше і приносить нові страждання разом із новими насолодами. Людина прив'язується до «речей» і з кожним днем створює штучні потреби, для задоволення яких повинна працювати. Її інтелект, замість того, щоб вести її вгору, дає їй лише можливість придумувати нові й тонкі способи задоволення її почуттів у ступені, недоступному для тварин. Деякі люди зводять у релігію задоволення своєї чуттєвості, своїх нижчих потягів і стають, так би мовити, могутніми тваринами, озброєними всіма силами інтелекту. Інші стають марнолюбними, самовдоволеними і сповненими свідомості важливості своєї особистості (помилкового Я). Інші болісно зосереджуються на самих собі й займаються аналізом та вивченням своїх настроїв, мотивів, почуттів тощо. Інші ж, іще вичерпують свої здібності до задоволення й щастя, але при цьому шукають його зовні, а не всередині, і внаслідок цього пересичуються всім і стають тягарем самим собі. Ми відзначаємо все це не в дусі песимізму, а лише з метою вказати, що навіть велика ментальна свідомість має зворотну, непривабливу сторону поряд зі світлим виглядом, приписуванням їй.

Коли людина досягає вищих стадій цієї ментальної свідомості і перед нею починає розкриватися наступний, більш високий щабель, вона схильна гостріше, ніж колись, відчувати незадовільність життям, як воно уявляється їй. Вона не може зрозуміти саму себе – своє походження, долю, призначення і природу – й вона б'ється об прутьї клітки інтелекту, в якій вона замкнена. Вона запитує себе: «Звідки я? Куди я йду? Яка мета мого існування?». Вона не задовольняється відповідями, що даються світом на ці питання, і голосно волає у своєму розпачі, але непроникні стіни, що оточують її, відсилають назад лише власний її голос. Вона не усвідомлює, що відповідь має пролунати зсередини.

Психологія зупиняється, досягши меж ментальної свідомості, або, як вона називає її, «самосвідомості», і заперечує існування чого б то не було за межами її, яких би то не було недосліджених областей розуму. Вона знущається з відомостей, які доставляються тими людьми, котрі проникнули далі, в глибини своєї істоти і вважає ці свідчення «снами», «фантазіями», «ілюзіями», «екстатичною уявою», «ненормальними станами» і т.д. Проте, існують філософські школи, в яких викладається вчення про ці вищі стани, і є люди всіх століть та всіх рас, які вчилися в них і залишили нам відомості про них. Тому, ми відчуваємо себе вправі прийняти до міркування їхні свідчення.

Існують дві площини свідомості, про які ми вважаємо доречним говорити, через те, що ми придбали деякі знання стосовно них. Є й ще більш високі площини, але вони належать до фазисів життя більш піднесених, ніж ті, про які мова йде на цих сторінках.

Перша із цих площин або стан свідомості, що стоїть вище «самосвідомості» психологів (яку ми називаємо «ментальною свідомістю»), може бути названа «свідомістю Я» через те, що вона дає усвідомлення реальності Я. Ця «свідомість» набагато вище «самосвідомості» людини, здатної відрізнити «я» від «ти» і давати йому назву. Вона набагато вище і тої свідомості, яка дозволяє людині відрізнити Я від різних властивостей розуму, які вона визнає за не-Я, поки вона не натрапляє на щось, що вона не може відсторонити, те, що вона називає Я; хоча ця стадія значно вище щабля, на якому стоїть більшість людства, і є високим ступенем досягнення. Вона споріднена цією останньою стадією і все ж повніше й довшеніше неї. При народженні свідомості Я, наше «я» пізнає себе самого більш ясно і цілком перейняте почуттям «свідомості» власної своєї реальності, до тієї пори невідомої їй. Ця свідомість не є результатом міркування, а саме «усвідомлення», подібне тому, як фізична свідомість і ментальна свідомість становлять щось зовсім відмінне від «інтелектуального переконання». Це – знання, а не припущення або віра. Я знає, що воно реальне – що воно корениться у вищій реальності, яка лежить в основі всього всесвіту і причетне до його сутності. Воно не розуміє ще, що таке ця реальність, але знає, що воно справді існує і являє собою щось зовсім несхоже на що б то не було у світі імені, форми, числа, часу, простору, причин і наслідків – щось трансцендентальне і переважаюче усякий людський досвід. Знаючи це, наше Я знає, що воно не може бути знищене й ушкоджене; що йому не загрожує смерть; що воно безсмертне; що є щось, що становить саму сутність добра, яке лежить в основі особистого нашого буття й навіть у ньому самому. І в цій упевненості, і в цій свідомості криється світ, розуміння й сила. Коли воно цілком розкривається людині, сумнів, страх, занепокоєння і незадоволеність спадають із неї, як зношений одяг, і вона одягається у віру, яка відає, у безстрашність, у ясність, у задоволеність. Тоді вона може, з повним розумінням і знанням, сказати: «Я єсмь».

Це усвідомлення Я для багатьох є ніби зорею пізнання, немов перші промені сонця показуються з-за пагорбів. До інших воно прийшло у всій своїй повноті, хоча поступово й повільно, й вони нині живуть у яскравому світлі цього усвідомлення. Перед іншими воно блиснуло, наче блискавка або видіння, наче світло зійшло з ясного неба,

заледве не засліпивши їх з першого разу, але залишивши їх незмінними, ніби оволоділи були чимось, що не може бути пояснено тим, хто цього не зазнав і зрозуміле їм. Ця остання стадія називається «просвітленням» (в одній з його форм).

Людина, яка володіє усвідомленням Я, можливо і не зрозуміла ще загадки всесвіту й не може відповісти на великі питання життя, але вона припинила тривожитися ними, вони її більше не турбують. Вона може вправлятися в цих питаннях своїм інтелектом, але аж ніяк не буде думати, що від їх інтелектуального з'ясування залежить її щастя або спокій.

Вона знає, що стоїть на твердій скелі й, хоча буревії світу, матерії та сили бушують навкруги неї, вони не можуть завдати їй шкоди. Вона знає це й ще багато чого іншого. Вона не може довести всього цього іншим людям, бо це недовідно аргументами – сама вона не цим шляхом набула це знання. Тому, вона мало про це говорить і живе, начебто вона цих речей не знає; так принаймні здається зі сторони. Але усередині вона інша людина; її життя відмінне від життя її побратимів, бо, тоді як їх душі занурені в сон або мечуться у тривожних сновидіннях, її душа прокинулася і дивиться на світ ясними та безстрашними очима. Існують, звичайно, різні ступені цієї свідомості, подібно тому, як вони бувають різні на нижчих площинах свідомості. Деякі мають цю свідомість слабкою, тоді як інші мають її в усій повноті. Можливо, це читання пояснить деяким читачам, що саме «трапилося» з ними, про що вони не зважуються розповідати найближчому другові або супутнику життя. Для інших воно, можливо, послужить шляхом до більш повного усвідомлення. Ми щиро сподіваємося на це, бо людина починає життя лише з тієї хвилини, коли вона усвідомила своє Я, як реальність.

Є щабель, що стоїть іще вище згаданого щабля, але його досягли лише деякі представники людства. Відомості про нього приходять з усіх країн, усіх часів і століть. Він був названий «космічною свідомістю» і описується людьми, які володіють ним, як усвідомлення єдності життя, тобто як усвідомлення, що всесвіт наповнений єдиним життям; як справжнє сприйняття і знання, що всесвіт повний життя, руху й розуму, що не існує сліпої сили або мертвої матерії і, що все живе, вібує і розумне. Все це стосується до істинного всесвіту, що складає сутність і основу всесвітньої матерії, енергії та розуму. Описи тих, хто зазнав цього стану, вказує на те, що вони весь всесвіт сприймають як розум, – що в остаточному підсумку все є розум. Деякі люди – але лише деякі – зазнали цієї форми усвідомлення у миті «просвітлення», причому періоди ці тривали дуже короткий час і зникали, залишаючи за собою лише спогад. У мить «просвітлення» люди, що зазнали його, відчували «дотик» із всесвітнім знанням і життям, що не піддається опису і супроводжуваний невимовною радістю.

Стосовно «космічної свідомості» ми сказали б, що вона означає щось більше, ніж інтелектуальне переконання, віра або розуміння фактів, через те, що в мить просвітлення наступало справжнє бачення або усвідомлення цих речей. Інші стверджують, що вони зазнають глибокого, постійного відчуття реальності фактів, описаних проясненими, але не зазнають «екстазу» і не мають видінь. Ці люди, очевидно, мають постійний розумовий стан, подібним тому, який зазнавали люди, котрі мали «видіння» і були покинуті ним, зберігши лише спогад і відчуття, а не дійсну свідомість, досягнуту в момент просвітлення. Вони сходяться в істотних рисах своїх описів. Доктор Морріс Бакк (Bucke) написав книгу названу «Космічна свідомість», у якій він описує деякі подібні випадки, включаючи і свій досвід у даному напрямку, досвід Уолта Уйтмана та інших: він стверджує, що ця стадія свідомості буде в майбутньому досягнута людством і поступово буде перед ним розкриватися; він тримається тієї думки, що прояв її, що осяяв деяких людей, є першими променями сонця, що засяяли над ними і сповіщають про появу самого світила.

Ми не будемо тут докладно розбирати свідчення великих релігійних учителів минулих століть, які стверджували, що у хвилини великого духовного підйому вони «усвідомлювали себе в присутності Абсолюту» або в сфері «світла лику Його». Ми ставимося з великою повагою до цих свідчень і багато які з них мають повну підставу вважатися справжніми, незважаючи на суперечливі свідчення, що дійшли до нас від людей, які зазнали цього стану. Свідчення ці суперечливі через те, що розум людей, які мали ці проблиски свідомості, не підготовлений був до повного розуміння цього явища. Вони виявилися в присутності чогось гнітюче великого і духовно-піднесеного, й були при цьому зовсім осліплені й приголомшені. Вони не розуміли природи Абсолюту і, оговтавшись, говорили, ніби були у присутності «Бога» – причому слово «Бог» означало їхнє особисте розуміння Божества, тобто уявлення, яке грає роль Божества в їхній особливій релігії або школі. Вони не бачили нічого, що могло б спонукати їх ототожнити це щось із їхнім особливим розумінням Божества, крім свого здогаду, що воно «мусить бути Богом», і, не знаючи іншого Бога, крім свого особистого уявлення про нього, вони природно ототожнювали це щось із «Богом», яким вони його собі уявляли, і свідчення їх, природно, приймали відповідне забарвлення.

Таким чином, свідчення всіх релігій сповнені оповідей про так звані «дивовижні події». Католицький святий стверджує, що він бачив «світло лику Божого», а не-католик також розповідає про Бога, яким його собі уявляє. Магометанин свідчить, що він бачив лик Аллаха, а буддист – що він бачив Будду під деревом. Брахман бачив лик

Брахми, а різні індуські секти описують свої, особливі божества. Перси залишили нам такі ж свідчення й подібні розповіді дійшли до нас навіть від древніх єгиптян.

Ці суперечливі свідчення привели людей, які не розуміють природи цього явища, до того висновку, що все це було лише «уявою» і фантазією, якщо не грубою неправдою і обманом. Але йогини дивляться на це зовсім інакше. Вони знають, що в основі всіх цих свідчень лежить одна загальна істина, яка розкривається людині, котра вивчає цей предмет. Вони знають, що всі ці свідчення (за винятком деяких, заснованих на облудному наслідуванні справжнього явища) засновані на істині і є лише невідомими свідченнями різних спостерігачів. Вони знають, що ці люди були тимчасово підняті над повсякденною площиною свідомості і їм відкрита була присутність істоти або істот вищих, ніж смертні люди. З цього не випливає, що вони бачили «Бога або Абсолют», через те, що багато є істот, які досягли високого духовного розвитку, які можуть здаватися смертному воістину богами. Католицьке вчення про янголів та архангелів підтверджується тими йогинами, які проникли «за завісу», і вони свідчать про існування «девів» та інших високорозвинених істот. Йогин приймає ці свідчення різних містиків, святих і натхненних людей і пояснює їх законами, що представляються зовсім природними людям, які вивчають філософію йогинів, але гаданими надприродними тими, хто не заглиблювався в ці питання по зазначеним вище лініям.

Ми не маємо можливості заглиблюватися в цю сторону питання, бо це відволікло б нас від загальної теми даного читання. Але ми хотіли б установити, що є деякі центри в розумовій суті людини, які можуть пролити світло на питання про існування Абсолюту й вищого розряду істот. Від цих центрів виходить та частина її «почуттів», які вона називає «релігійним інстинктом, або інтуїцією». Людина не приходить до усвідомлення «чогось потойбічного» шляхом свого інтелекту; усвідомлення це, ніби промінь світла, що виходить від вищих центрів Я. Вона зауважує ці промені світла, але не розуміючи їх, починає зводити складні богословські та релігійні надбудови для їх пояснення. Однак робота інтелекту ніколи не має «почуття» властивого самій інтуїції. Істинна релігія, незалежно від того, яким ім'ям вона називається, виходить із «серця» і не задовольняється інтелектуальними роз'ясненнями; звідси й занепокоєння, і жага вдовolenня, що охоплює людину, коли світло починає пробиватися.

Але в цей час ми повинні відкласти подальше обговорення цього питання. Ми повернемося до його розгляду нижче, у зв'язку з іншими питаннями. Як ми сказали вище, наступні два читання будуть стосуватися областей, що лежать поза свідомістю середньої людини. Вивчення їх надзвичайно цікаве і повчальне, й відкриє багатьом з вас нове поле мислення.

Мантра (твердження)

Я істота набагато менш обмежена й більш велична, ніж гадав раніше. Я повільно, але вірно розвиваюся, піднімаючись на нові площини свідомості. Я постійно рухаюся вперед і вгору. Мета моя – усвідомлення мого істинного Я, і я вітаю кожний щабель розвитку, що наближає мене до цієї мети. Я прояв реальності. «Я єс്മ».

Читання 8. Вершини і низини розуму

Наше Я має знаряддя прояву, котре ми зовемо розумом; але знаряддя це набагато більше за обсягом та складніше, ніж ми схильні думати. Як говорить один письменник: «Наше Я більше, ніж ми знаємо; у нього є вершини, що піднімаються над плоскогір'ям нашого свідомого досвіду і низини, що лежать нижче нього». Те, що відомо нам, як «свідомий розум», не є душа. Душа не є лише частина того, що ми знаємо як вхідне до складу нашої свідомості; навпаки, те, що входить у нашу свідомість, є лише невелика частина душі – свідомого носія ще більшого Я.

Йогини завжди вчили, що розум має багато площин прояву і діяльності, і, що багато його областей лежить вище та нижче площини свідомості. Західна наука починає розуміти цей факт і її теорії щодо цього питання викладаються в будь-якій новітній праці по психології. Але західна наука узялася до вивчення цього питання лише недавно. До останнього часу вона стверджувала, що свідомість і розум тотожні між собою і, що розум усвідомлює всю свою діяльність, всі свої зміни.

Лейбніц був одним із перших західних філософів, хто висунув ідею існування областей розумової діяльності, які лежать поза площиною свідомості, і з тієї пори, передові мислителі повільно, але впевнено розвивали це твердження.

На цей час наука встановила, щонайменше дев'ять десятих наших розумових процесів відбувається у позасвідомій області. Професор Елмер Гейтс, відомий учений, говорить: «Щонайменше 90% нашого розумового життя підсвідомі. Аналізуючи розумові процеси, ви побачите, що свідоме мислення не представляє ніколи безперервної лінії свідомості, а серію свідомих даних з великими проміжками підсвідомої діяльності розуму. Ми беремося за вирішення завдання і воно нам не дається. Ми встаємо, ходимо, знову беремося за нього і знову нас

осягає невдача. Але раптово виникає думка, що приводить до вирішення завдання. Підсвідомі процеси, виявляється, увесь час відбувалися в нас. Ми створюємо наше мислення не вольовою напругою. Воно протікає в нас, причому ми сприймаємо його більш-менш пасивно. Ми не можемо змінити природи думки або істини, але ми можемо, так би мовити, керувати кораблем, повертаючи кермо. Наше мислення становить значною мірою результат дії на нас усього космічного цілого».

Сер Вільям Гамільтон говорить, що сфера нашої свідомості являє собою лише невелике коло в центрі набагато більшої сфери діяльності та думки, котру ми усвідомлюємо через її результати.

Тен пише: «За межами невеликого освітленого кола лежить велике кільце сутінків, а за ним – невизначена пільма, але події цих сутінків і цієї пільми настільки ж реальні, як і ті, що відбуваються усередині освітленого кола».

Відомий англійський учений, сер Олівер Лодж, говорить щодо різних площин розуму наступне: «Уявіть крижану гору, горду своєю твердістю і блискучу вершинами та незадоволену увагою, надаваною їй підводній частині або підтримувальній їй області, або солоній рідині, з якої вона виросла і в яку вона із часом повернеться. Або ж, користуючись іншою метафорою, ми можемо вподібнити наш теперішній стан, становищу підводної частини кораблів, занурених у темний океан серед дивних чудовиськ і, яку сміливо рухають уперед; можливо також, що підводна частина корабля пишається тим, що вона збирає багато мушель у вигляді прикрас; дізнається про нашу мету лише по поштовхах об стінки пристаней і не має уявлення про палубу і каюти над нею, про щогли та вітрила, про компас і капітана, про вигляд з висоти щогли, про далекий обрій; не має уявлення про предмети, які лежать далеко попереду, про небезпеки, про цілі подорожі, про інші кораблі, з якими можна спілкуватися не тільки через фізичне зіткнення, про область сонячного світла і хмар, про простір або сприйняття і про розум, абсолютно недоступний частинам, що знаходяться нижче ватерлінії».

Просимо читачів уважно прочитати вищенаведені слова сера Олівера Лоджа, бо з усього, що нам зустрічалося із цього приводу в західній літературі, вони дають одну з найясніших і точних картин справжнього стану питання про різні площини розумової діяльності.

Й інші західні письменники відзначили ці позасвідомі області й говорили про них. Льюїс сказав: «Безсумнівно, в кожному свідомому вольовому русі, в кожному акті, що носить такий характер, більша частина цього акту цілком несвідомо. Точно так само, безсумнівно, що кожне сприйняття містить несвідомі процеси відтворення та індукції. Існує середня відстань підсвідомості та тлі несвідомості».

Тен говорить наступне: «Розумові події, непомітні для свідомості, набагато численніші інших; ми зауважуємо лише вищі пункти світу, який становить нашу істоту – освітлені вершини материка, низини якого залишаються в тіні. Під звичайними відчуттями лежать їхні складові частини, тобто елементарні відчуття, які повинні бути з'єднані в групи, щоб дійти до нашої свідомості».

Модслі говорить: «Вивчіть уважно і без упередження, звичайні розумові процеси щоденного життя, і ви побачите, що свідомість не має й десятої частини тих функцій, які їй зазвичай приписуються. В усякому свідомому стані працюють свідомі, підсвідомі та інфрасвідомі енергії, причому останні настільки ж необхідні, як і перші».

Олівер Вендел Холмс сказав: «Існують думки, які ніколи не вступають у область свідомості, вплив яких все ж відчувається серед ясних розумових потоків, які відчуваються, точно так само, як невидимі планети керують рухом тих планет, які астрономи спостерігають і наносять на карту».

Багато інших письменників наводили приклади й випадки процесів, що протікають у позасвідомих областях мислення. Один з них свідчить, що коли вирішення завдання, яке він довгий час шукав, блиснуло в його розумі, він затремтів, ніби у присутності іншої істоти, яка повідомила йому таємницю. Усім нам траплялося марно згадувати ім'я, або щось подібне й потім відкидати цю думку з голови; тим часом шукане ім'я або думка раптово з'являлися в нашому свідомому розумі кілька хвилин або годин потому. Щось у нашому розумі працювало тим часом, відшукуючи відсутнє слово і знайшовши його, передавало його нашій свідомості.

Один письменник згадує про так зване ним «несвідоме міркування», яке сталося з ним, коли він читав книги, що розвивали нові точки зору, по суті своїй, супротивні його колишнім думкам. Через декілька днів, тижнів або місяців він до свого великого подиву бачив, що його старі думки виявлялися переробленими й, що їхнє місце зайняли нові точки зору. Багато прикладів подібної несвідомої розумової переробки й асиміляції описані в книгах написаних на цю тему за останні кілька років.

Говорять, що сер У.Р. Гамільтон відкрив вчення про кватерніони якось, коли гуляв із дружиною по обсерваторії в Дубліні. Він розповідає, що раптом відчув, як «гальванічне кільце думки» замкнулося й іскри, які посипалися від нього, були основними математичними відношеннями його задачі, яка становить нині важливий математичний закон.

Доктор Томпсон писав: «Часом я відчував марність усякого навмисного зусилля, а також усвідомлював, що питання саме чітко розроблялося в моєму розумі. Мені багато разів здавалося, що я є пасивним знаряддям у руках

якоїсь іншої особи. Маючи на увазі необхідність виждати результатів цих несвідомих процесів, я набув звички збирати весь матеріал заздалегідь і потім дозволяти всій цій масі переробити себе саму, поки я не був готовий узятися за написання. Я відклав на місяць написання моєї книги «Про систему психології» і продовжував знайомитися із джерелами. Я намагався не думати про книгу. Я зацікавлено стежив за людьми, які проходили повз мої вікна. Якось увечері, коли я читав газету, суть відсутньої частини моєї книги блиснула в моєму розумі і я узявся писати. Це лише один приклад з багатьох подібних переживань».

Бертоло, засновник синтетичної хімії, говорив, що досліди, які привели його до надзвичайних відкриттів, ніколи не були наслідком ретельної послідовності думки чисто розумових процесів, а приходили самі собою, так би мовити, з ясного неба.

Моцарт писав: «Я не можу сказати по совісті, що я відповідальний за свої добутки. Думки течуть і я не знаю, звідки і як вони приходять. Я не чую у своїй уяві частин у послідовному порядку, а чую їх, так би мовити, всі одночасно. Решта є лише спробою відтворити те, що я чув».

Вищезгаданий доктор Томпсон також сказав: «Коли я писав цю книгу, я протягом цілих днів і тижнів не міг розподілити мої пізнання про даний предмет, поки не відчув нарешті просвітлення розуму; тоді я взяв перо і не коливаючись почав писати. Я домігся цього переважно тим, що відволік (свідомий) розум якомога далі від предмету про який писав».

Професор Баррет пише: «Таємничість нашої істоти не обмежується тонкими фізіологічними процесами, властивими як нам, так і всякому тваринному життю. В нашій людській особистості сховані більш високі й потужні сили, ніж ті часткові прояви їх, які відомі нам як наша свідомість, воля й розум. Існують наднормальні й трансцендентальні сили, пробіски яких у цей час ми лише зрідка вловлюємо, а за межами наднормальних сил лежать бездонні прірви, божественне дно душі – кінцева реальність, якої наша свідомість є лише відбиттям або слабким відблиском. Я не припускаю розробляти такі піднесені теми, вони навіки лежать за межами людських вишукувань; неможливо також у межах цієї статті дати правильне поняття про ті таємничі області нашої складної особистості, які розкриваються й починають з'ясовуватися шляхом наукових пошуків».

Священик доктор Ендрю Меррей пише: «Глибше того, куди може проникнути душа з її свідомістю, живе дух-матерія, що з'єднує людину з Богом; а глибше того, куди може спуститися розум і почуття або воля – у незримих глибинах схованого життя – живе Дух Божий». Ці свідчення чудові, виходячи з даного джерела, бо вони підтверджують і повторюють вчення йогинів щодо духу, який живе усередині людини.

Скофілд писав: «Наш свідомий розум, у порівнянні з несвідомим розумом, уподібнюється видимому спектру сонячних променів у порівнянні з невидимою частиною його, що простирається на невизначену відстань з обох сторін. Ми знаємо тепер, що головна частина тепла виходить від інфрачервоних променів, які не дають світла; і, що головна частина хімічних змін у рослинному світі є результатом дії ультрафіолетових променів на протилежному кінці спектру, які точно так само невидимі для ока й пізнаються по тому сильному ефекту, який вони чинять; і подібно тому, як ці невидимі промені поширюються на невизначену відстань з обох сторін видимого спектру, точно так само можна сказати, що й розум включає не лише видиму або свідому частину і те, що ми називаємо підсвідомістю – яка лежить нижче червоної лінії, але й надсвідомий розум, який лежить на іншому кінці – всі ті області вищого життя душі і духовного життя, яке ми лише час від часу усвідомимо невиразно, але які завжди живуть і з'єднують нас із вічними істинами, з однієї сторони настільки ж безсумнівно, як підсвідомий розум з'єднує нас із тілом з іншої сторони».

Ми знаємо, що наші читачі оцінять вищенаведене свідчення доктора Скофілда, бо воно стоїть у безпосередньому зв'язку із вченням філософії йогинів щодо різних площин розуму (див. «Основи світоспоглядання індійських йогинів»).

Ми відчуваємо себе вправі й далі цитувати доктора Скофілда, через те, що він найпевнішим чином підтверджує те, що філософія йогинів вважає основними істинами, які стосуються діяльності розуму. Доктор Скофілд – англійський письменник по психології і, наскільки ми знаємо, не має потягу до окультизму; він виробив свої погляди шляхом ретельного наукового вивчення та пошуків по лініях західної психології, що надає його свідченням великої цінності, доводячи, що людський розум інстинктивно знаходить шлях до істини, навіть якщо йому доводиться прокладати дорогу через нетрі й відхилятися від уторованих шляхів інших розумів довкола нього, які не мають досить мужності й ініціативи, щоб самим пробиватися вперед.

Доктор Скофілд пише: «Розум дійсно охоплює собою все, й будучи з однієї сторони натхненним Всемогутнім, він з іншої сторони впливає енергію в тіло, обумовлюючи доцільність, що проявляється в його житті. Можна назвати надсвідомий розум областю життя духу, підсвідомий розум – областю життя тіла, а свідомий розум – середньою областю, де перші два зустрічаються».

Далі доктор Скофілд пише: «Говорять, Дух Божий живе у вірянині; тим часом його присутність не становить предмета безпосередньої свідомості. Тому ми б включили у надсвідомий розум усі духовні ідеї разом із совістю – голосом Бога, як називає її Макс Мюллер – безсумнівно, яка є, напівсвідомою здатністю. До того ж діяльність надсвідомого, як і підсвідомого розуму, як сказано вище, найкраще сприймається під час бездіяльності свідомого розуму. Видіння, медитації, молитви й навіть сни були, без сумніву, засобами духовних одкровенень, і багато можна привести прикладів на підтвердження існування роботи духу незалежно від діяльності розуму і глузду. Істина полягає, ймовірно, в тім, що розум, як ціле, є несвідомий стан і, що його середні реєстри, за винятком вищих духовних і нижчих фізичних проявів, часом освітлюються в різному ступені свідомості; до цієї освітленої частини диску додається найменування «розум», по праву приналежному цілому в його обсязі».

Олівер Вендел Холмс сказав: «Автоматичний плин думки нерідко дивним чином стимулюється слуханням слабкої, безперервної мови, яка містить рівно стільки ідей, щоб (свідомий) розум був зайнятий. Викликаний плин думки часто буває швидким і блискучим у зворотному відношенні до сили, що викликає його плин».

Вундт говорить: «Несвідомі логічні процеси відбуваються з точністю і правильністю, немислимою там, де існує можливість помилки. Наш розум так прекрасно побудовано, що він готує для нас найбільш важливі основи пізнання при повному нашому невіданні про його *modus operandi*. Ця несвідома душа, подібно милосердному незнайомцеві, працює і піклується про нас, постачаючи нас лише спільними плодами».

Один письменник в англійському журналі пише: «Несвідомий розум повідомляє нашій свідомості, що розум готовий працювати, бадьорий, повний ідей». «Основою наших суджень є іноді знання, настільки віддалене від свідомості, що ми не можемо освітити його променями цього останнього». – «Людський розум включає несвідому частину; несвідомі процеси, що відбуваються в цій частині, є найближчими причинами свідомості; більша частина людських інтуїтивних діянь представляють результат несвідомої причини; істинність цих положень так ясно впливає з повсякденних фактів розумового життя, настільки близька до області очевидного, що дивно, яким чином дедукція не попередила індукції при розгляді цих фактів». – «Наше поведіння підкоряється впливу несвідомих передумов щодо суспільного й інтелектуального положення нас самих і нашого співрозмовника. У суспільстві ми несвідомо тримаємо себе інакше, ніж у сімейному колі. При досягненні нами більш високого становища, вся наша поведінка непомітно й несвідомо міняється згідно із ним».

Скофілд додає до останньої думки цитованого нами автора наступне: «Це справедливо, хоча й у меншому ступені, також, щодо різних стилів і видів одягу й навколишнього оточення. Ми зовсім несвідомо міняємо наше поведіння, поставу та вигляд згідно з обставинами».

Йенсен пише: «Коли ми всіма силами розуму міркуємо про щось, ми можемо втрапити у стан повної несвідомості, протягом якого ми не зауважуємо не лише зовнішній світ, але й не знаємо нічого про себе самих і про думки, що виникають у нас якийсь час потому. Ми тоді раптово пробуджуємося, мов від сну і зазвичай, у цю ж хвилину, результати наших міркувань проявляються чітко в нашій свідомості, тоді як ми й не знаємо, як ми їх виробили».

Баском говорить: «Зовсім нез'ясовно, яким чином посилки, що лежать у підсвідомості, можуть підтримувати доводи у свідомості; як може розум навмисно підхопити розумовий процес у поглибленій стадії, не будучи обізнаним у його первісних кроках».

Гамільтон та інші письменники порівнювали діяльність розуму з тим, що відбувається з рядом більярдних куль, якщо вдарити першу з них. Імпульс у такому випадку передається всьому ряду, але в результаті цього насправді починає рухатися лише остання куля; інші залишаються нерухомими. Остання куля зображує свідому думку, інші ж – стадії несвідомого мислення.

Льюїс пише, посилаючись на цей приклад: «Гамільтон стверджує, що щось подібне нерідко відбувається з послідовним рядом думок, причому одна думка негайно ж викликає у свідомості іншу, і цей поштовх передається іншим думкам, які самі однак, не спливають у свідомості. Той факт, що ми не усвідомимо процесу утворення груп, а лише вже утворену групу, може пролити світло на існування несвідомих суджень, несвідомих умовиводів і несвідомої реєстрації досвіду».

Багато письменників описували процес поступового виявлення в полі свідомості несвідомого мислення і супровідний йому неприємний стан. Цікаво й повчально навести кілька прикладів.

Модслі говорить: «Дивно, який неприємний стан може породити неясне відчуття, що щось має бути зроблено або сказано, та ба, не можна ніяким чином пригадати. Втрачена ідея силкується ввійти у свідомість і відчувається полегшення тільки-но думка ввірветься в його область».

Олівер Вендел Холмс сказав: «Деякі думки ніколи не спливають у свідомості; тим часом вплив їх відчувається серед сприйманих нами плинів думок, подібно тому, як невидимі планети керують рухами відомих планет». Той же письменник зауважує: «Мені розповідали про одного ділка в Бостоні, що він, одного разу, довгий час міркував над

одним важливим питанням і нарешті відмовився займатися ним далі, вважаючи його занадто важким для себе. Але він відчував такий тривожний стан розуму, що боявся загрози припадку епілепсії. Кілька годин згодом, звичайне рішення питання саме представилося йому, будучи виробленим, як він гадав, у цей тривожний проміжок часу».

Доктор Скофілд відзначає кілька прикладів цього виду діяльності несвідомих площин розуму. Ми наведемо лише два випадки, особливо цікаві та доказові:

«Торік, – розповідає доктор Скофілд, – я їхав в Phillmore Gardens, для того, щоб передати деякі листи моєму приятелеві. По дорозі неясне занепокоєння опанувало мною і якийсь голос ніби казав: «Сумніваюся, щоб у тебе були ці листи!». Свідомий розум запротестував, сказавши: «Звісно, листи в тебе; ти сам вийняв їх із шухлядки!». Неясне відчуття не було задоволене, але не знало, що відповісти. По приїзді листів не виявилось в моїх кишенях. Після повернення додому я знайшов їх у передпокої, на столі, куди поклав їх на хвилинку, поки одягав рукавички».

«Днями мені треба було відвідати пацієнта, що живе у Фолкстоні, на Шекспірівській терасі. Я приїхав дуже пізно і не залишився у пацієнта, а відправився в павільйон переночувати; ніч була темна й дощова. Наступного ранку, об одинадцятій годині, я пішов пішки шукати будинок, де жив пацієнт; я знав, у якому напрямку він перебуває, але ніколи ще не ходив пішки в ту сторону. Я пішов по головній вулиці і пройшовши якийсь поворот, відчув деяке занепокоєння у свідомості, яка підказувала мені, що я минув терасу. Довідавшись про дорогу, я переконався, що так і було; поворот той і був тим місцем, де почалося занепокоєння. Попередня ніч була зовсім темна й дуже негожа, і бачене мною із закритого екіпажу зовсім несвідомо запам'яталося в моєму розумі».

Професор Кірхнер говорить: «Наша свідомість може чітко засвоїти лише одну думку відразу. Всі інші думки тимчасово трохи тьмяніють. Вони, насправді існують, але лише потенційно для свідомості, тобто вони блукають, так би мовити, на нашій обрії або за порогом свідомості. Факт раптового повернення у свідомість колишніх думок пояснюється просто тим, що вони мають тривале психічне існування; увага іноді навмисно або ненавмисно відволікається від сьогодення і в такий спосіб поява колишніх думок стає можливою».

Олівер Вендел Холмс говорять: «Різні наші думки є наче щаблями; ми не знаємо, як переходимо з одного на інший; щось переносить нас. Ми (наші свідомі «я») не ступаємо на наступний щабель. Творчий і животворний дух, що живе усередині нас, хоча він і не від нас, усюди пізнається в реальному житті. Він приходить до нас у вигляді голосу, що вимагає, щоб його слухали; він говорить нам у що ми повинні вірити; він складає наші фрази і ми дивуємося цьому прибульцеві, який обирає своє місце проживання в нашій свідомості».

Гальтон говорить: «Я хотів показати, як цілі розумові процеси, що випали зі звичайної свідомості, можуть бути знову витягнуті на світло».

Монтгомері говорить: «Ми постійно знаємо, що спливають почуття, не викликані попереднім розумовим станом, будучи безпосередньо з темного лона несвідомості. Всі наші найбільш яскраві почуття з'являються таким містичним шляхом. Раптові відчуття присутності чогось нового, несподіваного, непрошеного, вторгається в нашу свідомість. Якась несповідима сила змушує його піднятися і з'явитися в розумі, як складова його частина. Якщо доводиться припустити подібну явну залежність від несвідомих сил стосовно найбільш яскравих фактів нашого розумового життя, то тим більше необхідно визнати існування подібної основи для тих блідих віджилих образів колишніх відчуттів, які в такій значній мірі сприяють утворенню нашого складного розумового вигляду».

Сер Бенджамін Броді говорить: «Мені часто траплялося нагромаджувати цілу гору фактів і відчувати неможливість іти далі. Через деякий час неясність і плутанина зникали; факти розподілялися по місцях, хоча я свідомо не зробив ніякого зусилля в цьому напрямку».

Вундт каже: «Традиційний погляд, що свідомість становить усе поле внутрішнього життя, не може бути прийнято. У свідомості психічні акти дуже відрізняються між собою і самоспостереження природно приводить до єдності в психології. Але діючий початок цієї єдності перебуває поза свідомістю, якій відомі лише результати роботи, чиненої в невідомій лабораторії, за межами її. Раптово народжується нова думка. Кінцевий аналіз психічних процесів доводить, що область несвідомості є місцем дій найважливіших розумових явищ. Свідоме завжди обумовлюється несвідомим».

Крейтон мовить: «Наше свідоме життя являє собою суму цих появ та зникнень. За лаштунками, як ми гадаємо, перебуває величезний запас, якому ми даємо назву «несвідомого», користуючись при цьому дуже простим прийомом: ми просто приєднуємо до первісного слова негативну частку. Основою всього того, що перебуває за сценою, є лише заперечення свідомості».

Модслі говорить: «Процес умовиводу нічого не додає до знання (того хто думає). Він лише розгортає те, що було в ньому раніше і вводить розум у свідоме володіння тим, що було раніше несвідомо». І далі: «Розум не може робити свою справу, сам того не усвідомлюючи. Свідомість є світло, що висвітлює процес, а не агент, що робить його».

Вальштейн каже: «Шекспір, імовірно, пізнав через своє підсвідоме «я», без усяких зусиль, висоти істини, сховані від свідомого розуму дослідника, який прагне знайти їх; імовірно точно в такий же спосіб Фідій обробляв мармур і бронзу, Рафаель малював Мадонн, а Бетховен складав симфонії».

Рібо говорить: «Розум одержує від досвіду деякі дані й розробляє їх несвідомо, шляхом властивих йому законів, і результати спливають у свідомості».

Ньюман говорить: «Коли незвичне породжує подив, то справа відбувається не так, що ми сприймаємо річ спочатку, а потім відчуваємо подив; подив з'являється спершу й потім ми вже шукаємо причину його; у такий спосіб теорія, напевно, впливала спочатку на несвідомий розум, створюючи почуття, а потім уже була сприйнята свідомістю».

Один письменник в англійському журналі пише: «Яку надзвичайну важливість має той факт, що несвідома частина розуму так само стосується до свідомої частини, як чарівний ліхтар стосується до світлого диску на екрані, і що більша частина навмисних дій, все практичне життя величезної більшості людей, є наслідком подій настільки ж віддалених від свідомості, як рух планет».

Доктор Скофілд говорить: «Цілком правильно, що область несвідомого розуму повинна, за необхідністю, залишатися невизначеною; ніхто не може сказати, як високо вона може піднятися і як низько опуститися... Ми не визначаємо тут, у межах або за межею нижчих граней несвідомого розуму перебувають ті несвідомі життєві сили, що перетворюють злаки в яйця та пір'я, і траву на молоко, м'ясо та баранину. Досить установити факт існування несвідомого розуму, відзначити головні його риси й показати, що всіма сторонами він настільки ж гідний називатися розумом, як і той розум, що працює у свідомості. Тому ми вертаємося до первісного нашого визначення розуму як «суми психічних дій в нас, свідомих або несвідомих»».

Гартман звертає нашу увагу на досить важливий пункт: «Несвідомий розум не хворіє, не стомлюється; тим часом усяка свідомо розумова діяльність піддається втомі».

Кант говорить: «Мати ідеї і разом з тим не усвідомлювати їх – у цьому, начебто, є протиріччя. Проте, ми можемо безпосередньо знати про існування в нас думки, хоча ми прямо й не усвідомлювали її».

Модслі говорить: «Може здаватися парадоксальним твердження, що думки не тільки можуть існувати в розумі крім свідомості, але й, що думка або ланцюг послідовних думок можуть бути стимульовані до діяльності й породжувати рух не вимагаючи уваги до себе. Коли думка зникає з нашої свідомості, вона не зникає зовсім; вона може залишатися в схованому вигляді під горизонтом свідомості. Крім того, діючи, як сказано, під порогом свідомості, вона може впливати на вчинки або на інші думки».

Лейбніц говорить: «З того, що ми не сприймаємо думку, ще не йдеться, ніби вона не існує. Велика помилка гадати, що в розумі немає інших сприйнятів, окрім свідомих».

Олівер Вендел Холмс каже: «Чим більше ми вивчаємо механізм думки, тим більше ми бачимо ту попередню несвідому діяльність розуму, яка значною мірою входить у всі розумові процеси. Люди, які найбільше говорять, не завжди найбільше думають. Я сумніваюся, точно так само, в тому, що найбільш думливі люди, – тобто в розумі яких проходить найбільше свідомих думок – неодмінно робили б найбільш значну розумову роботу. Зростання усякої нової ідеї, впроваджені в розумі істинного мислителя, відбувається тоді, коли він найменше усвідомлює це».

Модслі говорить: «Сумно було б для людей, якби вони повинні були діяти завжди свідомо. Люди, самі не знаючи чому, діють певним чином, причому, на те є гарні підстави. Більше того. Практичні інстинкти людства нерідко діють і дають благі результати, незважаючи на те, що вони перебувають у повному протиріччі з доктринами, що визнаються людством».

Той же письменник говорить: «Кращими думками автора є ті мимовільні думки, які його самого дивують; поет, віддаючись творчій діяльності, ніби пише під чийсь диктування, оскільки справа стосується його свідомості».

Автор статті, надрукованої в одному англійському журналі, каже: «Чекаючи пароплав на пристані, я рушив до першого ж пароплава й, як виявилось, помилився. Я повернувся і почав чекати, причому пропустивши свій пароплав, який був на іншому кінці пристані, внаслідок зробленого мною несвідомо помилкового припущення, що це було єдине місце, де можна було чекати пароплава. Я побачив якимось, як одна людина увійшла в кімнату і вийшла в інші двері. Незабаром я побачив іншу людину, цілковито схожу на першу, котра зробила те ж саме. Це була та ж людина, але я сказав собі, що то були два близнюки, несвідомо припускаючи, що для першої людини не було іншого виходу, окрім як через ті двері, через які вона увійшла».

Модслі говорить: «Найтвердіше рішення або намір іноді зникають, коли справа доходить до здійснення вчинку, бо істинна воля, що визначає, можливо, інший вчинок, раптово виринає із глибин несвідомої природи, перемагаючи свідому природу».

Скофілд говорить: «Наш несвідомий вплив є проекція, що відбувається несвідомо, нашого несвідомого розуму й особистості на інших людей. Це діє на їхні несвідомі центри попри нашу свідомість, викликаючи зміну в їхньому

характері та поведінці, помітні для свідомості. Наприклад, поява гарної людини в кімнаті, де лихословлять, несвідомо змінить і очистить тон усіх присутніх. Наші розуми кидають тіні настільки ж несвідомі, як і тіні наших тіл; і ці тіні впливають, у гарну або погану сторону, на всіх, кого вони осяють. Це спостерігається щодня й властиво всім, хоча більш помітно у сильних особистостей».

Ми приділили багато часу й місця викладу думок різних західних учених щодо існування площини або площин розуму, які лежать поза полем свідомості. Ми відвели місце цим коштовним доказам не тільки через їхнє внутрішнє значення і чесноти, але тому, що ми хотіли показати читачеві, що існування цих позасвідомих площин розуму визнається тепер і кращими авторитетами західного світу, хоча всього лише кілька років тому над цією ідеєю знущалися, називаючи її «фантазією східних наставників». Кожний із цитованих письменників підкреслив якийсь цікавий і цінний пункт у цьому предметі, і вивчаючий побачить, як власний його досвід підтверджує факти, описані цими вченими. У такий спосіб, питання це позначиться ясніше і запам'ятається в розумі осіб, які вивчають із нами це питання.

Але ми повинні застерегти їх від занадто поспішного прийняття деяких виниклих за останні роки теорій західних письменників стосовно позасвідомих станів. Справа в тому, що західні вчені, осліплені баченням підсвідомих площин мислення, які раптово освітила західна думка, поспішно прийняли деякі теорії, гадаючи, наче вони пояснять усі явища стосовно області так званого «психізму», і всі завдання, пов'язані із цим питанням. Ці письменники, роблячи надзвичайно цінну роботу, що допомагає тисячам людей скласти собі нові уявлення щодо природи й діяльності розуму, разом із тим недостатньо вивчили саму проблему. Тим часом, деяке знайомство зі східними філософськими вченнями позбавило б їх та їхніх читачів багатьох оман.

Більшість цих письменників, наприклад, поспішно припустили, що, в силу існування позасвідомої області мислення, всі функції розуму можна розділити на «свідомі» та «підсвідомі», й, що всі позасвідомі явища можна групувати під рубрикою «підсвідомого розуму», «суб'єктивного розуму» тощо; вони ігнорують той факт, що цей розряд розумових явищ включає не лише вищі, але й нижчі форми мислення. В їх знову віднайдений розум (названий ними «суб'єктивним» або «підсвідомим») вони помістили найнижчі властивості й тварини пристрасті, божевільні імпульси, оманні бачення, святенництво, твариноподібний інтелект тощо, й поряд із ними натхнення поета й музиканта, та піднесені духовні прагнення й почуття, що виходять, як ми визнаємо, з вищих областей душі.

Ця помилка була природна, і з першого ж разу західний світ, узятий приступом, прийняв нові ідеї і теорії як істину. Але коли настав період роздумів та до цих теорій було докладено аналізу, то виникло почуття розчарування і невдоволення, й учені відчували, що чогось тут бракує. Чуття підказувало їм, що їхнє вище натхнення та інтуїція виходили з іншої області розуму, ніж нижчі емоції, пристрасті й інші підсвідомі почуття та інстинкти.

Швидкий погляд, кинутий на східні філософські вчення, дає нам відразу ключ до цієї проблеми. Східні вчителі завжди трималися того погляду, що свідоме мислення становить лише невелику частку всього обсягу думки, але вони завжди вчили, що подібно тому, як є поле мислення, яке лежить нижче свідомості, так є й поле мислення вище свідомості, яке настільки ж більш піднесе за інтелект, наскільки перше нижче нього. Одне згадування про цей факт здається одкровенням для людей, які вперше чують про нього і заплуталися в теоріях про «двоїтий розум», створених новітніми західними письменниками. Чим більше вивчаєш це питання, тим більше цінуєш перевагу східної теорії над поглядами західних письменників. Вона подібна до хімічного реактиву, що відразу освітлює мутну рідину в пробірці.

У наступному читанні ми торкнемося питання про надсвідомі й підсвідомі площини розуму і чітко зауважимо різницю між ними, доповнивши сказане нами з цієї теми в інших наших книгах.

Все це приводить нас до тої межі, коли ми можемо дати вказівки щодо виховання та культури, а також перевиховання цих позасвідомих властивостей і щодо панування над ними. Перевиховуючи здатності нижчих площин мислення і змушуючи їх працювати належним чином, та стимулюючи здатність вищих площин розуму, людина може «переробити себе» розумово і придбати сили про які вона нині лише мріє. Тому, ми й підводимо наших читачів, крок за кроком, до розуміння цього предмету. Ми радимо читачам ознайомитися з кожним фазисом цього питання, щоб навчитися успішно застосовувати навчання і вказівки, які ми дамо нижче.

Мантра (твердження)

Я визнаю, що моє Я більше, ніж воно здається; що вище та нижче області свідомості існують інші площини розуму; що подібно тому, як існують площини розуму, які належать колишньому моєму досвіду, придбаному в минулі століття й над якими я тепер повинен затвердити своє панування, так є і площини розуму на які я поступово переходжу і які дадуть мені мудрість, силу й радість. Я єсьм «Я» серед цього розумового світу; я володар свого

розуму; я затверджую свою владу над його нижчими проявами і жадаю від вищих проявів, щоб вони дали мені все, що вони зберігають для мене.

Читання 9. Розумові площини

У попередньому читанні ми повідомили дещо про діяльність розуму поза полем свідомості. Тепер ми спробуємо класифікувати ці позасвідомі області, звернувши вашу увагу на різні розумові площини, котрі перебувають вище й нижче площини свідомості. Як ми пояснили в останньому читанні, понад 90% наших розумових процесів відбуваються поза полем свідомості; з цього зауважуємо, що розгляд різних площин свідомості є важливим питанням.

Людина є центр свідомості у великому Єдиному Житті всесвіту. Її душа сходила на безліч щаблів, перш ніж досягти теперішнього становища та стадії розвитку. І їй доведеться пройти ще багато таких щаблів, поки вона остаточно не звільниться від пелюшок.

Людина у своєму розумовому бутті носить сліди всього того, що відбувалося – весь її власний досвід і великого людського руху, в якому і вона брала участь. І точно так само в її розумі зберігаються здібності та розумові площини, які ще не розкрилися у свідомості, про існування яких вона не цілком обізнана. А тим часом усі ці розумові багатства – навіть найнижчі здібності розуму – корисні й цінні для неї. Нижчі можуть бути використані з вигодою, якщо людина вміє управляти ними, і навпаки, вони небезпечні, якщо людина дозволяє їм панувати над собою замість того, щоб служити їй так, як вони повинні були б, приймаючи до уваги її нинішній ступінь розвитку.

В цьому дослідженні різних розумових площин ми не будемо суворо дотримуватися притаманних ним технічних окультних термінів, але з'єднаємо їх у кілька загальних груп і опишемо характеристичні риси кожної з них, не вдаючись у довгі пояснення про їхнє зростання та причину існування, бо це відволікло б нас від нашої мети – практичного розгляду питання.

Починаючи з нижчого щабля сходів, ми бачимо, що в людини є тіло. Тіло будується із дрібних клітин, що складаються із протоплазми, а клітинки – з незліченних молекул, атомів і часточок матерії – тої самої матерії, з якої складаються стрімчаки, дерева, повітря й т.п. – усе, що нас оточує. Філософія йогинів учить нас, що навіть атоми матерії мають життя й елементарний прояв розуму, який змушує їх, за законом притягання, з'єднуватися разом для утворення різних елементів, з'єднань та інше. Цей закон притягання є проявом роботи розуму й уперше свідчить про розумовий вибір дій і відповідний вплив. Нижче стоїть прана, або сила, яка, умовно кажучи, є також прояв розуму, хоча заради зручності ми її позначаємо як окремий прояв Абсолютного.

Отже, ми визнаємо, що цей закон притягання між атомами і частками матерії є робота розуму і стосується до розумової області людини, бо в цієї останньої є тіло, і подібна робота розуму постійно відбувається в її тілі. Це і є нижча розумова площина, яку ми повинні розглянути, вивчаючи психічний склад людини. Дійсно, вона лежить дуже низько під площиною свідомості і її навряд чи можна ототожнювати з особистістю людини – вона скоріше належить до життя в цілому і проявляється як у стрімчаку, так і в людині.

Після того, як атоми, через силу закону притягання, згрупувалися й утворили молекули матерії, ними опановує більш висока розумова діяльність і розумова робота рослини утворить із них клітинки. Життєвий імпульс рослини починає з того, що залучає до неї частки неорганічної матерії – хімічні елементи – і потім будує з них одиничну клітинку. Велика таємниця цієї будови! – Людський розум нездатний відтворити цей процес; тим часом розумовий початок рослинної площини відмінно знає, що йому слід робити, аби вибрати й залучити до себе саме ті елементи, які необхідні для творення окремої клітини. Розмістившись у клітинці, користуючись нею, як базою своїх дій, він продовжує свою роботу – подвоює її і таким чином, за допомогою простого відтворюваного процесу – елементарного безстатевого процесу – додає одну клітину до іншої, поки не створиться могутня рослина. Як у найнікчемнішому рослинному організмі, так і у велетенському дубові, процес той самий.

Але справа не зупиняється на цьому. Тіло людське будується таким же точно чином; у ньому також є присутнім цей рослинний розум, звичайно, нижче свідомої площини. Ця думка про рослинний розум може багатьом здатися неймовірною, але ми повинні пам'ятати, що кожна частина нашого тіла будується з рослинних клітин. Дитина зароджується від з'єднання двох клітин. Ці клітини починають будувати нове тіло – оселю для душі дитини, тобто розумовий принцип клітин спрямовує роботу, витягаючи з тіла матері їжу й матеріал. Їжа, що міститься в крові матері, яка постачає матеріал для створення дитячого тіла, отримується нею за допомогою їжі і засвоювання рослинних клітин прямо або побічно. Якщо вона їсть плоди, горіхи, овочі та інше, вона одержує їжу з рослин прямо; якщо вона їсть м'ясо, вона одержує ту ж рослинну їжу непрямым чином, бо тварина, м'ясо якої вона вживає, накопичувала її з рослинної їжі. У цьому сенсі, є тільки один шлях: уся їжа, чи то тварини, чи людини, отримана прямо або побічно із рослинного царства.

І діяльність клітини в дитині зовсім тотожна діяльності клітини в рослині: клітини постійно відтворюють себе, будуються і перетворюються на органи, частини тіла та інше, під керівництвом розумного початку. Дитина росте таким чином, поки не наступить час її народження; потім процес лише трохи змінюється. Дитина починає харчуватися або материнським, або коров'ячим молоком, або чимось іншим, а в міру того, як вона зростає, вона приймає усе більш різноманітну їжу. Проте вона завжди отримує будівельний матеріал із клітин рослин.

Цей великий творчий процес відрізняється дивним розумом і доцільністю. Незважаючи на свій хвалений інтелект, людина не в змозі простежити й пояснити, що саме відбувається насправді при цьому процесі. Один видатний учений говорить, що коли він розглядав під мікроскопом яйце маленької ящірки, яке повільно, крок за кроком розвивалося перед його очима, то йому здавалося, начебто невидима рука малювала обриси хребта й потім почала будувати довкола нього організм. Подумайте, на мить, про розвиток зародка в яйці колібри або мурахи, комара, орла. Щосекунди там можна бачити зміни. Зародкова клітина притягає до себе їжу з іншої частини яйця, потім росте й відтворює іншу клітинку. Слідом за цим обидві клітини діляться, потім підрозділяються, поки не утворяться мільярди клітин. А творчий процес усе триває і пташка або комаха приймає обриси, форму, поки нарешті робота не завершиться й молода пташка не вилупиться з яйця.

І ця робота, почата в такий спосіб, триває до самої смерті тварини. Адже постійно відбувається зношування та руйнування клітин і тканин, які організм повинен замінити новими. Отже, рослинний розум рослини, комахи, тварини або людини, постійно працює, творячи нові клітини з їжі й видаляючи з організму зношений і використаний матеріал. І не тільки це – у його підпорядкуванні кровообіг; він піклується про те, щоб матеріал, необхідний для творення, міг розноситися по всіх частинах організму; він піклується про травлення і засвоєння їжі, цієї дивної роботи органів тіла; він піклується про загоєння ран, бореться проти хвороб; словом, на ньому взагалі лежить турбота про всі процеси, що відбуваються в тілі. І все це він робить поза площиною свідомості – в дитині, тварині, рослині – завжди за роботою, невтомний, розумний, дивовижний. І ця площина розуму існує в людині, як і в рослині, і вона працює без усякої допомоги з боку свідомого розуму; навпаки, цей останній часто, втручаючись, паралізує її зусилля. Розумове лікування є просто відновлення нормальних умов, тож, ця частина тіла може виконувати свою роботу без втручання свідомої думки.

Всі життєві дії та процеси перебувають у порядкуванні цієї площини розуму. Її діяльність протікає поза свідомістю, котра зауважує її присутність лише тоді, коли рослинний розум звертається до неї за їжею та інше. У цій же площині має своє перебування елементарний інстинкт, що прагне до відтворення і статевої діяльності. Вимога цієї частини розуму завжди одна: «Зростаєте та множитеся», і цей наказ виконується відповідно до ступеню зростання індивідуума, як ми зараз побачимо. Найпростіші імпульси та бажання, що звертаються до поля свідомості, виходять від цієї розумової площини. Голод, спрага, бажання відтворення, не що інше, як звертання її до більш високих частин розуму. І ці звертання зовсім природні й вільні від зловживань і від розпусти, які вже розум людини зв'язав із ними, внаслідок своїх неприборканих тваринних спонукань. Ненажерливість і неприродна хіть виникають зовсім не внаслідок простої вимоги цієї площини розуму, бо навіть нижчі тварини до деякої міри вільні від них; лише людина здатна так зловживати цими найпростішими природними потребами для того, щоб задовольняти неприродні, штучні потяги, які скоріше заважають, ніж допомагають природі.

В міру того як життя просувалося вперед і на землі з'являлися тваринні види, розгорнулися й нові площини розуму, відповідно потребам живих форм. Тварина змушена було полювати для добування їжі – пожирати інших тварин і намагатися самій не бути з'їденою. Вона повинна була боротися, щоб у ній розкрилися сховані сили розуму, які дали б їй можливість виконати свою роль у загальному плані життя. Їй доводилося робити певні речі, щоб прожити й залишити потомство. І її запити були задоволені: повільно, поступово здобувала тварина необхідне для її життя знання. Ми його називаємо інстинктом. Але не забувайте, прошу вас, що під цим словом ми розуміємо не той інстинкт, властивий вищій тварині, що, по суті, є вже зародковий інтелект; ми говоримо тепер про інстинкт, який не міркує, спостережуваний у нижчих тварин і до деякої міри в людині. Ця інстинктивна площина мислення змушує птаха будувати гніздо перш, ніж він кладе яйця, учить самицю доглядати за дитинчам при його народженні й поки воно не підросте, учить бджолу будувати стільники і запасатися своїм медом. Ці та інші незліченні явища тваринного й вищих видів рослинного життя, являють собою роботу інстинкту – цієї великої площини розуму. Дійсно, більша частина життя тварини інстинктивна, хоча вищі представники тваринного світу виявляють щось подібне до зародкового інтелекту або розуму, який дозволяє їм впоратися з новими умовами у тих випадках, коли одного інстинкту замало.

І людина носить у собі цю розумову площину під порогом свідомості. По суті, нижчі представники людського роду проявляють дуже незначний інтелект і живуть майже винятково слідуючи лише своїм інстинктивним спонукам і бажанням.

Усяка людина має в собі цю інстинктивну область, і з неї постійно виникають спонуки і бажання, які набридають їй, тривожать її, але іноді й служать їй. Уся справа в тому, чи панує людина над своєю нижчою природою, чи ні.

Із цієї ж площини розуму виникають спадкові спонукання, що переходять від цілого ряду поколінь предків, загублених у сивій давнині, аж до печерної епохи й навіть далі, до царства тварин включно. Ми маємо тут перед собою дивну колекцію: тваринні інстинкти, пристрасті, потяги, бажання, почуття, відчуття, емоції тощо – усе там є. Є там і ненависть, заздрість, мстивість, тваринна хіть, що шукає задоволення своїх статевих спонук і так далі, і все це постійно нав'язує нам, вимагаючи уваги, поки ми не затвердимо над ним нашого панування. І дуже часто невдача щодо цього походить від нашої необізнаності з природою бажання й т.п. Усіх нас учили, що все це «дурні» думки, але нам не пояснювали, чому вони дурні, й ми боялися їх та вважали їх спонуканнями, які походять від нечистої природи, від розбещеного розуму тощо. Все це неправильно. В них самих – в цих бажаннях – немає нічого поганого; вони з'явилися до нас відкрито; вони – наша спадщина від минулого. Вони належать до тваринної частини нашої природи й були необхідні тварині в її стадії розвитку. В нас самих мешкає цілий звіринець, але це не означає, що ми повинні випустити звірів на себе або на інших. Тварині необхідно бути лютою, забіякуватою, пристрадною, не шанобливою до прав інших тощо, але ми виростили з цієї стадії розвитку, і було б низько з нашого боку вертатися до колишнього або допустити, щоб воно заволоділо нами.

Ми не маємо наміру повернути це читання на міркування про етику або моральність і не будемо докладно розглядати, що «правильно», а що «неправильно»; ми торкнулися цього питання в інших наших творах. Але ми вважаємо себе вправі звернути вашу увагу на той факт, що людський розум інтуїтивно визнає «правильним», якщо людина прагне вгору, на заклик вищих частин розуму – вищого продукту нашого розвитку. І навпаки, наш розум інтуїтивно визнає «неправильним», якщо ми відступаємо назад, спускаємося на нижчі щаблі – потураємо нашим тваринним інстинктам, цій спадщині минулих і давнішніх часів.

Нас здивували деякі подробиці щодо етики і моральності, й ми не зможемо «пояснити», чому одне вважаємо правильним, інше неправильним; і все ж ми інтуїтивно відчуваємо, що «найправильніше», на що здатна людина – це вчиняти згідно принципів, що йдуть від вищого полюсу нашого розумового буття, і навпаки, «найнеправильніше» – робити те, що відкидає нас назад, до життя нижчих тварин, наскільки це стосується нашого мислення. Не те, щоб було що-небудь безумовно неправильне в розумових процесах і т.п. самих тварин – всі вони правильні й зовсім природні у тварин; але ми інтуїтивно визнаємо, що спускатися униз, до тваринної стадії – це йти назад по щаблях еволюції. Ми інтуїтивно здригаємося побачивши грубі, тваринні спалахи з боку чоловіка або жінки, хоча й не знаємо достеменно, чому це відбувається; однак помізкувавши трохи, доходимо висновку, що наша духовна, розумова частина обурюється і протестує проти такого сходження по щаблях еволюції.

Однак, із цього ще не робимо висновок, начебто високорозвинені в духовному відношенні люди, з жахом і відразою дивляться на тваринний світ. Навпаки, ніде з такою повагою не ставляться до тваринного життя, як серед йогинів та інших духовно розвинених людей. Вони з любов'ю спостерігають життя тварин, які виконують свої ролі в загальному світовому плані, й зі співчуттям дивляться на їхні тваринні пристрасті та прагнення, нічого не знаходячи в них «аморального» або відразливого. Точно так само вони ставляться до брутальності та жорстокості диких племен. Усе здається їм природним, відповідним щаблю розвитку цих народів.

І тільки дивлячись на виродження «цивілізованого» світу, ці високорозвинені люди відчувають сум і страждання, бо тут вони бачать приклади застою замість еволюції, виродження замість відродження й руху вперед. І не тільки вони вважають це неспростовним фактом, але й самі виродженці знають і відчувають це. Погляньте на тварину або дикуна, який виконує свої природні життєві завдання. Який у них вільний, природний вигляд; немає ніяких ознак того, щоб вони усвідомлювали свою «неправоту». Вони ще не довідалися фатальної таємниці добра і зла – ще не скуштували забороненого плоду. І подивіться на фізіономії виродженців і занепалих душ нашого цивілізованого світу: як чітко написано на них усвідомлення своєї «неправоти» і який у них неспокійний, метушливий погляд. І на них важко позначається це усвідомлення «неправоти», важче, ніж покарання, які на них накладають. Це щось, що названо совістю, можна заглушити на якийсь час, але рано чи пізно, вона проб'ється до світла і зажадає «свій фунт м'яса» від жертви.

Важко, чи не правда ж, подумати, що той самий вчинок, зроблений однією людиною, вважається правильним, а іншою – неправильним. Це звучить жорстоко і це небезпечне правило, але це істина. І людина інстинктивно визнає її. Вона не може вимагати, щоб дитина або дикуна мала такі ж почуття моральної відповідальності, як і зріла, цивілізована людина. Вона може приборкувати дитину, приборкувати дикуна заради самозахисту та загального добра, але вона бачить різницю або, принаймні, повинна бачити. І це не лише напевно, але в міру того, як людина просувається вперед, вона скидає з себе колишні поняття про «моральне зло», з яких вона виросла, і прилучається до нових, прагнучи все вперед і вгору, від насильства і приборкання до любові та звільнення. Ідеальними умовами

життя можна було б назвати такі, коли не було б ні законів, ні потреби в них, коли люди перестали б вчиняти неправильно не зі страху покарання, а позаяк стали вище подібних бажань. І хоча ці умови поки ще лише ввижаються нам удалині, постійно відбувається розкриття вищих площин і здібностей розуму, котрий, проявившись цілком у людства, зробить справжню революцію в етиці, законах і способі правління – і, звичайно ж, на краще. А тим часом людство йде вперед, роблячи все, що тільки може кращого, повільно, але незмінно прогресуючи.

Існує інша розумова площина, яку часто називають «інстинктом», але вона є лише частина площини інтелекту, хоча діяльність її протікає нижче поля свідомості. Ми говоримо про «розум, що відає звичками», названий нами так на відміну від інстинктивної площини. Різниця полягає в наступному: інстинктивна розумова площина відає звичайну діяльність розуму, що протікає нижче площини інтелекту, але вище рослинної розумової площини, а також і придбану ним у спадщину досвідченість та інше, тим часом, як «розум, що відає звичками» містить у собі лише те, що вкладено в нього самим суб'єктом. Вона була придбана ним шляхом досвіду, звички, спостереження, які так часто повторювалися, що розум, цілком освоївшись із таким звичним досвідом, переносить все, стосовно цього, в область підсвідомості, де вона і стає «другою натурою», рідною інстинкту.

Посібники з психології наповнені ілюстраціями та прикладами того, як створюються діяльністю розуму несвідомі звички і ми вважаємо зайвим наводити тут такого виду приклади. Усім відомо, що урок, виучений із труднощами і за досить тривалий час, так твердо запам'ятовується в якійсь частині розуму, що потім уже повторення його майже не вимагає вправи свідомих розумових сил. Справді, деякі письменники стверджують, що ніхто не може «вивчитися» як варто виконувати своє завдання, поки він не буде виконувати його майже автоматично. Вихованець, початківець у навчанні фортепіанній грі, спочатку важко керує своїми пальцями і контролює їх, але за якийсь час уже забуває про них і всю свою увагу звертає на ноти, даючи пальцям самим грати всю п'єсу, анітрішки не думаючи про них. Відомі віртуози розповідали нам, що в ті хвилини, коли їм доводилося напружувати всі зусилля, вони зауважували, що всю роботу за них виконувала позасвідома частина розуму, а вони нібито стояли осторонь, наче будучи присутніми при виконанні. І це настільки так, що за їхніми словами, якщо під час гри свідомий розум намагається втрутитися в справу, то він лише псує її, і сам артист, і публіка негайно ж зауважують різницю у виконанні.

Те ж саме відчуває жінка, яка починає вчитися шити на машинці. Спочатку наче дуже важко, а потім уже машинка «біжить сама собою». Так само, коли ви вчитеся друкувати на машинці, ретельно вибираєте кожну букву; однак, удосконалившись у цьому мистецтві, уже звертаєте всю увагу не на пальці – вони самі, без вашої участі вибирають букви – а на те, з чого друкуєте. Багато хто вчиться швидко друкувати на машинці, вправляючи розум, що відає звичками, у виборі букв лише по їхньому положенню, для чого і прикривають букви, аби змусити розум пристосуватися до нових вимог. Коли людина працює яким-небудь інструментом, розум визнає цей інструмент за частину тіла і так користується ним, і свідомо думка так само мало приймає участь у цій роботі, як і в нашій ходьбі; втім, цієї останньої, дитина вчиться важкувато і на це потрібен час. Дивно, як багато ми робимо таким чином, тобто автоматично. Деякі письменники звернули нашу увагу на той факт, що середня людина не в змозі свідомо сказати вам, як вона ранком одягає куртку – яку руку всовує у рукав спершу, як при цьому тримає куртку тощо. Але розум, що відає звичками, знає це дуже добре. Нехай читач встане і одягне куртку, як зазвичай, дотримуючись вказівок підсвідомого розуму. Потім нехай зніме її і спробує одягти, починаючи не з тієї руки, як завжди. Він зробить це дуже незграбно; сам здивується, у якій залежності він перебуває від звички. А на наступний ранок нехай він згадає, на яку ногу він звик одягати спершу чобіт, і нехай він почне не з тієї ноги; він зараз же побачить, як зникає і зметушиться його розум, що відає звичками, і як несамовито буде подавати сигнал свідомому розуму: що ось там щось негаразд. Спробуйте застібнути комірць не в тому порядку, як ви звикли: одягніть на запонку спочатку ліву петлю, а потім праву, замість того, щоб це зробити навпаки – і ви негайно відчуєте мимовільний протест. Або спробуйте змінити вашу звичку й почніть під час прогулянки розмахувати правою рукою в такт із рухом правої ноги; ви побачите, що це зажадає від вас чималих зусиль волі. Або під час обіду візьміть виделку в праву руку, а ніж – у ліву. Але ми не будемо більше наводити прикладів – їх можна придумати безліч.

Розум, що відає звичками, не тільки піклується про наші фізичні дії, але втручається і в розумові. Ми швидко відвикаємо свідомо ставитися до деяких питань і, зі схвалення підсвідомого розуму, думаємо про них уже автоматично, поки наша розумова звичка не буде порушена якимось поштовхом, що виходить від розуму сторонньої особи або внаслідок сумніву, який з'явився у нас, роздумів тощо. А розум, що відає звичками, терпіти не може, щоб його турбували і змушували перевіряти свої ідеї. Він бореться проти цього, обурюється, і зрештою багато хто з нас стають рабами старих, віджилих ідей, які вже здаються нам неправильними, помилковими, але яких ми нібито «не можемо позбутися». У наступних читаннях ми дамо вам вказівки, як можна позбутися від таких віджилих ідей.

Є інші розумові площини, що відають явищами так званого «психізму», тобто фази психічних явищ, відомих за назвою ясновидіння, психометрії, телепатії тощо, але ми не будемо розглядати їх тепер, бо вони стосуються іншого розділу нашого твору. Ми згадували про них загалом у нашій книзі «Основи світоспоглядання індійських йогинів».

Тепер ми підходимо до розумової площини, відомої під назвою інтелекту, або здатності міркувати. Вебстер так визначає слово «інтелект»: «Частина або здатність людської душі, за допомогою якої людина пізнає, на відміну від здібностей відчувати та хотіти; здатність думати, розуміти». Той же вчений визначає слово «розум» у такий спосіб: «Здатність людського розуму, що відрізняє цей останній від розуму нижчих тварин». Ми й намагатися не будемо докладно розглядати тут свідомий інтелект, бо це зайняло б у нас усі інші читання цього курсу; крім того, можна знайти велике дослідження цього предмету в будь-якому посібнику з психології. Замість цього ми візьмемося за інші здібності або розумові площини, про які в цих посібниках згадується лише мимохіть, якщо вони не заперечуються зовсім. Одна з них і є площина несвідомого міркування або інтелекту. Багатьом цей термін здається суперечливим, але, хто займається дослідженням несвідомого, зрозуміє, що це значить.

Міркування не завжди свідоме у своїх діях; його процеси, здебільшого, протікають або нижче, або вище поля свідомості. У нашому останньому читанні ви знайдете багато прикладів того, як підсвідоме поле інтелекту розробляло завдання, рішення яких потім передавало свідомому розуму. Це траплялося з багатьма з нас, якщо не з усіма. З ким не траплялося щось подібне: ми пробуємо вирішити яке-небудь завдання або питання, відкладаємо цю справу убік, як безнадійну, а потім відповідь або рішення відразу й зовсім зненацька з'являється в нашій свідомості? Усі більш-менш зазнали це на собі. Більшість із нас дивилося на це як на виключення із загального правила, окрім тих, втім, хто займався дослідженням розумових площин. Ці останні визнали ці площини розуму і, скориставшись цим своїм знанням, змусили підсвідомі здібності працювати за них. У наступному читанні ми дамо нашим читачам вказівки, як домагатися здійснення цього завдання; воно може мати для них величезне значення, якщо вони візьмуть на себе обов'язок додержуватися наших вказівок. Цей спосіб відомий багатьом «ділкам», більшість яких однак, дійшла до нього своїм розумом, через необхідність, що змусила їх звернутися до внутрішніх сил розуму.

Розумова площина, що перебуває безпосередньо вище інтелекту, відома під назвою інтуїції, визначення якої Вебстер дає в наступних словах: «Пряме розуміння або знання; безпосереднє знання, як при сприйнятті або акті свідомості, що не містить у собі процесу умовиводу; швидкий, негайний розсуд або розуміння чого-небудь». Важко точно пояснити, що таке інтуїція, хіба тільки тим, хто пізнали її самі, але вони й не мають потреби в поясненнях. Інтуїція є така ж розумова здатність, як інтелект або, вірніше, точно такий же комплекс розумових здібностей. Інтуїція стосується області, що лежить вище поля свідомості і повідомлення, що виходять з неї, передаються нижчій площині, хоча її процеси від нас приховані. Свідомість людства, поступово розвиваючись, проникає в розумову площину інтуїції і коли-небудь настане день, коли людство досягне повного знання в цій площині. А поки, з цієї схованої області до нього доходять лише промені, пробіски. Багато чого з того, що в нас є найкращого, виходить звідти: мистецтво, музика, любов до прекрасного, істинна поезія, піднесена любов, певна ступінь духовного прозріння, інтуїтивне сприйняття істини тощо, словом усе те, що не підлягає дослідженню інтелекту, а з'являється наче цілком готовим з якоїсь невідомої області розуму.

В цій чудесній області живе геній. Багато хто, якщо не всі великі письменники, поети, музиканти, артисти й узагалі геніальні люди відчували, що їхня сила йшла до них з якогось вищого джерела, а на думку деяких, вона виходила від дружньо налаштованої до них істоти, що бажала надихнути їх силою та мудрістю. Немов би якась вища сила була покликана діяти, і людина відчувала, що її добуток або продукт її творчості – справа не її рук, а якогось стороннього розуму. Греки визнавали це щось у людині й називали його «демоном». У своїй мові про «демона», що керував Сократом, Плутарх говорить про видіння Тімарха. Цей останній, бачив духів, які були частиною пов'язані з людськими тілами, а частиною ширяли над ними, сяючи над їхніми головами. Оракул повідомив йому, що та частина духу, яка була занурена в тіло, називалася «душею», а зовнішня, незанурена частина, називалася «демоном», і, що в кожної людини був свій «демон», якому вона повинна коритися, і що ті, які беззаперечно підкоряються цьому керівництву, суть пророки й улюбленці богів. І Гете говорив про «демона» як про силу більш високу, ніж воля, що надихала деяких людей незвичайною енергією.

Ці поняття викликають у нас посмішку, проте вони близькі до істини. Хоча вищі області розуму належать індивідуумові й навіть становлять частину його, але вони стоять так високо в порівнянні з його звичайною свідомістю, що звістки, які виходять від них, звучать зовсім як наказ іншої, вищої душі. І все ж цей голос не що інше, як голос Я, який говорить, наскільки це йому можливо, крізь свої оболонки.

Ця сила належить кожному з нас, хоча проявляється вона лише в тому ступені, в якому ми у змозі реагувати на неї. При вірі й довірі до неї, вона зростає, при сумніві ж і заперечуванні її реальності й правдивості, вона замикається і ховається у свої схованки. Те, що ми називаємо «оригінальністю», виходить із цієї області. Інтуїтивні

здібності передають свідомому розуму деяке поняття про істину, більш високе, ніж те, що інтелект сам по собі міг виробити, і виниклий у такий спосіб добуток, називають геніальним.

Окультистам, які досягли високих ступенів розвитку, відомо, що у вищих областях розуму містяться інтуїтивні поняття про всю істину і, що той хто має доступ у ці сфери, може знати цілковито все інтуїтивно, шляхом ясновидіння, без міркувань і пояснень. Людство ще не добралось до вершин інтуїції – воно лишень починає підніматися по їх підніжжю. Але воно тримає правильний шлях. Для нас добре було б, якби ми довірилися вищому, внутрішньому керівництву й охоче віддалися б «водійству духу». Це далеко не те, що йти за стороннім розумом, котрий може мати для цього необхідні якості, але може і не мати їх. Дух же, який живе в кожному з нас, приймає до серця наші інтереси, бажає нам добра й не лише готовий, але й прагне взяти нас за руку і повести вперед. Вище Я робить усе від нього залежне для нашого розвитку і нашого добробуту, але його стискають оболонки, в які воно вкладено. А багато хто з нас, на жаль, пишаються цими оболонками і вважають їх кращою своєю частиною. Не бійтеся, дайте променям світла, що виходить від духу, пронизати ці оболонки й розсіяти їх. Інтуїція, однак, ще не є сам дух, а лише один із засобів для його зносин із ними. Є й інші, більш високі розумові площини, але інтуїція стоїть до нас найближче по лінії еволюційного прогресу, і ми повинні були б іти назустріч її впливу і вітати її розвиток.

Вище за інтуїцію перебуває площина космічного знання, в якій ми знаходимо усвідомлення єдності всього. Ми говорили про неї в нашому читанні про розвиток свідомості. Хто здатний добратися до цієї піднесеної розумової площини, той побачить і цілком зрозуміє, що існує єдине велике життя, яке служить основою всім незліченним проявленям формам і видам. Він побачить, що відособленість є лише «фікція, необхідна при виконанні роботи всесвіту», і що кожне Я є центр свідомості у великому океані життя, яке прагне до виконання божественного плану, і що сам він просувається вперед до більш і більш високих площин прояву, до вищих ступенів сили та індивідуальності для того, аби прийняти більш відповідальну та більш грандіозну участь у світовій роботі.

Космічне знання в усій його повноті дається лише деяким людям, але багато хто сподобилися бачити більш-менш ясні пробіски звідти, із цієї чудесної області, деякі ж перебувають на її межі. Людство розвивається поступово, повільно, але неухильно, і хто був гідний цього дивного досвіду, той підготовлює й інших для його сприйняття. Насіння кинуте в землю – прийде час і жнив. Людству випадає познайомитися як із космічною свідомістю, так і з іншими вищими фазами свідомості. Можливо ті хто читає ці рядки стоять ближче до них, ніж гадають: цікавість, проявлена ними до цих читань указує на їхній духовний голод, який і служить ознакою того, що їхня потреба в духовному хлібі буде задоволена. Закон життя чує ці лементи про допомогу і їжу, й дає відповідну відповідь, однак узгоджуючись із вищою мудрістю та справжніми потребами індивідуума.

Дозвольте закінчити це читання уривком із твору «Світло на шляху». Він прямо стосується нашої заключної думки. Прочитайте його уважно, і нехай він западе глибоко у вашу внутрішню свідомість, і ви відчуєте радісний трепет, що охоплює кожного, хто наближається до мети.

«Прагни, щоб квітка розквітла у тиші, яка йде за грозою: не раніше.

Вона буде рости, підніматися, пускати паростки, листя та бруньки, поки гримить гроза, поки триває битва. Але не раніше як уся індивідуальність людини розтане і випарується, не раніше як поглине її те божественне, що створило її як просте знаряддя для глибоко важливих випробувань, не раніше як уся природа людини скориться своєму вищому Я, – не раніше того може розкритися квітка. Тоді наступить тиша, подібна тій, котра йде у тропічних країнах за зливою, коли природа починає працювати з такою швидкістю, що можна побачити її творчість. Наступить така тиша і для знівченого духу. І в глибокій тиші відбудеться те таємниче щось, котре ясно покаже, що шлях знайдено. Називай його якими хочеш іменами, це – голос, який говорить там, де немає кому говорити, це – посланець без форми і складу; це – розквітла квітка твоєї душі. Не можна це висловити ніяким порівнянням. Але відчувати, бажати, прагнути до того – можливо навіть серед бурхливої грози. Тиша ця може тривати одну мить, може тривати і століття. Але й для неї настане кінець. І все ж, силу її ти віднесеш із собою. Знову і знову битва повинна бути витримана й виграна. Природа може затихнути лише на час».

* * *

Три останні читання цієї серії будуть присвячені практичним вказівкам щодо розвитку схованих розумових площин, або точніше, щодо розвитку здібностей людини оволодіти цими площинами й користуватися їхніми послугами. Ми вкажемо, що робити, щоб панувати над нижчими початками, не тільки долаючи їх, але й користуючись стихійними силами для своїх вищих цілей. Від цієї підсвідомої частини розуму під керівництвом волі, можна добути могутню силу. Ми навчимо також, як можна змушувати несвідомий розум працювати на себе, як розвивати і вправляти волю. Тепер ми вже перейшли за лінію, яка відокремлює теоретичну фазу предмету від практичної, і з цього часу вся справа буде у вправах, розвитку, культивуванні та застосуванні. Знаючи, що стоїть за

всім цим, той, хто вивчає предмет уже підготовлений тепер до сприйняття настанов, які раніше він міг би неправильно застосувати. Нехай буде мир усім вам!

Мантра (твердження)

Я володар своєї душі.

Читання 10. Підсвідома робота розуму

У дев'ятому читанні ми звернули вашу увагу на той факт, що міркування не завжди свідомо у своїх діях і, що насправді, більша частина раціональних процесів розуму відбувається або нижче, або вище поля свідомості. А в читанні восьмому ми навели безліч прикладів ілюструючи цей факт, указали на різні випадки, коли завдання розроблялися в підсвідомому полі інтелекту, а потім підсвідомість через якийсь час передавала у свідоме поле інтелекту їхнє рішення. В цій лекції ми маємо намір ознайомити вас із тими методами, які допоможуть вам змусити цю частину інтелекту працювати для вас. Багато хто самотужки натрапляли на частини цієї істини, і справді, більшість успішних людей, які досягали популярності на якому-небудь життєвому полі, більш-менш користувалися цією істиною, хоча дуже часто й не розуміли всього цього процесу.

Далеко не всі з письменників Заходу визнавали роботу цієї розумової площини. Вони забезпечували нас докладно розробленими і дотепними теоріями та прикладами діяльності інстинктивного розуму, й іноді торкалися діяльності інтуїтивних площин, але при цьому ставилися до інтелекту, як до діючого винятково у свідомій площині мислення, і в такий спосіб вони прогледіли найцікавіші та найкоштовніші прояви підсвідомого мислення.

Сьогодні ми займемося цією особливою стороною мислення, сподіваючись, що зуміємо вказати спосіб, як користуватися нею щонайкраще. Ми дамо вам кілька правил – тих самих, що були надані індуськими вчителями їхнім послідовникам багато сторіч тому – змінивши, звичайно, ці правила згідно потреб сучасного європейця, котрий вивчає Йогу.

Ми дозволили собі дати нову назву цій фазі мислення, а саме «subconsciousing» (підсвідома робота). Слово «sub», як відомо, значить «під», «нижче»; а слово «consciousing» – улюблений термін, застосовуваний професором Елмером Гейтсом і означає – отримання вражень від розуму. Термін «subconsciousing» означає, принаймні в тому розумінні, якого ми надаємо цьому вираженню в цьому читанні, «робота підсвідомої сфери мислення, чинена за наказом свідомої сфери».

Нагадаємо вам, що у восьмому читанні наведена розповідь про одного суб'єкта, який впадав у «несвідомий роздум», коли йому доводилося натрапляти в книгах на точки зору і думки, зовсім протилежні його власним поглядам. І що ж!? Проходили дні, тижні, місяці, і зрештою виявлялося, до його найбільшого здивування, що його колишні думки зовсім перероблені й замінені новими.

Там же згадується, як сер Вільям Гамільтон відкрив важливий математичний закон під час прогулянки з дружиною. Перед тим він міркував про відсутню ланку в ланцюзі його міркувань і завдання було потім вирішене за нього підсвідомою площиною його інтелекту.

На тій же сторінці й на наступній ми знаходимо цікаву розповідь доктора Томсона про роботу цієї підсвідомої частини його розуму. Він говорить, що іноді він відчував, наче цілком даремно робити яке б то не було довільне зусилля, коли невдовзі питання саме собою вирішувалося в його голові. Іноді йому здавалося, що він просто є пасивним знаряддям у руках сторонньої особи, яка змушує його чекати, поки робота не буде виконана якоюсь схованою областю його розуму. Покінчивши із завданням, підсвідома частина розуму блискавично відправляла своє рішення у свідому частину, і автор починав писати.

У тому ж розділі згадується також про знаменитого французького хіміка Бертло, який говорив, що найкращі його ідеї з'являлися зненацька в його голові, немов падали до нього з неба. Восьме читання сповнене подібних прикладів, і ми порадили б перечитати його для того, щоб освіжити в пам'яті факти, які свідчать про підсвідому роботу розуму.

Зауважте, що майже всі згадувані у восьмому читанні особи, які говорили про допомогу, зроблену їм підсвідомою областю розуму, зовсім випадково дізнавалися про існування цієї області, яка могла брати на себе рішення завдань і охоче це робила, якщо її так чи інакше змушували діяти. Що ж стосується прийомів для приведення в дію підсвідомої частини розуму, особи ці більше покладалися на щастя – точніше сказати, вони забезпечували свідомий розум великою кількістю матеріалу, однаково як набивають шлунок їжею, а потім наказували підсвідомому розуму розсортувати, упорядкувати і перетравити цю розумову їжу, подібно тому, знов-таки, як шлунок і взагалі травні органи перетравлюють природну їжу – поза областю свідомості й волі. І в жодному з

вищенаведених випадків підсвідомому розуму не було дано прямого, спеціального наказу для виконання його дивовижної роботи. Просто сподівалися, що він, у вигляді самозахисту, постарается впоратися із запропонованим йому занадто рясним розумовим матеріалом. Але існують набагато кращі прийоми, з якими ми й хочемо познайомити вас.

Індійські йогини, або точніше ті, котрі викладають своїм учням «Раджа-йогу», роблять їм вказівки, як варто спрямовувати їхній підсвідомий розум, щоб він вирішував замість них їхні розумові завдання, однаково як якби одна особа наставляла іншу, як виконати ту чи іншу роботу. Вони знайомлять їх із методами, за допомогою яких, зібравши необхідні матеріали, ті можуть наказати своєму підсвідомому розуму, щоб він розібрав цей матеріал, проаналізував його, упорядкував і витягнув би з нього бажані відомості; мало того, щоб при нагоді він навів необхідні наукові довідки про яке-небудь філософське або метафізичне питання, яке можна знайти лише в самому розумі. А коли учень або йогин досить вправлявся у цьому мистецтві, він уже цілком упевнений, що бажаний результат прийде у свій час, і тому, він усуває зі свого свідомого розуму питання, яке його займало, і звертається до інших питань, знаючи відмінно, що його підсвідомий розум буде безперервно – удень і вночі – за нього працювати, збираючи довідки або виконуючи завдання.

Ви зараз же переконаєтеся у величезній перевазі цього методу в порівнянні з колишніми прийомами дії «навмання», до яких вдавалися вчені, які натрапляли лише на частинки цієї істини.

Учитель Йоги починає з того, що намагається закарбувати в розумі свого учня той факт, що розум здатний простиратися назовні до матеріального або розумового об'єкту і, розглянувши його за допомогою властивих йому методів, витягати відомості стосовно цього самого об'єкту. У цьому немає нічого разючого – всі ми щодня більш-менш пізнаємо цю істину на собі. Але найвищою мірою дивний процес, за допомогою якого відомості витягають – процес, який дійсно відбувається під свідомою площиною, тим часом як роль свідомого розуму полягає головним чином в утриманні уваги на об'єкті. Ми говорили про значення уваги в попередніх читаннях, і тепер вам корисно було б прочитати їх ще раз.

Коли учень уже цілком освоївся з подробицями процесу зосередження уваги і з наступним розгортанням знання, йогин повідомляє йому, що є інші способи добування відомостей про предмет, за допомогою яких увага може бути твердо спрямована на предмет і потім несвідомо там утримувана – тобто частина уваги, або підсвідома фаза мислення, що і буде стало утримувати підсвідомий розум на роботі, поки вона не буде закінчена, залишаючи свідому увагу й мислення вільними для занять іншими речами.

Йогини говорять, що ця нова форма уваги набагато більш інтенсивна і могутня, ніж свідомою увагою, бо їй, цій несвідомій увазі не можна перешкодити, її не можна похитнути або відволікти від предмету, і що вона працює над своїм завданням днями, місяцями, роками, і якщо необхідно – все життя, згідно ступеню труднощів у завданні, й навіть переносить свою роботу з одного життя в інше, поки не буде відкликано волею. Вони вселяють своїм учням, що в житті кожної людини, в більшому або меншому ступені, відбувається ця підсвідома робота, задовольняючи сильну жагу знання, виявлену суб'єктом у якомусь із його попередніх життів і, яка приносить плоди лише в теперішньому. Багато відкриттів було зроблено силою цього закону. Але не про цю фазу питання ми маємо намір говорити в нашій нинішній читанні.

Отже, за теорією йогинів, підсвідомому розумову здатність можна змусити взятися за роботу, підкоряючись наказам, даним волею. Усім вам, звичайно, відомо, як через цей підсвідомий розумовий процес людина, під впливом необхідності або сильного бажання, прокидається в призначену годину, щоб потрапити на потяг. Або як, наприклад, думка про те, що ви обіцяли комусь з'явитися, скажімо, о четвертій годині, раптом блисне у вас в голові саме в ту хвилину, коли годинникова стрілка підходить до визначеного часу. Майже кожна людина може пригадати подібні випадки у своєму житті.

Але йогини йдуть набагато далі. Вони визначають, що всі, які б то не було, здібності розуму можна змусити працювати над яким завгодно завданням за наказом волі. І справді, йогини та їхні найкращі учні настільки опанували цим мистецтвом, що вважають зайвим займатися чорною роботою – думати у свідомій області – й воліють передавати таку роботу в підсвідому область, надаючи свідомій роботі обговорення вже оброблених підсвідомим розумом думок і добутих нею відомостей.

Їхні напуття учням займають багато місця і вимагають багато часу – деякі дуже складні й надзвичайно докладні. Але ми сподіваємося, що зуміємо в коротких словах і в стислій формі, на декількох сторінках цього читання, дати нашим читачам розуміння всього цього. Наступні читання проллють додаткове світло на питання про підсвідому діяльність розуму, також як і на інші пов'язані з ним питання.

Йогин вибирає час, коли учень сидить змучений над якимось головоломним філософським питанням і наказує йому послабити всі натягнуті нерви та м'язи, усунути всяку розумову напругу й почекати кілька хвилин. А потім радить йому, за допомогою зосередження, чітко і виразно поставити питання, яке його займало, перед своїм

розумовим оком, а трохи згодом, зусиллям волі передати його підсвідомому мисленню. Причому дуже корисно уявити собі це питання у вигляді розумової картини, у вигляді матеріальної субстанції, словом, у вигляді пучка думок, що начебто і справді піднявши вгору, ми звідти кидаємо в якийсь розумовий люк, де він і зникає з наших очей. Отут учень повинен сказати, вертаючись до підсвідомого розуму: «Я бажаю, щоб це питання було всебічно розглянуте, аналізоване, класифіковане тощо, і щоб результат дослідження був переданий мені. Займися цим».

Учні радять звертатися до підсвідомого розуму як до особливої істоти, якій дали роботу; йому радять із довірою очікувати результату, бо ця довіра відіграє важливу роль у всьому цьому процесі: ступінь успіху залежить від ступеня довіри.

У випадку неуспіху, учні рекомендують, вільно користуючись уявою та створюючи відповідну розумову картину, намагатися уявити собі свій підсвідомий розум зайнятим заданою роботою. Цей процес очищає для підсвідомого розуму розумову стежку, яку цей останній потім і вибере, бо він воліє слідувати за лінією найменшого опору.

Звичайно ж зрозуміло, що багато чого залежить від практики: практика веде до вдосконалення в усьому, і процес, про який іде мова, не становить виключення із загального правила.

Учень робить поступово успіхи в цьому мистецтві й потім уже присвячує свій час придбання нових фактів для розумової переробки, а не витрачає його на механічний розумовий акт.

Але тут не слід упускати з виду тої досить важливої обставини, що сила волі, яка передала розумовий матеріал у підсвідомий розум – власне вона ж і змушує його працювати – сильно залежить від ступеню уваги і жвавого інтересу, вкладених нами в цей матеріал. Вся маса уявного матеріалу, призначена для переробки в підсвідомому розумі, повинна бути, так би мовити, насичена увагою і жвавим інтересом до неї для того, щоб вийшов найкращий результат. Увага і жвавий інтерес – такі важливі помічники волі, що піклуючись про розвиток і придбання сили волі, ми, по суті, працюємо над розвитком і придбанням уваги і жвавого інтересу. Ми відсилаємо читача до попередніх читань, де пояснено й описано все значення цих двох факторів.

Добуваючи матеріал для передачі його підсвідомому розуму, варто зосередити всю свою увагу на кожній окремій думці зібраного матеріалу. Це збирання матеріалу – справа надзвичайної важливості і до неї не можна ставитися недбало. Не можна поспіхом набрати різномірний матеріал і уявляти, що підсвідомий розум упоратеться як треба зі своїм завданням. Він не в змозі це зробити, і той, хто буде діяти на основі такого помилкового припущення, неодмінно розчарується в своїх очікуваннях.

Кращий спосіб домогтися успіху – наступний: треба брати із зібраного матеріалу кожен думку окремо, розглянувши її із жвавою цікавістю, а отже, і з найбільшою увагою, так би мовити, просочивши її тим та іншим, відклавши убік, до тієї купки матеріалу, яка належить передачі підсвідомому мисленню. Потім займіться наступною часткою і, обробивши її в такий же спосіб, так само відкладіть убік. А через якийсь час, коли ви вже досить ознайомитеся з головними фактами, уважно досліджуйте всю масу в цілому, так би мовити, зробіть усьому матеріалу «генеральний огляд» і потім опустіть його в «люк», у підсвідому область, із суворим наказом «зайнятися цим матеріалом» і з довірою очікуйте виконання цього наказу.

Такий огляд усього матеріалу сприяє створенню яскравої «розумової картини», з якою підсвідомому розуму вже неважко впоратися. Не забувайте, що ви розглядаєте «думки», які повинні бути потім оброблені підсвідомим розумом і, що чим більш усвідомлені та реальні ці думки, тим легше з ними впоратися. Тому, варто користуватися всяким прийомом, який сприяє перетворенню думок в «реальні» речі. Досягається ж цей результат за допомогою уваги і жвавого інтересу.

Якщо нам дозволено буде зробити просте, банальне порівняння, ми пояснимо нашу думку, нагадавши про яйце в окропі, коли рідкі білок і жовток стають твердими і реальними. Підхожою ілюстрацією може служити і пензлик для гоління, поступово перетворюючи рідку мильну піну в густу, компактную масу, а також збивання масла. До цього останнього уподібнення охоче вдаються індуїсти, бажаючи звернути увагу учня на той факт, що якщо досліджувати «уявний матеріал» з повною увагою та із жвавим інтересом, то він перетворюється в «уявні форми», які можна обробляти також легко, як і матеріальний предмет. Ми радимо вам гарненько подумати про ці ілюстрації, бо коли ви схопите ту ідею, що ми бажаємо вам вселити, у вас завжди будуть під рукою великі сили думки.

Ці підсвідомі сили застосовні не тільки при дослідженні філософських питань, але й у кожній області людської думки і можуть використовуватися як при рішенні повсякденних завдань і робіт, так і при більш високому польоті людської думки. І бажано, щоб кожний з наших читачів перейнявся переконанням, що в цій лекції ми даємо йому ключ до величезної розумової сили.

Щоб ще наочніше уявити вам, що ми вам пропонуємо, нагадаємо про стародавні казки, де говориться про якогось бідного шевця, столяра, кравця, який заслужив своїм зразковим життям прихильність добрих фей, які і з'являються щоночі, коли вся родина засинає, та беруться до роботи, приготувану робітником на завтрашній день.

Шматки шкури перетворюються на взуття, тканина на плаття, дошки склеюються і збиваються цвяхами, з них виходять ящики, стільці, лави та інше. Але незмінно у всіх випадках чорна робота була вже зроблена робітником напередодні.

Ось, саме із цим плем'ям розумових фей, які люблять вас, дуже прихильні до вас і вельми бажають допомогти вам у вашій роботі, ми й хочемо познайомити вас. Від вас потрібно одне: щоб ви дали їм підхожий матеріал і сказали, чого ви бажаєте, аби вони для вас зробили і вони зроблять. Але пам'ятайте, що ці розумові феї не що інше, як частина вашого розуму, а зовсім не сторонні істоти, як деякі уявляють.

Дійсно, багато хто, випадково відкривши цю здатність підсвідомого розуму опрацьовувати завдання і робити інші цінні послуги своєму власникові, думали, що допомога насправді до них ішла від якої-небудь іншої істоти або розуму. Інші припускали, що це – послання друзів з світу духів, деякі вірили, що який-небудь вищий розум – Бог або його янголи – працюють на них. Ми тут не будемо торкатися стосунків із духами або божественними посланцями – ми віримо й у те, і в інше, хоча й з деякими застереженнями, – а просто скажемо, що на нашу думку більшість випадків подібного виду можуть бути віднесені до підсвідомої роботи власного розуму даної особи.

Кожний з нас має «друга» у своєму власному розумі. Насправді цих друзів – десятка зо два, й усі вони із захватом роблять нам послуги, якщо тільки ми дозволяємо їм робити це. Не говорячи вже про наше вище Я, до якого ми можемо звертатися за розрадою і допомогою у хвилину глибокого потрясіння і потреби, в нас, у підсвідомій площині є невидимі розумові працівники, з радістю готові взяти на себе значну частину нашої розумової роботи, якщо лише ми приготуємо їм матеріал у належній формі.

Дуже важко дати точні вказівки для досягнення цих результатів, бо успіх багато залежить від різних обставин, що супроводжують кожний даний випадок, але ми можемо із упевненістю сказати, що головна умова – «відлити матеріал у форму» і потім передати його підсвідомому розуму тим шляхом, про який ми щойно говорили. Тепер розглянемо побіжно кілька випадків, до яких цей принцип може бути застосовано.

Припустимо, наприклад, що ви перебуваєте у великому ускладненні, якого способу дії триматися в деякій справі. Кожний з відкритих перед вами двох або декількох шляхів має свої гарні та погані сторони, в яких ви не маєте сил розібратися. Чим більше ви намагаєтесь, тим більше заплутуєтесь. Нарешті, ця робота настільки стомлює ваш розум, що він починає виявляти ознаки того стану, який можна назвати «розумовою нудотою». Це стан відомий кожному, кому доводилося довго заглиблюватися в подібні думки. А тим часом, зазвичай, людина наполегливо продовжує працювати над цим завданням, незважаючи на стомлений стан розуму і його явну відразу до розбору питання, і надривається над ним день і в ніч. Але це велика безглуздість з її боку. Розум усвідомлює, що ця робота повинна бути виконана іншою частиною його самого – так би мовити, його травним апаратом, – і зовсім природно обурюється, що йому замість останньої, остаточної обробки, нав'язують чорну роботу.

Теорія, що розбирається нами тут, говорить, що в цьому випадку людина повинна насамперед намагатися заспокоїти свій розум, угамувати його, а потім привести весь матеріал у порядок: як головні частини, так і другорядні, розставити їх по місцях і повільно, уважно і з великим інтересом до кожної подробиці, зробити їм огляд, аж ніяк, однак, не намагаючись прийти до якого-небудь рішення або висновку. Після огляду, їй залишається зусиллям волі передати все питання в підсвідомий розум, подумки уявивши собі, начебто вона справді опускає його в люк, і в той же час віддати наказ: «Займися цим замість мене».

Потім, знову ж зусиллям волі, ви повинні видалити все це завдання зі свого свідомого розуму. Спочатку це, можливо здасться важкувато; однак, вправляючись, ви незабаром придбаєте це мистецтво, якщо будете часто повторювати твердження, подібне наступному: «Я видалив це питання з мого свідомого розуму і мій підсвідомий розум займеться ним для мене». При цьому вам належить намагатися вселити собі повну довіру до успішного рішення питання й анітрохи не тривожитися про нього. І це, знову ж, досягається практикою – два-три вдалих рішення і у вас саме собою втілиться почуття довіри до успіху. Вся справа в терпінні та наполегливості. А попрацювати варто – досягнувши цього мистецтва, ви вже будете дивитися на нього як на зненацька знайдений скарб. Не говорячи про головний результат, уже одне відчуття спокою, задоволеності, довіри, що сходить на кожного, хто застосовує цей метод, саме по собі змусить забути всі турботи. При цьому колишні муки, хвилювання, роздратування відходять в область минулого і вважаються залишками варварства. Новий шлях відкриває світ нових почуттів і задоволення.

Іноді завдання опрацьовується підсвідомим розумом дуже швидко; ми знаємо приклади, коли відповідь виходила майже миттєво, наче натхнення. Але в більшості випадків потрібен час. Підсвідомий розум працює дуже неквапно, але скільки часу треба використати, щоб розподілити належним чином уявний матеріал і додати йому бажані форми! Найкраще відкласти рішення питання до наступного дня – виспатися, перш ніж прийняти якесь важливе рішення. Недарма говорить прислів'я: «Ранок мудріший від вечора».

Якщо рішення не з'явиться наступного дня, поверніть все завдання у свідомий розум для нового розгляду. І ви негайно ж зауважте, що питання значно виправилося, з'ясувався і починає приймати остаточну форму. Але тут таки і найважливіше не припуститися помилки: не думайте знову розглядати його у всіх дрібницях і подробицях, не розчленовуйте його, не намагайтеся обробити його вашим свідомим розумом, але з увагою та інтересом огляньте його в новому вигляді, а потім поверніть його в підсвідомий розум для подальшої роботи. І з кожним разом питання буде усе більше й більше з'ясовуватися, і робота вдосконалюватися. Але й тут треба бути дуже обережним і не піддаватися нетерпінню новачка – не слід часто вертатися до питання, щоб бачити, що з ним сталося, як це було з тим хлопчиком, що посіяв насіння і щодня викопував його, аби подивитися, чи пустило воно паростки й наскільки піднялося. Вичекайте, щоб робота дозріла сама собою.

Рано чи пізно, підсвідомий розум за власним приводом представить питання в його остаточній формі свідомому розуму, на його розгляд. Підсвідомий розум зовсім не наполягає на тому, щоб ви погодилися з його думкою, з його поглядами, щоб ви схвалили його працю: він сортував, класифікував, упорядковував і тепер вручає вам результат своєї роботи. Вибір, як і раніше, залежить від вас, але ви бачите, що такий ось проект або такий ось шлях ясніше вимальовується, ніж інші, і можливо, що ви зупинитеся саме на ньому. Справа в тому, що підсвідомий розум з дивним терпінням ретельно аналізував питання; роз'єднав те, що очевидно раніше було з'єднано, і навпаки, знайшовши подібність, з'єднав те, що протиставлялося одне іншому. Одним словом, він зробив для вас усе, що ви могли б зробити самі, – але на це треба було багато часу і праці – й зробив добре. І потім представив свою працю на ваш розсуд і на ваш вирок.

Вся його робота, очевидно, складалася в сортуванні, розчленовуванні, аналізі й упорядкуванні доказу і потім – у поданні його вам у ясній, систематичній формі. Він і не намагається привласнювати собі прерогативу й функцію судді, відмінно усвідомлюючи, що з поданням обробленого ним доказу його робота закінчується і з цього ж пункту починається робота свідомого розуму. Однак не слід змішувати цю роботу з роботою інтуїції – зовсім іншої розумової площини. Діяльність у них зовсім різна. Підсвідомий розум – гарний слуга, який не претендує на більш почесне звання, тоді як інтуїція – немов би друг з вищих шарів суспільства, який робить вам застереження, дає поради.

Ми вже вказували вам, як треба діяти, щоб свідомо й уміло користуватися цією частиною розуму для того, щоб досягти найкращих результатів і позбутися занепокоєння і мук, вічних супутників усякого невіршеного питання. Несвідомо ж кожний із нас більш-менш користується цією частиною розуму, не підозрюючи, яку важливу роль вона грає в нашому розумовому житті. Ми в утрудненні, як вирішити питання, і все думаємо про нього, поки яка-небудь інша справа не змусить нас відкласти убік це питання або просто поки сон нас не здолає. І коли ми знову згадаємо про це питання, то на наш подив воно іноді виявляється вже трохи виправленим, з'ясованим, і ми начебто довідалися про нього щось, чого не знали раніше. Ми не розуміємо, у чому справа, і готові махнути на все рукою, як на щось «неважливе». У цих читаннях ми намагаємося пояснити це «неважливе» і дати вам можливість користуватися ним свідомо й розумно, а не випадково, інстинктивно та ніяково, як ви ним користувалися дотепер. Ми вчимо вас мистецтву панувати над розумом.

Тепер подивимося, як застосувати це правило в іншому випадку. Уявімо собі, що ви бажаєте зібрати воедино всі відомості, якими ви володієте щодо якоїсь речі. Насамперед, визнано, що ми знаємо набагато більше про яку б то не було річ, ніж гадаємо. У різних схованках нашого розуму, або пам'яті, якщо ви віддаєте перевагу цьому вислову, розкидані загублені частки відомостей або знань, що стосуються ледве чи не до кожної речі. Але ці частки не пов'язані між собою. Ви ніколи не пробували уважно вдуматися в дане питання, і факти, до нього дотичні, не представлялися у вашому розумі в їхньому взаємовідношенні. Однаково, наче у вас, на величезному складі, були всюди розкидані сотні фунтів якого-небудь товару, маленькими шматочками, то там, то тут, упереміш із тисячами інших речей.

Можете зробити дослід: вам варто сісти й змусити свої думки зайнятися якою-небудь річчю, і ви негайно ж побачите, що в полі вашої свідомості починають з'являтися різного роду відомості, про які ви, очевидно, забули, і що всі вони розміщуються по своїх справжніх місцях. З кожною людиною бували такі випадки. Але, все ж збирати воедино розкидані уривки відомостей – справа нудна для свідомого розуму, тим більше, що підсвідомий розум може впоратися із цим завданням так само добре, як і свідомий. По суті, він бо, тобто підсвідомий розум, і займається завжди цією роботою, навіть тоді, коли ви думаєте, що нею займається свідомий розум. Роль останнього обмежується зосередженням уваги і утриманням його на предметі. Але й це утримання уваги – робота нудна і немає потреби, щоб свідомий розум витрачав свою енергію на подробиці завдання, бо ця робота може бути виконана легше і простіше.

Найкраще в цьому випадку – вдатися до способу, подібному тому, який ми намітили декількома сторінками раніше; тобто варто утримувати вашу увагу, супроводжувану жвавою цікавістю, на питанні, яке турбує вас, поки ви

не одержите чіткого уявлення про те, яка, власне, відповідь вам потрібна; потім варто передати усе питання підсвідомому розуму з наказом «зайнятися цим», а самому забути про нього – викинути його з голови: нехай підсвідомий розум працює за вас. Якщо можливо, не вертайтеся до цього питання раніше наступного ранку, а потім знову розглянете його і, якщо ваші прийоми були правильні, ви побачите, що завдання опрацьовано, приведено в логічну послідовність так, що вашому свідомому розуму вже неважко буде оглянути цілий ряд фактів, прикладів, ілюстрацій і досвідів, до нього дотичних.

Багато хто з вас може сказати, що вони не проти були б застосувати цей метод і в таких випадках, коли немає часу відкласти рішення справи до наступного дня. На це ми відповімо, що можна прискорити роботу підсвідомого розуму; дійсно, багато ділових людей, за потребою, самі по собі натрапляли на цей прискорений метод. Вони швидко, з більшою увагою знайомляться з питанням, звертаючись до самої суті його, а потім на 1-2 хвилини залишають його в підсвідомому розумі, використавши ці хвилини на «попередні переговори», поки в них не з'явиться перший проблиск можливості якого-небудь рішення питання. Дочекавшись його і вхопившись за перший вільний кінець, що попався був, повернутого питання, вони розмотують клубок відомостей і починають «говорити» про справу, самі дивуючись, звідки все це в них береться. Багато юристів, досягши в цьому великого мистецтва, успашилися досить «тямущими» ораторами. Цим панам часто доводиться раптово опинятися віч-на-віч із таким питанням, про заплутаність якого вони за хвилину до того й не підозрювали. Але вони випробували на практиці, що віддаватися в таких випадках страху та зневірі в себе – божевілья: щось підказувало їм, що до них прийде на підмогу щось, що існує в них самих. І ось, прийнявши самовпевненого вигляду, вони вимовляють кілька порожніх, банальних фраз, тим часом як підсвідомий розум швидко збирає матеріал для відповіді. За хвилину в голові промовця раптом миготить думка, а за нею інша, третя вже йде з такою швидкістю, що ораторові майже неможливо всі їх передати словами. І, дивись, небезпека минула, і блискучий успіх зненацька стається там, де загрожували, очевидно, невдача і поразка. У таких випадках вимога зайнятися питанням не пред'являється підсвідомому розуму словесно; вона є наслідком найсильнішої потреби розуму. Однак, якщо віддати швидко наказ словами: «Займися цим», результат буде більш успішним.

Ми знали багатьох видатних ділків, які бралися до сигари під час важливих ділових побачень не тому, що мали особливу пристрасть до тютюну, а тому, що вони на практиці навчилися цінувати хвилинний перепочинок, під час якого людина може «зібратися з думками», як висловився один із них. Уявіть собі, що хто-небудь раптово звертається до такого ділка з питанням або з якою-небудь пропозицією, вимагаючи негайної відповіді. Не буде ж той на очах у всіх своїм зняковілим виглядом показувати скруту, в яку зненацька втрапив. Замість цього він затягається сигарою, повільно й уважно оглядає попіл на її кінчику, змахує його в попільницю, і нарешті, повільно вимовляє: «Тож, що стосується цього...» або що-небудь подібне. Ця фраза служить наче передмовою до справжньої відповіді, яка в цей час квапливо виробляється підсвідомим розумом, щоб вона могла бути вчасно вимовлена у належному місці. Цих декількох виграних хвилин було досить, щоб підсвідомий розум зібрав матеріал і щоб питання вбралося у належну форму, без найменшого видимого коливання з боку відповідача. Звичайно, для досягнення такого мистецтва потрібна практика, але у всіх подібних випадках, принцип проглядається той самий: людина наказує якійсь схованій частині свого розуму працювати за неї, і коли починає говорити, то бачить, що питання вже опрацьоване й у найгіршому випадку йому додана хоча б якась груба форма.

Наші читачі зрозуміють, звичайно, що ми зовсім не радимо курити сигари під час побачень у важливих справах, а просто навели ці приклади, які яскраво ілюструють наш принцип. Інші ліниво крутять пальцями олівець і в критичну хвилину упускають його. Але, доволі цих прикладів, інакше нас можуть звинуватити в тому, що ми даємо поради життєвої мудрості, замість того, щоб учити, як варто користуватися розумом. Перерва, яку робить із багатозначним виглядом учитель, коли йому треба відповісти на питання учня, може також бути доказом впливу цього закону. Учитель часто говорить: «Заждіть, я подумаю хвилину», але під час цієї паузи він зовсім не думає свідомо про задане йому питанні, а дивиться мрійливо кудись уперед; а тим часом підсвідомий розум у цей час працює за нього, хоча дана особа, мабуть, і не підозрює цієї роботи. Нам варто прискіпливо подивитися навколо, щоб пізнати всю важливість цієї істини, так часто застосовуваної.

Підсвідомий розум може бути використаний не лише в тих випадках, про які ми згадували на попередніх сторінках; до нього можна звертатися по допомогу в усіх життєвих утрудненнях. Ці маленькі підсвідомі феї завжди в нашому розпорядженні й, очевидно, вважають за щастя робити нам послуги.

І це ж анітрохи не ставить нас у залежне становище, а навпаки, розраховане на те, щоб збудити в нас віру в самих себе, бо ми кличемо на допомогу не сторонній розум, а частину нашого власного. Якби люди, що завжди діють за вказівкою інших, познайомилися із цими маленькими «домашніми радниками», котрі знаходяться в нас самих, вони відмовилися б від своєї вічної розумової залежності, поступово придбали б довіру до власних сил і стали б відважніше. Ви тільки уявіть собі, яка самовпевненість народжується в душі людини, коли вона відчуває, що

в ній самій ховається джерело знання, таке ж, як і в більшості людей, з якими їй доводиться зіштовхуватися: тепер вже, при зустрічі з ними, їй не страшно дивитися їм в очі. Вона відчуває, що розум її не обмежується невеликим полем свідомості, що він представляє собою велику область, яка містить у собі масу відомостей, про які вона і мріяти не могла. Усе, що людина успадкувала або принесла з собою із попередніх життів, усе, що вона прочитала, чула, бачила або зазнала у житті, заховано в якійсь частині цього величезного підсвідомого розуму, і їй варто лише віддати наказ, і «сутність» усіх цих відомостей буде її надбанням – не подробиці, які, іншого разу, в силу поважних окультичних причин, можуть і не бути доставлені свідомому розуму, але сутність відомостей пройде перед її розумовим оком з достатньою кількістю прикладів, ілюстрацій або аргументів і дасть їй можливість вдало завершити свою справу.

У наступному читанні ми звернемо вашу увагу на інші якості та властивості цієї великої розумової області і вкажемо, як можна досягти того, щоб змусити її працювати на вас, щоб вам домогтися панування над нею. Не забувайте ніколи, що Я є володар і, що володарювання його варто проводити на всіх розумових фазах і площинах. Будьте не рабом підсвідомого розуму, але його володарем.

Мантра (твердження)

Я володію в самому собі підвладною мені розумовою областю, над якою я паную. Цей розум приязний до мене і з радістю виконує моє прохання або наказ. Він працює для мене й відрізняється сталістю, невтомністю та вірністю. Переконавшись у цьому, я вже більше не маю страху невідання, непоінформованості. Я – володар усього цього, що підтримує свій авторитет. Я – панує над тілом, розумом, свідомістю та підсвідомістю. Я єсь Я – центр влади, сили і знання. Я єсь Я, а Я є дух, частка Божественного полум'я.

Читання 11. Підсвідоме виховання характеру

У попереднім читанні ми вказали вам на дивну діяльність, що проявляється підсвідомими сферами мислення в сенсі виконання розумової роботи. Але, як не багата можливостями діяльність цього поля мислення в даному напрямку, цим вона ще не вичерпується; не менш коштовна, ніж усе, про що було сказано вище, можливість користуватися підсвідомою діяльністю розуму для виховання характеру.

Кожній людині відомо, що вона може змінити свій характер, енергійно придушуючи одні нахили й шляхом систематичної вправи виховуючи в собі інші, і звичайно, багато хто з тих, кому попадуться в руки ці рядки, знайомі із цими прийомами. Але тільки в останні роки почали поширюватися серед широкої публіки відомості про те, що можна змінювати, зм'якшувати й зовсім переробляти характер, розважливо користуючись підсвідомими здібностями розуму.

Слово «характер» походить від древніх термінів, що означають «відзначити», «запам'ятати» та інше; деякі ж учені відносять походження його до того слова, яким вавилонські цеглярі позначали клеймо: вони ставили клеймо на кожну вироблену цеглу і в кожного з них було своє клеймо. Ці відомості становлять інтерес у зв'язку з тими новітніми теоріями виховання характеру, які з'явилися в останніх здобутках західних психологів. Але для йогинів, учителів Сходу, де застосовували цей метод багато сторіч тому, виховуючи молодь, ці теорії зовсім не нові. Йогини давно стверджували, що характер, тобто сирий, грубий матеріал, отриманий нами при народженні, підлягає зміні і, що у середньої людини він згодом міняється під впливом зовнішніх обставин, а мудра людина сама змінює і виховує свій характер. Йогини вивчають характер своїх вихованців і дають їм поради, як викорінювати небажані риси, і навпаки, розвивати бажані.

Підставою для Йоги у справі виховання характеру служать дивні здібності підсвідомої площини розуму. Від тих, хто вивчає Йогу зовсім не потрібно, аби вони муштрували себе, насилуючи природу. Навпаки, йогини говорять, що такі суворі прийоми суперечать цілям природи, і кращий спосіб – наслідувати природи й поступово розвивати бажані риси за допомогою зосередження на них сили волі та уваги. Викорінювання ж небажаних рис відбувається шляхом виховання в собі рис їм протилежних. Якщо, наприклад, учень бажає перебороти почуття страху, йому радять аж ніяк не зосереджувати увагу на цьому почутті з метою його викорінювання, а навпаки, подумки запевняти себе, що він зовсім не відчуває страху і потім зосередити всю свою увагу на ідеалі сміливості. У міру того, як сміливість розвивається в характері, страх поступово в ньому зникає. Позитивне завжди бере гору над негативним.

Весь секрет цього підсвідомого методу виховання полягає в слові «ідеал». Напуття зводиться до того, що можна досягти ідеалів, звертаючи на них особливу увагу. У вигляді прикладу учневі кажуть про трояндовий кущ, що буде рости й цвісти тим розкішніше, чим уважніше за ним будуть доглядати і навпаки. Ідеал якої-небудь бажаної риси характеру – той же, тільки розумовий, трояндовий кущ, котрий, при турботливому за ним догляді, буде рости й

випускати листя та квіти. Учніве доручають розвинути в собі яку-небудь менш значну розумову рису, радячи подовгу подумки зупинитися на ній, вправляти уяву і подумки «бачити» себе вже власником бажаної якості. Йому дають мантри, або «твердження», щоб він їх повторював. Це для того, щоб у нього був центр, навколо якого він міг би створити ідеал. Слова, вжиті в таких випадках, мають могутню силу при тій, звичайно, умові, якщо той, хто вимовляє їх, у той же час думав про значення цих слів і малював у своїй уяві якість, виражену цими словами, а не повторював їх, мов папуга.

Йогини виховують учня поступово, поки той не досягне мистецтва свідомо направляти підсвідомий розум у справі виховання характеру. Це мистецтво стає надбанням кожного – де б він не жив, на Сході або на Заході – хто захоче зайнятися ним. По суті, майже всі ми маємо це мистецтво й користуємося ним, хоча й несвідомо. Характер людини, у широкому сенсі, є результат того роду думок, які панують у її розумі і тих ідеалів, які вона малює у своїй уяві. Хто постійно думає про себе, як про невдачу, принижену долею, той дуже схильний подумки вирощувати ідеали саме цього сорту, поки вони не поневолять його остаточно й кожна його дія не буде хилитися до об'єктування цих думок. І навпаки, той, хто носить у душі ідеали успіху і вдосконалення, відчуває, що вся його розумова природа ніби прагне досягнення результату – об'єктування цих ідеалів. Те ж саме відбувається з кожним ідеалом. Подумки розвиваючи ідеал ревностів, ми дуже схильні об'єктувати це почуття й несвідомо створювати умови, що дають матеріал для його живлення. Але про це питання ми будемо спеціально говорити в наступному читанні. Це – одинадцять – читання призначене для з'ясування того методу, за допомогою якого люди можуть виліпити свій характер у яку завгодно форму, замінюючи небажані риси бажаними й перетворюючи бажані ідеали в активні риси. Розум пластичний у руках у того, хто знає, як ним керувати.

Усвідомлюючи як гарні, так і слабкі сторони свого характеру, середня людина схильна дивитися на них як на щось цілком визначене і незмінне, принаймні в практичному сенсі. На її думку, вона «така, якою її створив Господь» – та й край. Вона не розуміє, що характер її міняється щодня при спілкуванні з іншими особами, впливу яких вона підкоряється. Вона не бачить також, що вона сама формує свій характер, цікавлячись певними речами і допускаючи, щоб її думки зупинилися на них. Вона не усвідомлює, що сама себе творить із того сирого, грубого матеріалу, даного їй при народженні. Вона творить себе або в негативному, або в позитивному сенсі. У негативному – якщо допускає, щоб інші впливали своїми думками та ідеалами на її характер, у позитивному – якщо сама працює над його вихованням. Слабка людина піддається сторонньому впливу, сильна ж бере весь цей виховний процес у свої руки.

І цей процес такий дивовижно простий, що багато хто може легко прогледіти його значення, навіть ознайомлені з ним. Тільки практика й добути результати можуть дати розуміння цього дивного процесу.

Хто вивчає Йогу, дуже рано на практиці пізнає велике значення виховання характеру. У нього, наприклад, смак розбірливий: він їсть одні страви й не їсть інших. Учитель радить йому розвивати смак до тих речей, які він не любить і навпаки, розвивати в собі відразу до тих речей, які він любить. А для цього він повинен уявити собі бажані умови й сказати, наприклад: «Я терпіти не можу цукерок; мені навіть огидно на них дивитися», а з іншого боку: «Я дуже люблю все кисле; для мене просто насолодою є кисле» та інше, намагаючись у той же час уявити собі, начебто смак солодких речей огидний, а смак кислих речей – чудовий. Якийсь час потому, він відчує, що смаки його змінилися відповідно його бажанням і остаточно помінялися місцями. Ось тут, на ділі учень і пізнає все значення цієї теорії, і вже ніколи не забуде цього уроку.

Читач може заперечити проти такого перетасування смаків. На це ми можемо сказати, що вчитель-йогин потім радить учневі зовсім відскіпатися від думки, начебто він не любить те або інше, і навпаки, розвивати в собі смак до всього здорового їстівного; за теорією йогинів, відразу до якоїсь здорової їжі варто віднести до навіювання, зробленого суб'єктові ще в дитинстві, або враженню, яке зазнав він до народження; бо здорову їжу природа наділила приємним смаком. Мета усього цього, однак, не культивування смаку, а вправа розуму й внесення в учня тої істини, що його природа пластична для його Я і, що він може виліпити з неї, що хоче, за допомогою лише зосередження і розумової практики. Читач може зробити дослід над самим собою, якщо побажає, і відкинути зовсім відразу до певної їжі та іншого, а при нагоді й відразу до неприємних робіт та обов'язків, якими вони здавалися раніше і, які іноді знехотя доводиться виконувати.

Принцип, який лежить в основі всієї цієї теорії виховання характеру за допомогою підсвідомого розуму той, що Я – володар свого розуму і пластичний розум кориться нашому Я. Я індивідуума є єдиний реальний, постійний, незмінний його принцип, тим часом як розум і тіло безперервно міняються, перебувають у русі, ростуть і вмирають. Подібно тому, як тіло може розвиватися й формуватися шляхом розумових вправ і розум також може розвиватися та тренуватися, якщо дотримуватися розумних методів.

Більшість людей дивляться на характер, як на приналежне людині дещо цілком певне, чого не можна ні змінити, ні переробити. А тим часом, своїми щоденними вчинками вони доводять, що в душі анітрохи не вірять цьому, бо словом, порадою, схваленням або осудом намагаються змінити і сформувати характер оточуючих.

Ми не будемо тут докладно розглядати причини, які впливають на створення характеру. Обмежимося простим перерахуванням їх: 1) результат досвідів, винесених з попередніх життів; 2) спадковість; 3) середовище; 4) навіювання, яке походить від інших осіб і 5) самонавіювання. Але що б там не впливало на створення характеру, його можна змінити, пом'якшити, поліпшити, сформувати за допомогою методів, викладених у цьому читанні й дуже схожих з тим, що західні письменники називають «самонавіюванням».

Основною ідеєю самонавіювання служить «бажання», щоб зміни відбулися в розумі; бажанням допомагають випробувані розумові методи створення ідеалів або уявних форм. Перша умова для змін є «бажання», щоб зміни відбулися. Поки в людини не з'явиться таке бажання, вона не може змусити свою волю узятися до справи. Бажання і воля близько стикаються. Воля не може нічого почати, поки вона не натхненна бажанням. Багато слів «бажання» ототожнюють із поняттям про більш низькі нахили, але воно застосовується і до вищого. Якщо людина бореться з низьким нахилом або бажанням, це доводить, що їй властивий більш високий нахил або бажання. Багато бажань суть не що інше як компроміс між двома або декількома суперечливими бажаннями – наче деяке середнє бажання.

Поки людина не побажає змінити свій характер, вона кроку не зробить у цьому напрямку. І сила волі буде вкладена нею у справу пропорційно силі бажання. У справі виховання характеру, головну роль грає бажання узятися за це завдання. Якщо ви виявляєте, що це бажання не настільки велике, щоб змусити вас виявити наполегливість та енергію, необхідні для того, щоб довести справу до успішного кінця, то ви повинні попередньо намагатися збудити в собі це бажання. А досягти цього можна, наполегливо втримуючи думки на предметі, поки не з'явиться бажання. Цей спосіб досить ризикований, у чому багатьом доводилося на собі переконаватися, на своє нещастя. Адже можна збудити в собі як гарні, так і погані бажання. Ми пояснимо вам цю істину невеликим прикладом. Парубок, наприклад, зовсім не бажає віддаватися надмірностям розгульного життя. Але ось йому доводиться чути або читати, що багато хто веде таке життя і він мимоволі подумки зупиняється на цьому питанні, розглядає його з усіх боків і взагалі займає ним свою уяву. Якийсь час потому він починає відчувати, що бажання поступово пускає паростки і якщо він буде поливати їх, тобто продовжувати займатися подумки цим питанням, то недовго йому доведеться чекати пишного розквіту цього бажання, яке він, звичайно, спробує втілити в дії. Велика істина ховається в словах поета:

«Дивовижний на вигляд порок,
Побачиш – негайно зненавидиш.
Але вдивляючись ближче у нього,
Стерпиш, пожалієш, а потім обіймеш».

Багатьма божевільними витівками й злочинами люди зобов'язані саме цьому вирощуванню бажання у своєму розумі, цій посадці рослини, турботливому догляду за нею, словом – культивуванню зростаючого бажання. Ми вважаємо за необхідність зробити це застереження – воно проллє світло на те, що можливо вас турбує і зверне вашу увагу на зерна, які ви вирощували дбайливо у своєму розумі.

Пам'ятайте, однак, що сила, яка тягне людину вниз, може бути перетворена на силу, яка веде вгору. Адже однаково легко вирощувати як здорові, так і нездорові бажання. Якщо ви усвідомите деякі недоліки й вади вашого характеру (а хто не усвідомлює їх у собі?) і разом з тим не відчуваєте в собі достатньо бажання, аби взятися за його перероблення, ви повинні насамперед подбати про те, щоб посіяти насіння бажання, і потім дбайливо доглядати за рослиною. Ви повинні уявити всі вигоди, сполучені із придбанням тої риси характеру, про яку ви мріяли; повинні безперервно вертатися до цих думок і уявляти, що ви вже володієте бажаним. І тоді ви відчуєте, що бажання у вас зростає і ви незабаром «захочете» мати цю рису, і бажання буде все рости й рости. А коли бажання досягне певної сили, ви відчуєте і достатній приплив сили волі для виконання задуманого. Воля йде за бажанням. Вирощуйте бажання і ви завжди знайдете за ним волю, достатню для його виконання. Під тиском сильного бажання люди робили подвиги, що межують із дивами.

Якщо вас долають бажання, які ви знаходите шкідливими для себе, намагайтеся відкараскатися від них змором, і в той же час, вирощуванням протилежних бажань. Відмовляючись думати про негідні бажання, ви відмовляєте їм у розумовій їжі, що властиво їй обумовлює їхній ріст. Як можна погубити рослину, відмовляючи їй у живленні, ґрунті та воді, так можна знищити і негідне бажання, відмовляючи йому в розумовій їжі. Пам'ятайте це, бо це надзвичайно важливо. Не дозволяйте вашому розуму зупинитися на таких бажаннях і рішучою рукою відведіть убік вашу увагу, а головним чином вашу уяву; відволічіть їх від даного предмету. Спочатку це може зажадати прояву деякої сили волі з вашої сторони, але чим далі, тим буде легше, і кожна перемога буде давати вам нову силу для нової боротьби. Але

ні в якому випадку не робіть поступок бажанню, не входьте із ним у компроміс, не погоджуйтеся підтримувати цю ідею. У боротьбі подібного роду кожна перемога додає сил, кожна поразка зменшує їх.

Відмовляючись розмістити негожого гостя, ви в той же час неодмінно повинні вирощувати бажання зовсім протилежного характеру, прямо протилежне тому, що намагаєтесь знищити. Малюйте у своїй уяві протилежне бажання, частіше думайте про нього, змушуйте ваш розум з любов'ю зупинитися на ньому і нехай ваша уява наділить його формою. Думайте про ті переваги, які виникнуть для вас, коли ви цілком опануєте ним; уявіть, що вже настав цей момент і, що ви виконуєте вашу нову роль у житті у всеозброєнні знову придбаної сили.

Все це поступово приведе вас до того вихідного пункту, коли ви «захочете» мати цю силу. А потім ви повинні бути готові до наступного кроку, до наступного щабля, який ми назвемо «вірою» або «довірливим» очікуванням.

Але ж віру, або довірливе очікування, не викличеш на замовлення, принаймні, у більшості людей, і в таких випадках їх треба здобувати поступово. Багато хто читаючи ці рядки зрозуміє те, що ми намагаємося тут пояснити, і вони будуть мати цю віру, а тим, у кого її не буде, ми радили б потренуватися на якому-небудь дрібному розумовому завданні, на якій-небудь незначній рисі характеру; у такій боротьбі перемога дається просто й легко. Потім вони перейшли б до більша важких завдань, поки не придбали б тої віри, або довірливого очікування, які добуваються шляхом наполегливої практики.

Чим більше віри, або довірливого очікування, людина вносить у справу виховання характеру, тим більш блискучим буде успіх. І це на підставі точно встановлених психологічних законів. Віра, або довірливе очікування, розчищає розумову стежку й полегшує роботу, тоді як сумнів, або відсутність віри, сповільнює її, стає на заваді, каменем спотикання. Сильне бажання й віра – ось два перші щаблі. Третя – сила волі.

Силу волі ми уявляємо собі не у вигляді стиснутого кулака або нахмурених брів, як багато хто розуміє слово «воля». Воля проявляється зовсім не таким шляхом. Справжня воля приводиться в дію тим, що ми здобуємо реальне пізнання нашого істинного Я. Наказ виходить із цього центру влади та сили. Це голос Я, необхідний у справі виховання характеру.

Отже, тепер ви готові до роботи, бо володієте: 1) сильним бажанням; 2) вірою або довірливим очікуванням; і 3) силою волі. З такою потрібною зброєю нічого, крім успіху і не можна очікувати.

А потім починається справжня робота. Насамперед варто прокласти колію для нової звички характеру. – Як, звички? – запитаєте ви... Так, звички. У цьому слові весь секрет цієї справи. Наші характери створені з успадкованих або придбаних звичок. Подумайте про це трохи і ви переконаєтесь в істинності цього. Ви робите те або інше, анітрохи не думаючи про те, що ви робите, тільки тому, що у вас стало звичкою це робити. Ви робите певним чином знов-таки силою звички. Ви зазвичай правдиві, чесні, добродішні, бо ви створили в собі такі звички. Ви сумніваєтесь в цьому... Погляньте навколо себе або вдивіться у ваше власне серце і ви побачите, що деякі з ваших старих звичок зникли і з'явилися нові. Виховання характеру є створенням звичок і зміна характеру є зміна звичок. Вам було б не зайвим запам'ятати цей факт у своєму розумі, бо це дасть вам ключ до розуміння багато чого, що стикається із цим питанням.

І при цьому варто пам'ятати, що звичка є майже винятково продукт підсвідомого мислення. Правда, що звички беруть свій початок у свідомому розумі, але раз установившись, вони опускаються в глибини підсвідомого мислення й потім робляться «другою натурою», яка, до речі сказати, часто буває сильніше первісної природи. Герцог Велінгтон говорив, що звичка в десять разів сильніше натури, і він вкарбовував звички в своїх солдатів доти, доки вони не вважали природним діяти згідно із цими звичками, вкарбованими в них під час навчання. Дарвін розповідає цікавий випадок, як звичка узяла гору над розумом. Він переконався, що в нього так глибоко вкоренилася звичка відкидатися назад при раптовому наближенні небезпеки, що як не напружував він силу волі, він не в змозі був змусити себе стояти притиснувши обличчя до скляної клітки кобри в зоологічному саду, коли змія кидалася на нього, хоча він знав, що скло дуже товсте й він не піддавався ніякій небезпеці, й хоча він напружував усю силу своєї волі. Але ми зважуємося стверджувати, що й від цієї сильно вкарбованої звички можна було б відмовитися, поступово вправляючи підсвідоме мислення і встановивши нову звичку в думках і діях.

Робота із прокладання нового розумового шляху відбувається не тільки в той час, коли відчувається «бажання» набутти нової звички. На думку йогинів, головна частина роботи відбувається підсвідомо в проміжках між наказами, і успіх досягається саме цим шляхом, точно так, як і при вирішенні завдань, про що ми докладно говорили в нашій останній читанні. Як приклад, ми можемо звернути нашу увагу на деякі прийоми при культивуванні фізичних звичок. Урок у фізичній вправі, засвоєній учнем увечері, буде набагато легше виконаний ним наступного ранку, ніж напередодні, і ще легше вранці наступного понеділка, ніж у попередню суботу, опісля полудня. У німців є приказка: «Ми вчимося ковзати влітку, а плавати взимку». Це значить, що враження, передане підсвідомому мисленню, розширюється і заглиблюється під час спокою. Найкраще, часто передавати підсвідомому розуму сильні враження,

тобто такі, на яких зосереджене сильна увага, про що ми вже говорили в одному із читань цієї серії, і потім ці періоди чергувати з періодами відпочинку для того, щоб підсвідомому розуму був час упоратися зі своїм завданням.

Один письменник висловився так: «Посієте дію, пожнете звичку; посієте звичку, пожнете характер; посієте характер, пожнете долю!», визнаючи в такий спосіб звичку джерелом характеру. Ми дотримуємося цієї істини в справі виховання дітей, насаджуючи гарні звички шляхом вправи, нагляду та іншого. Звичка, коли вона вже встановилася, діє як спонукання так, що коли ми думаємо, ніби діємо певним чином без усякого мотиву, ми насправді діємо під найсильнішим впливом якої-небудь твердо сталої звички. За словами Герберта Спенсера, «чесна людина робить те, що треба не свідомо, не тому, що вимагає обов'язок, а лише відчувуючи просте задоволення; і не заспокоїться, поки не зробить». Нам можуть заперечити, що, якщо дотримуватися ідеї про звичку, як про основу характеру, то доведеться зовсім відкинути ідею про розвинену моральну совісність, як говорить, наприклад, про це Джосія Ройс: «Встановлення організованої звички не може ще саме по собі забезпечувати ріст освіченої моральної совісності». На це ми сказали б, що ми неминуче «хочемо» прищепити собі високий характер раніше, ніж у нас створяться дані звички, і ось це ось «хочемо» і є ознака скоріше моральної совісності, ніж звички. Те ж саме зауваження застосовується і до почуття обов'язку, до «свідомості, що я повинен діяти ось так». Думка «я повинен» виникає у свідомому розумі спочатку і спонукає до встановлення звички, хоча ця остання якийсь час потому стає автоматичною – матеріалом для підсвідомого мислення, і не має ніякого зв'язку з «я повинен», а вже стосується того, що нам «подобається».

У такий спосіб ми бачимо, що ця зміна, виховання, формування, створення характеру близько стикається із установленням звичок. А який, запитуюмо, найкращий спосіб для встановлення звичок? На це йогини відповідають: «Уявіть собі розумовий образ і потім творіть довкола нього вашу звичку». І в цю стислу фразу вони вклали цілу систему.

Все, що має форму, створено навколо розумового образу – будь це розумовий образ якої-небудь людини, тварини або навіть Абсолюту. Таке правило всесвіту і в справі виховання характеру ми лише дотримуємося встановленого правила. Коли ми хочемо будувати будинок, ми насамперед думаємо про «будинок» взагалі, а потім уже думаємо про те, який будинок нам треба будувати і, нарешті, входимо в подробиці, радимося з архітектором, і той складає для нас план, що і є його розумовий образ, викликаний нашим розумовим образом. Коли план обрано, ми звертаємося до будівельника і, зрештою, будинок стоїть збудований, уособлюючи собою об'єктований розумовий образ. І так із кожною створеною річчю – усе є прояв розумового образу.

Якщо ви бажаєте прищепити собі деяку рису характеру, ви повинні створити ясний, точний образ того, чим ви бажаєте бути. Це дуже важливий крок. Намалюйте ясну, точну картину, зміцніть її у вашому розумі й починайте будувати навколо неї. Нехай ваші думки зосереджуються на цій розумовій картині; намагайтеся уявити, що ви вже маєте бажану рису і проявляєте її у дії. Малюйте її у вашій уяві якомога частіше, наполегливо, постійно, при всіляких умовах і обставинах. Продовжуючи діяти в цьому напрямку, ви незабаром зауважите, що починаєте передавати думку в дії – об'єктуєте суб'єктивний розумовий образ. Вам уже здасться «природним» діяти усе більше й більше згідно з вашим розумовим образом, поки, нарешті, нова звичка не встановиться міцно у вашім розумі й не стане вашим природним способом дії та вираження.

Це зовсім не мрячна, примарна теорія, а добре відомий і доведений психологічний факт, і тисячі людей цим способом досягали дивних результатів, намагаючись виправити свій характер.

Цим шляхом можна не тільки підняти свій характер, але навіть відлити в ту або іншу форму свою «буденну» особистість, щоб вона більше відповідала потребам навколишнім і нашим обов'язковим заняттям. У кого не вистачає наполегливості, той може добути її; хто підданий почуттю страху, той може замінити його почуттям безстрашності; у кого бракує самовпевненості, той може придбати її. Дійсно, немає риси характеру, яку не можна було б розвинути таким способом. За допомогою цього методу людям вдавалося буквально «у корені переробляти свою особистість». Найбільшою перешкодою служила та обставина, що багато хто не в змозі були зрозуміти, що вони можуть здійснити це завдання. Вони гадали, що їм призначено назавжди залишатися такими, якими вони були. Вони не розуміли, що творча робота ще не закінчена і, що в них самих чаїться творча сила, яка цілком відповідає даному випадку. Осягнувши цю істину і випробувавши її на практиці, людина стає зовсім іншою істотою. Вона вважає себе вище навколишнього середовища і процесу виховання – вона зауважує, що виросла з цих умов; вона сама служить собі середовищем і сама виховує себе.

У деяких великих англійських і американських школах вихованці, які розвинули в собі і проявляють здібності володіти собою й контролювати свої вчинки, вносяться в списки особливого, так званого «самоврядного класу». Вони поведуться так, начебто запам'ятали у своїй пам'яті наступний афоризм Герберта Спенсера: «Вища здатність самоконтролю є одна із довершених якостей ідеальної людини. Не піддаватися без розбору всяким імпульсам, не кидатися туди й сюди, на догоду кожному своєму бажанню, але бути стриманим, урівноваженим, керованим

розумним рішенням почуттів, тих, що зібралися на нараду... ось чого саме намагається домогтися моральне виховання». А бажання автора цих рядків – помістити кожного із читачів у «самоврядний клас».

У статті, обмеженій рамками одного читання, ми не можемо дати посібника з розвитку характеру в його застосуванні до спеціальних потреб кожного індивідуума. Але думаємо, що досить усього сказаного нами про цей предмет, щоб той хто вивчає Йогу зрозумів, якого методу він повинен триматися, виробляючи сам для себе таке керівництво і слідуючи при цьому вищевикладеним загальним правилам. Однак, на допомогу йому ми можемо дати коротку інструкцію культивування однієї бажаної риси характеру. Загальний план цієї інструкції може відповідати всяким потребам у якому завгодно випадку, якщо діяти зі смыслом. Вибраний нами випадок стосується особи, яка прагнула до окултного розвитку і страждала – наводимо його власні слова – «відсутністю моральної мужності, самовпевненості; нездатністю шануватися в присутності інших людей; нездатністю сказати «ні»; почуттям самоприниження в порівнянні з тими, з якими я стикаюся». Ось короткий нарис практичного курсу, рекомендованого в цьому випадку:

Попередня думка. Ви повинні міцно встановити у вашому розумі той факт, що ви рівні кожній людині. Ви походите з одного джерела. Ви – вираження того ж самого Єдиного Життя. В очах Абсолютного ви рівні якій би то не було людині, навіть найбільш високопоставленій у країні. Істина – це «речі, якими їх бачить Бог», і отже, воістину, ви і та людина рівні й, зрештою, становите одне. Усяке почуття самоприниження є обман, омана, неправда, і їм немає місця в Істині. Пам'ятайте це, коли ви перебуваєте в суспільстві інших і усвідомте, що життєвий початок в вас говорить життєвому початку в них. Нехай життєвий початок протікає через вас, ви ж намагайтеся забути вашу власну особу. І в той же час, намагайтеся роздвитися життєвий початок за особистістю тієї людини, у присутності якої ви перебуваєте; за її особистістю стоїть життєвий початок, достоту так само, як і за вами – не більше, не менше. Обоє ви – єдині в Істині. Нехай свідомість вашого Я ллє свої промені і ви відчуваєте підйом та відчуття мужності, точно так само, як і та людина, з якою ви говорите. Ви маєте в самому собі джерело мужності, моральної та фізичної, і вам немає чого боятися; безстрашність – ваша божественна спадщина і ви повинні скористатися нею. Ви маєте самосвідомість, бо божественна ваша сутність є Я, яке живе усередині нас; істинне Я не є ваша незначна особистість, і ви повинні мати довіру до цього істинного Я. Увійдіть в самого себе, поки ви не відчуєте присутності в собі Я і тоді у вас з'явиться впевненість у собі, яку ніщо не в змозі похитнути або збентежити. Позаяк ви досягнете міцної свідомості свого Я, ви у змозі будете шануватися. Позаяк ви зрозумієте, що ви центр сили, вам уже неважко буде сказати «ні», коли це знадобиться. Позаяк ви осягнете вашу істину природу – ваше справжнє Я – у вас уже зникне всяке почуття самоприниження і ви будете знати, що ви – прояв Єдиного Життя, і, що за вами стоїть сила, могутність і велич космосу. Почніть зі свідомості вашого істинного Я, а потім вправляйте свій розум за допомогою наступних методів.

Словесні обриси. Важко розуму зводити свої будови навколо якої-небудь ідеї, якщо вона не виражена словами. Слово є центр ідеї подібно тому, як ідея є центр розумового образу, а розумовий образ – центр зростаючої розумової звички. Тому йогини завжди надають великого значення вживанню слів при виробленні тих або інших бажаних рис характеру. У тій частині випадку, про який іде мова, ми порадили б вам тримати перед очима кілька слів, що кристалізують головну думку, а саме: «Я єсмь»; мужність; упевненість у собі; почуття власної гідності; твердість; рівність. Запам'ятайте ці слова у вашій пам'яті, а потім спробуйте встановити у вашому розумі чітке поняття про значення кожного слова так, щоб кожне з них являло собою живу ідею, коли ви його вимовите. Остерігайтеся повторювати їх, мов папуга або фонограф. Нехай значення кожного слова стоїть ясно перед вами, щоб, повторюючи його, ви відчували його значення. Повторюйте слова якнайчастіше, тільки-но наспіє нагода, і ви незабаром зауважите, що вони діють на вас, немов сильний розумовий тонізуючий засіб, який зміцнює і збуджує енергію. І щораз, коли ви змістовно повторили ці слова, знайте, що ви вже зробили щось для розчищення того розумового шляху, по якому маєте намір подорожувати.

Вправи. У вільну хвилину, коли ви можете віддаватися «денним мріям» без шкоди для своїх життєвих справ, дайте простір своїй уяві і уявіть себе ніби вже власником якостей, зазначених у вищепойменованих словах. Уявіть, начебто ви перебуваєте у найскрутнішому становищі й використовуєте бажані якості, проявляєте їх цілком; начебто ви відмінно виконуєте свою роль, виявляючи ці якості. Не соромитися віддаватися цим мріям: вони служать провісниками того, що має за ними йти і ви, ніби лише репетируєте вашу роль напередодні вистави. Практика веде до вдосконалення і, якщо ви звикнете діяти певним чином у вашій уяві, вам легше буде виконати свою роль, коли настане день справжнього діяння. Багатьом з вас це може здатися хлоп'яцтвом, але якщо у вас є знайомий актор, запитайте його – він напевно порадить вам те ж саме. Він вам скаже, що практика дає людині в цьому сенсі і підтвердить, що репетиції так міцно закарбовують у розумі характер якої-небудь діючої особи, що потім буває важко від нього відсторонитися. Ретельно вибирайте ту роль, яку ви бажаєте грати – той характер, який ви бажаєте

назвати своїм – і міцно встановивши його у вашому розумі, вправляйтеся, вправляйтеся і вправляйтеся. Тримайте ваш ідеал постійно перед собою і намагайтеся вирости в нього; терпінням і наполегливістю ви доможетеся успіху.

Мало з тим. Не обмежуйте ваших вправ простими, частковими репетиціями; вам потрібні й генеральні, і публічні репетиції. Тому, коли справа буде вже на ходу, впроваджуйте зростаючі у вас звички характеру у ваше щоденне життя. Спочатку пробуйте ваші сили на маленьких, незначних справах і ви побачите, що спроможні здолати утруднення, які раніше вас турбували. Ви будете усвідомлювати, що у вас зсередини росте сила і могутність і, що ви вже зовсім інша людина. Виражайте вашу думку в дії, тільки-но представиться зручна нагода, але не намагайтеся штучно створювати ці нагоди для того, аби пробувати свої сили; не змушуйте, наприклад, людей просити вас про яку-небудь послугу для того лишень, щоб ви могли сказати «ні». Випадки самі собою представляться. Звикайте дивитися людям в очі й відчувати, що за вами, і в вас самих – сила. Ви незабаром зможете розрізнити істинну людину за маскою її особистості та зрозумієте, що вона є лише часткою Єдиного Життя, яке дивиться на іншу таку ж частку і, що, отже, вам немає чого боятися. І таке усвідомлення вашого істинного Я дасть вам можливість триматися холоднокровно, з гідністю у важкі хвилини життя, якщо тільки ви відкинете ваш помилковий погляд на вашу особистість. Забудьте на час про самого себе – про вашу незначну особистість і зверніть вашу увагу на світове Я, частку якого ви становите. Усе, що дотепер вас мучило, стосується лише вашого особистого життя, і все це – примара – з погляду світового життя.

Вводьте якнайчастіше світове життя у ваше повсякденне життя; світове життя входить у нього так само, як і всюди й, зрештою, воно виявиться твердиною і притулком для вас у тривожні хвилини вашого ділового життя.

Пам'ятайте завжди, що Я – володар своїх розумових станів та звичок і, що воля – безпосереднє знаряддя Я і завжди готова до його послуг. Нехай ваша душа буде повна сильного бажання прищепити собі ті розумові звички, які зроблять вас сильним. Мета природи – створювати сильні індивідуальні вираження її самої і вона з радістю буде допомагати вам стати сильним. Людина, яка бажає стати сильною, завжди знайде за собою могутні сили, які допоможуть їй у її роботі, бо хіба вона не сприяє здійсненню однієї з улюблених цілей природи, через яку вона боролася багато століть? Усе, що сприяє здійсненню й вираженню вашого панування, прагне додати вам сили й надати у ваше розпорядження допомогу природи. Ви можете спостерігати у вашому щоденному житті, що природа воліє сильних індивідуумів і з захватом підштовхує їх уперед. Під словом панування ми, звичайно, розуміємо панування над своєю власною нижчою природою, достоту так само, як і над зовнішньою природою. Я – володар; не забувайте цього і постійно повторюйте це. Хай буде з вами мир.

Мантра (твердження)

Я володар моїх розумових звичок; я контролюю мій характер. Я хочу бути сильним і кличу всі сили моєї природи до себе на допомогу.

Читання 12. Вплив підсвідомого розуму

У цьому читанні ми хочемо торкнутися тої риси підсвідомого мислення, про яку багато писали на Заході протягом останніх двадцяти років. Багато хто її не зрозумів і дуже багато хто нею зловживав. Ми говоримо про так звану «силу думки». Це – цілком реальна сила і нею, як і всякою іншою силою природи, можна користуватися належним чином і застосовувати її в повсякденному житті. Тим часом, багато хто, вивчаючи сили розуму, зловживають ними в егоїстичних і низьких цілях та опускаються до практики, гідної лише послідовників шкіл «чорної магії». Ми чуємо з усіх боків про те, що вдаються до «впливу» на інших цими силами природи, з цілями егоїстичними й часто навіть низькими, причому особи, які користуються цими силами, очевидно зовсім незнайомі з тими окультними законами, які ними приводяться в дію, і не усвідомлюють, яка жахлива відплата неминуче осягає тих, хто вдається до цієї негативної форми користування силою думки. Разюче, як те неучтво проявляється, зазвичай, щодо природи і наслідків неправильного користування силою думки, так і те, наскільки поширені подібні зловживання нею з егоїстичними цілями. Це тим більше сумно, що справжній окультист знає, що цілком зайве вдаватися до таких прийомів навіть тим, хто хоче користуватися розумовими силами заради «успіху». Є належний спосіб користування розумовими силами, також як є і неналежний спосіб, і ми сподіваємося, що нам вдасться в цьому читанні цілком з'ясувати це питання.

У нашому першому курсі («Основи світоспоглядання індійських йогинів») у декількох читаннях, названих: «Динаміка думки», «Телепатія» та інші, а також «Психічний вплив», ми дали загальне поняття про дію одного розуму на інші розуми, і багато письменників звернули на ці ж факти увагу західної публіки. Загальний інтерес було посилено до цієї сторони теми, особливо в останні роки, і багато дивних теорій було запропоновано вченими шкіл-

суперників. Однак незважаючи на суперечливі теорії, усі сходяться в головних фактах – усі тієї думки, що, користуючись розумовими силами, можна нанести шкоду й собі, й іншим, і, що багато, хто цим займається з корисливих мотивів, цілком виправдуючи себе і не розуміючи, що застосовуючи подібні прийоми, вони тчуть навколо себе павутину із психічних причин і наслідків, яка їх обплутує.

Отже, ми із самого початку бажали б закарбувати в розумі наших читачів, що якщо, з однієї сторони й безсумнівно, що на людей, які не усвідомлюють джерела сили в самих собі, можуть шкідливо діяти інші, проявляючи ту розумову силу, про яку йде мова, то однаково вірно й те, що, якщо людина усвідомила в самій собі Я, котре становить єдину реальну її частину – неприступну міць сили – оплот проти всякого нападу, то їй не може нанести шкоди подібна дія. Немає ніякого приводу для всього цього страху, який проявляється багатьма дослідниками сили думки на Заході, які вічно бояться, як би інші не впливали на них вороже. Чоловік або жінка, що усвідомили в собі Я, можуть найлегшим зусиллям волі оточити себе розумовою атмосферою, здатною відіпхнути уявні хвилі, що виходять від розумів інших людей. Мало того, постійне визнання свого Я, щоденне міркування про це протягом кількох хвилин саме по собі створить таку атмосферу й наділить її такою життєвістю, що вона буде відганяти всяку ворожу думку і змусить її повернутися до свого першоджерела, де вона послужить гарну службу – приведе заблудлий розум, що випустив її на світло боже, до того переконання, що подібні прийоми шкідливі і їх варто уникати.

Це визнання свого Я, про яке ми говорили в перших читаннях цієї серії, є найкращий і єдино реальний спосіб самозахисту. Це неважко зрозуміти; варто тільки згадати, що весь цей феномен розумового впливу стосується примарної сторони життя – до негативної сторони – і, що реальна, позитивна сторона, по необхідності повинна бути сильніше. Ніщо не може нашкодити реальному в вас, і чим ближче ви підходите до реального, чим яскравіше усвідомите й чим ясніше зрозумієте його, тим сильніше ви стаєте. У цьому весь секрет. Подумайте про це гарненько.

Проте, адже порівняно мало на світі людей, здатних увесь час твердо триматися свідомості свого Я; інші ж вимагають допомоги під час зростання цієї свідомості. Таким суб'єктам ми сказали б: «Наближайтеся наскільки можливо до усвідомлення вашого Я, як реальності, і нехай ваші розумові ноги твердо стоять на скелі цього реального Я. Якщо ж ви відчуваєте, що люди, обставини або речі шкідливо впливають на вас, сміливо відстоюйте себе і заперечуйте цей вплив. Скажіть щось наступне: «Я заперечую владу людей, обставин або речей, що погано впливають на мене. Я стверджую мою реальність, силу і панування над усім цим». Ці слова можуть здатися дуже простими, але якщо їх вимовити з усвідомленням істини, яка в них є, то вони придбають могутню силу. Ви звичайно розумієте, що немає ніякої магічної сили, або чарів у самих словах, тобто в сполученні букв, котрі утворюють слова, у звуці слів – уся сила в ідеї, виразниками якої служать ці слова. Ви здивуєтеся, яку сильну дію вчинить ваше твердження на навколишні вас шкідливі впливи. Якщо ви, котрий читає ці рядки, відчуваєте на собі ворожий або гнітючий вплив, устаньте, випряміться, підніміть голову і сміливо, безстрашно дивлячись уперед, твердо, з вірою вимовте ці слова, і ви відчуєте, як шкідливий вплив зник, немов хмара навч відступила перед вами. Спробуйте виконати це зараз же, перш ніж продовжите читати далі і ви відчуєте новий приплив сили і потуги.

Ви цілком праві, заперечуючи в такий спосіб ворожий вплив. Ви маєте повне право відганяти від себе загрозливі або гнітючі уявні хмари. Ви маєте повне право зайняти ваше місце на скелі істини – вашого реального Я – і домагатися свободи. Ці негативні думки, що виходять від оточуючих людей взагалі, і у деяких людей зокрема, належать темній стороні життя, і ви маєте право намагатися звільнитися від них. Ви не належите до тієї ж сторони життя, і ваше право – ваш обов'язок – відігнати їх і змусити зникнути з вашого обрію. Ви – дитя світла, і ваше право – ваш обов'язок – захищати вашу свободу від натиску п'тьми. Ви просто захищаєте істину, коли затверджуєте вашу перевагу й ваше панування над цими темними силами. І пропорційно вашому визнанню й вірі, буде у вашому розпорядженні й сила. Віра й визнання роблять із людини бога. Якби тільки ми могли цілком визнати й зрозуміти, що ми таке справді, ми могли б піднятися вище всієї цієї площини негативного, темного світу думки. Але ми так осліплені й приголомшені думкою про острах і слабкість, так загіпнотизовані цією останньою, про яку нам повторюють з усіх сторін, що навіть найкращі з нас ледве-ледве можуть уникнути тимчасового падіння назад, у безодню зневіри й розпачу. Не забувайте однак, брати й сестри, що ці падіння стаються усе рідше і тривають більш короткий час. Помалу ми зовсім позбудемося їх.

Скажуть, мабуть, що ми надаємо занадто велике значення негативній стороні питання, але ми відчуваємо, що прийшов час заговорити про нього, і що багатьом із наших читачів це буде на користь. Так багато говорилося про негативну, ворожу силу думки, що не зайве знати всім – у владі кожного з нас, піднятися над усім цим і знаряддя перемоги вже у наших руках.

Навіть людина високорозвинена у духовному відношенні, може випадково забути, що вона вище ворожого впливу шкідливих думок, створюваних людством взагалі та інших хмар думки, які перебувають у неї по сусідству. Коли подумаєш, як мало людей посилають позитивні, повні надій, уявні хвилі і навпаки, як багато хто постійно

посилає думки страху, зневіри й розпачу, то немає чому дивуватися, якщо часом на нас знаходить почуття зневіри, безпорадності та усвідомлення марності наших зусиль. Але ми повинні бути завжди насторожі, щоб боротися й заперечувати існування всього цього, наскільки це стосується нашого особистого світу думок. Ця остання фраза містить у собі дивну окультну істину. Адже ми самі творці, охоронці та руйнівники нашого особистого світу думок. Ми можемо внести в нього те, що бажаємо, можемо зберігати там, що хочемо, культивуємо, розвиваючи, розгортаючи уявні форми, які бажаємо, і можемо знищити те, що хочемо викинути звідти. Я – володар свого світу думок. Подумайте про цю велику істину, читачу. Бажанням ми можемо викликати до життя, твердженням ми можемо зберегти й заохотити, запереченням ми можемо зруйнувати.

Народна релігія індусів зображує Єдину Істоту у вигляді Трійці: Брахми – творця, Вішну – охоронця і Шиви – руйнівника; це не три боги, як зазвичай гадають, а Трійця, яка складається із трьох аспектів Божества або Буття. Ця ідея про потрібне буття застосовна також до індивідуума; «як нагорі, так і внизу». Я є суть індивідуума, а світ думок – його прояв. Воно створює, зберігає або руйнує за своїм бажанням. Не розлучайтеся з цією ідеєю і намагайтеся переконати себе, що ваш індивідуальний світ думок є ваше власне поле прояву, у якому ви постійно творите, постійно зберігаєте, постійно руйнуєте. І якщо ви можете зруйнувати що-небудь у вашому світі думок, тим самим ви видалите це з вашого поля діяльності, наскільки це вас стосується. А якщо ви створюєте що-небудь у вашому власному світі думок, ви вводите це в коло дії, наскільки це вас стосується. Якщо ви зберігаєте що-небудь, ви тримаєте це при собі, щоб воно проявляло свою дію і свій вплив на ваше життя. Ця істина стосується вищих фазисів питання, бо його пояснення тісно пов'язане з поясненням «речі в самій собі» – Абсолюту і його проявів. Але навіть цього, що нами сказано вище, досить, аби спонукати вивчаючого предмет ухопитися за ці факти й застосувати ці принципи у своєму власному житті.

Якщо людина живе в площині повсякденної людської думки, вона підкоряється її законам, бо закон причини й наслідку зберігає свою силу в кожній життєвій площині. Але якщо вона піднімається вище повсякденного людського мислення, прагнучи до площини визнання свого реального Я, тоді вона звільняється від нижчих проявів закону причини й наслідків, і вже займає місце у вищій площині причинності, де вона грає набагато більш високу роль. Ми і нагадуємо вам постійно, що ваш оплот, ваш притулок перебуває у вищій площині. Проте ми повинні тут мати справу із законами нижчої площини, бо далеко не всі здатні втриматися винятково у вищій площині. Більшість же людей лише час від часу піднімаються до неї і тому, живуть частково в одній, частково в іншій площині; у результаті виникає боротьба законів зіткнення обох площин. Цей панівний у наш час щабель – найважчий на шляху до досягнень: він нагадує страждання при пологах. Адже ви вже народжуєтесь для життя у вищій площині; страждання, після найсильнішого приступу, почнуть стихати і нарешті цілком припиняться, і потім наступлять мир і спокій. Коли страждання досягнуть найсильнішого ступеня, тіште себе думкою, що це криза вашого нового духовного народження, яка незабаром мине і ви тоді побачите, що заради придбаного спокою, заради такого блаженства варто було стерпіти страждання і боротьбу. Будьте мужні, друзі, які прямують Шляхом; звільнення близько. Незабаром наступить тиша, що зазвичай іде за бурєю. Пройдені вами страждання – ми чудово знаємо, що ви їх зазнаєте – даються вам не на кару: це – неминуче явище вашого зростання. Усяке життя йде за цим планом: страждання під час трудів або під час пологів завжди передують звільненню. Таке життя, а життя засноване на Істині, і все гаразд у цьому світі. Ми не думали говорити про все це в цьому читанні, але в той час як ми пишемо, до нас доносяться лементи про допомогу і благання тих, хто бажав би почути підбадьорливі слова, які дають їм надію; і ми вважаємо себе зобов'язаними відповісти, що ми й робимо. Хай буде мир з усіма вами.

А тепер ми почнемо розглядати закони, які керують тим, що ми назвали «впливом підсвідомого розуму».

Всім, хто вивчає окультизм відомо, що чужі думки можуть сильно впливати на людей і дійсно впливають на них. І це не лише в тих випадках, коли думки спрямовані від одного розуму до іншому, але навіть і тоді, коли такий спеціальний намір або напрямок посланої думки відсутній. Вібрації думок довго ще залишаються в астральній атмосфері після того, як було зроблено зусилля послати думку. Астральна атмосфера насичена вібраціями думок, що були надбанням людей багато років тому й, що володіють, до цих пір, достатньою життєвістю, аби діяти на тих, хто в цю хвилину готовий сприйняти їх. І ми всі залучаємо до себе вібрації думок, що відповідають по природі своїй тим, до яких ми звикли. Закон притягання в повній силі, доказом чому служать численні приклади.

Ми приваблюємо до себе уявні вібрації, зберігаючи й підтримуючи думки певного напрямку. Якщо ми маємо звичай думати про все веселе, світле – словом, дивимось на все оптимістично – ми залучаємо до себе такі ж уявні вібрації інших і незабаром же зауважуємо, що підбадьорливі думки, всякого роду, ллються в наш розум з усіх боків. Точно так само, якщо ми живимось похмурими, песимістичними думками, ми відкриваємо у свій розум доступ таким же точно думкам, які виходять із інших розумів. Гнівні, ненависницькі або ревниві думки залучають до себе такі ж точно думки, які й живлять полум'я і підтримують вогонь цих низьких почуттів. Любовні думки прагнуть залучити до нас такі ж любовні думки інших, які й наповнюють нас любовним запалом.

І не тільки таким шляхом діють на нас думки інших, але в цьому питанні про підсвідомий вплив, велику роль грає і те, що нам відомо під назвою «навіювання». Ми зауважуємо, що наш розум прагне відтворювати настрої, щиросердечні хвилювання, відтінки думки й почуття інших людей, проявлені їхньою поставою, зовнішнім виглядом, виразом обличчя або словами. Якщо ми спілкуємося з людьми похмурого темпераменту, ми ризикуємо, за законом навіювання, «заразитися» їхньою внутрішньою тривогою, хіба що нам відомий цей закон і ми можемо йому протидіяти. І бадьорий, веселий настрій так само заразливий і, якщо ми перебуваємо в товаристві веселих людей, ми теж схильні перейняти їхній розумовий настрій. Це правило застосовне і до спілкування з щасливцями та невдахами. Якщо ми дозволяємо собі сприймати навіювання, що постійно від них ідуть, то ми незабаром зауважуємо, що наш розум починає відтворювати їхній тон, поставу, настрої, характерні риси, і трохи згодом ми вже будемо жити з ними в одній і тій же розумовій площині. Все це, як ми вже не раз повторювали, має місце тільки якщо ми дозволяємо собі «сприймати» ті або інші враження. Тож, усякий, хто не оволодів законом навіювання і не розуміє його принципів, більш-менш підвладний його дії. Кожний з вас, звичайно, бував свідком такого виду впливу одних осіб на інших, з якими ті стикалися: один уміє навіювати силу та енергію тому товариству в якому обертається; інший приводить у зневіру навколишніх і його уникають, як якогось «гасителя усякої радості»; третій своєю недовірою, підозрілістю, лукавством вселяє занепокоєння в близьких. Деякі носять із собою атмосферу здоров'я, інші – хоча на вигляд і цілком здорові – начебто оточені хворобливою аурую. Розумові стани якось непомітно підкорюють нас своїм впливом і хто вивчає це питання тому варто лише ближче придивитися до тих, з ким він стикається, аби придбати, стосовно цього, вагомий досвід.

Безперечно зрозуміло, що є величезна різниця в ступені підпорядкування навіюванню різних суб'єктів. Одні майже вільні від цього, інші, навпаки, настільки постійно, свідомо або несвідомо, підкоряються навіюванню інших, що в них навряд чи знайдеться одна своя власна, незалежна думка або бажання. Але майже всі люди більш-менш піддаються навіюванню.

Із усього сказаного нами не слід робити висновки, що всяке навіювання погане, шкідливе або небажане. Навпаки, багато навіювань дуже корисні і якщо з'являються вчасно, часто допомагають нам. Проте добре було б завжди пропускати ці навіювання крізь власний розум, перш ніж вони перейдуть у підсвідому його частину. Нехай остаточне рішення буде результатом вашої власної, а не чужої волі, хоч ви б і прийняли до уваги зовнішнє навіювання, що стосується даного питання.

Ніколи не забувайте, що ви – індивідуум, що у вас є власний розум і власна воля. Міцно тримайтеся усвідомлення вашого Я і ви зможете протиставити дивовижну силу ворожим навіюванням інших. Будьте вашим власним навіювачем; тренуйте самі ваш підсвідомий розум, впливайте на нього і не дозволяйте чужому навіюванню втручатися в це. Вирощуйте в собі почуття індивідуальності.

В останні роки в західній літературі багато писали про дію розумового настрою на успіх і досягнення в справах матеріальних. Хоча багато чого в цих думках являє собою лише плоди нічим не стримуваного польоту фантазії, але все ж, в основі всього цього лежить досить міцний субстрат істини.

Безсумнівно, переважаючий розумовий настрій людини постійно проявляється і об'єктується в її житті. Речі, обставини, люди, плани – все, очевидно, пристосовується до загального ідеалу яскраво вираженого розумового вигляду людини. І все це – чинність розумового закону, що проявляє свою дію в багатьох напрямках.

Насамперед, розум, спрямований до досягнення певних цілей, жваво відшукує все, дотичне до цих цілей – швидко схоплює, які ж речі, обставини, особи, ідеї та факти можуть сприяти досягненню цих його цілей. Хто шукає факти, спроможні довести теорії, що захищені ним, завжди знаходить їх і при цьому, досить імовірно, пропускає ті, які спростовують його теорію. Проходячи по тим самим вулицям, обоє і оптиміст, і песиміст, натрапляють на тисячі прикладів, що відповідають їхнім ідеям. Кей говорить: «Коли людина шукає яку-небудь річ, якщо тільки зображення цієї речі ясно окреслюється в її розумі, вона неодмінно її знайде і, ймовірно, у такому місці, на яке інакше вона б не звернула уваги. Коли людина думає про який-небудь предмет, до неї з усіх боків стікаються уявлення про речі, що нагадують цей предмет, або стосуються його, або висвітлюють його». Про розум, по справедливості, можна сказати те ж саме, що було сказано про око, що «воно бачить тільки те, що вводить у поле свого зору». За словами Джона Берроу, «Ніхто ніколи не бачив блукаючої папороті, крім тих, у кого вона була на думці. Людина, у якої очі повні індійських реліквій, підбирає їх на будь-якому полі, по якому проходить. Їх неважко розпізнати, коли очам доручено їх знайти».

Коли розум твердо тримається певного ідеалу або мети, всі його різноманітні сили хиляться до здійснення і прояву цього ідеалу. Він буде усякими шляхами намагатися об'єктувати суб'єктивний розумовий настрій, причому більша частина розумового зусилля впаде на підсвідомий розум. Надзвичайно важливо, щоб той, хто бажає досягти успіху в якій-небудь справі, мав завжди перед своїм розумовим оком відлучене зображення того, чого він бажає. Він повинен намалювати у своїй уяві й бажане і самого себе, який, наче одержує це бажане так, що воно вже стає майже

здійсненим. У такий спосіб він закликає до себе на допомогу всю свою розумову силу й міць, звертаючись до своєї підсвідомості і, ніби розчищає доріжку по якій йому доведеться йти для здійснення своєї справи. Із цього приводу Бен говорить: «Беручись до спорудження нової будівлі, ми повинні дати собі чітке уявлення про те, що саме хочемо будувати. Якщо в нас перед очима чітка і зрозуміла модель, ми на шляху до успіху; якщо ж наш ідеал неясний і неточно визначений, ми також коливаємося і зазнаємо невдачі». Модслі висловлює наступне: «Ми не можемо довільно зробити яку-небудь дію, поки ми не знаємо що ми будемо робити, а ми не знаємо достоту, що ж ми будемо робити, поки не навчимося робити це». Карпентер говорить: «Тривале зосередження уваги на якій-небудь думці дає їй силу панувати не тільки над розумом, але й над тілом». Мюлер визначає, що «Упевненість у нашій силі надає їй сили нашим рухам. Той, хто впевнений, що доможеться чогось за допомогою м'язової сили, легше впорається, ніж той, хто не такий упевнений у своїй силі». Таннер говорить: «Хто твердо вірить в успіх, той майже вже його досяг. Розповідають незвичайні речі про вплив волі навіть на мимовільні рухи м'язів».

Багато західних письменників підтверджують істинність принципу Йоги, яка стверджує, що всяка думка прагне здійснитися в дії. Кей пише: «Чітке й точне уявлення про те, що ми бажаємо зробити і як воно має бути зроблено, має величезну цінність і значення в усіх життєвих справах. Цілком природно, що поведінка людини відповідає думкам, які панують у її розумі, і ніщо так не сприяє успіху в житті, як наявність високого ідеалу, котрий ніколи не випускається з виду. За таких умов успіх майже забезпечений. Часто йому сприяють і зненацька сформовані обставини, і навіть те, що спочатку здавалося несприятливим для нього, зрештою допомагає йому. Маючи постійно на виду наш ідеал, ми завжди напоготові використовувати всяку обставину, що представилася сприятливою для нього». З того ж приводу Фостер сказав наступні чудові слова: «Дивно, як навіть випадковості життя схиляються перед розумом, який не має наміру схилитися перед ними, і допомагають здійсненню плану, котрий спочатку вони загрожували зруйнувати. Коли людина визнана такою яка має твердий, рішучий розум, цікаво бачити, як довкола неї розчищається ґрунт і їй надають простір і повну свободу. Приведемо також сказане із цього приводу Симпсоном: «Жагуче бажання і незламна воля можуть творити дива або те, що здається дивами людям холодним і слабким». А Модслі віддає належне повній прагнень молоді в таких висловах: «У такий спосіб прагнення часто бувають пророцтвами, провісниками того, що з людини вийде, коли їй надасться можливість діяти». І ми можемо закінчити всі ці свідчення словами Літтона: «Мрій, о юносте, мрій мужньо і шляхетно, і твої мрії виявляться пророчими».

Цей принцип могутності розумового образу вчителі-йогини намагаються закарбувати в розумі своїх учнів або, як вони в них називаються, «чела». Їм кажуть, що подібно тому, як будинок будується згідно із планом архітектора, так і життя людини складається згідно з переважним у ньому розумовим образом. Розум підсвідомо формується навколо переважного розумового образу або розумового настрою і потім продовжує вибирати із зовнішнього світу матеріал для будівлі, який і працює згідно плану. Не тільки характер створюється таким шляхом, але й умови та обставини життя дотримуються цього правила. Йогини посвячують учня у таємниці могутності розуму в цьому напрямку не для того, щоб він скористався своїми знаннями заради створення матеріального успіху, заради здійснення своїх особистих бажань – навпаки, його навчають уникати всього цього – але для того, щоб він умів розбиратися в законах, які діють довкола нього. І людям, які ретельно займаються окультизмом, відомий той факт, що ті деякі, котрі досягли незвичайного ступеню розвитку, користуються цією силою для того, щоб допомагати людству. Не один світовий рух був спрямований розумом деяких із цих видатних людей, здатних побачити ідеал еволюції, випередивши в цьому все людство, і побачивши його, і зосереджено міркуючи про нього, істотно просунули вперед еволюційну хвилю і змусили проявитися тому, що вони бачили і про що міркували.

Правда, деякі окультисти користувалися тими ж засобами заради своїх особистих, егоїстичних цілей, часто не цілком розуміючи ті сили, які вони пускали в хід; але це лише ще раз підтверджує давно відомий факт, що сили природи можуть бути вживані правильно і неправильно. Тим більше цією могутньою силою повинні користуватися у своїй роботі ті, які бажають рухати людство вперед і допомагати світовій еволюції. В успіху немає нічого негожого, незважаючи на те, що багато хто витлумачували і застосовували це слово таким чином, що здавалося, начебто воно й не має іншого значення, крім того, якого зазвичай йому надають, позначаючи ним досягнення грубих, матеріальних, егоїстичних цілей. Але це не що інше, як зловживання цим словом. Західні народи виконують свою роль в еволюції людства і їхній основний тон, їхнє гасло – «зробити якнайбільше». Ті, які піднялися так високо, що можуть дивитися на людей, як ми дивимося на долину з вершини гори, ті розуміють, що значить ця напружена діяльність Заходу. Вони бачать могутні сили в повній дії; могутні принципи створюються тими, хто мало думає про повне значення того, що вони роблять. Найважливіші питання стоять зараз перед західними народами; відбуваються дивні зміни, і вже близький їхній час: народжується щось велике. Чоловіки та жінки Заходу відчувають непереборну потребу «зробити що-небудь», взяти діяльну участь у великій драмі життя. І вони праві, повністю задовольняючи цю потребу й користуючись для цього всякими законними засобами. У цій боротьбі за успіх, одним з найбільших факторів є ідея могутнього впливу розумового настрою або розумового образу.

Ми не будемо тут докладно говорити про способи досягнення «успіху». Про це можна мати відомості з багатьох інших джерел; ці ж читання мають інше призначення, а саме: ми хочемо вказати нашим читачам, яке значення криється в цій напруженій діяльності, що проявляється народами Заходу в наше століття і, який керівний принцип лежить в основі цих сучасних прагнень. Усе, що було створено великого у світі речовинному, зобов'язано своїм походженням силі розуму. Люди починають розуміти, що думка проявляється в дії і, що вона залучає до себе речі, людей і обставини, які гармоніюють із нею. Сила розуму починає проявлятися сотнями шляхів. Силу бажання, підтримувану вірою й волею, починають визнавати однією з найбільш відомих людям динамічних сил. Життя людства вступає у новий і досить дивний період розвитку та еволюції, і в найближчі роки буде усе більше й більше з'ясовуватися та істина, що розум є великий принцип, який лежить в основі речей і подій світу матеріального. Керівники світової думки визнають уже, що афоризм «Усе є розум» не є лише мрійлива, метафізична фраза.

Як ми вже говорили, великі зміни випадають світу і людству, й щороку наближаємося до них. По суті, початок уже в наявності. Нехай будь-який мислитель подумає про зміни, які відбулися в останні шість років, коли вже наступило двадцяте сторіччя, і він проявить безсумнівну тупість, якщо не помітить, який напрямок приймають справи. Ми входимо в новий великий цикл людства і все старе, віджило, скидається, як стара, зношена шкіра. Людство переросло старі умови, ідеали, звичаї, закони, етику, старі соціологічні, теологічні, філософські, економічні й метафізичні поняття, і готове покінути з ними. Величезний казан людської думки кипить щосили і багато чого піднімається із дна на його поверхню. Як і все велике, гарні зміни з'являються із труднощами – пологи завжди супроводжуються стражданнями. Людство зазнає страждання, тривоги, але не знає, яка в нього хвороба й чим її лікувати. Навіть тепер ми часто зауважуємо неправильно поставлений діагноз і недоцільні медичні приписи, а чим далі, тим це буде очевидніше. Багато самозваних рятівників людства, цілителів душевних і розумових страждань, підніметься і впаде, але із усього цього вийде те, чого в цей час чекає людство.

Прийдешні для нас зміни так само великі, як зміни в думці та житті, описані Уеллсом у його останньому романі, названому «У дні комети». По суті, він у цій історії описує деякі з тих самих змін, про які, як про прийдешні, пророкували видатні розуми, і пророча проникливість вищезгаданого письменника здається чимсь дивовижним, поки не зрозумієш, що якась вища сила саме його використовувала, як частину розумового механізму прийдешньої великої зміни. Але зміна відбудеться не від появи нового газу внаслідок зачіпання Землею хвоста минаючої комети, а від розвитку людського розуму, до чого ми вже йдемо. Хіба з кожним днем усе більше й більше не виявляється розумове занепокоєння, тривога? Страждання підсилюється, і люди починають хвилюватися, нарікати і стогнати. Вони не знають, чого хочуть, але вони страждають і хочуть, щоб що-небудь полегшило їхні страждання. Все старе починає хитатися й падати, і ідеї, освячені часом, з разючою нешанобливістю змітаються убік. Ми чуємо немов стогін, що лунає звідкись. То нові ідеї та принципи, сховані під покривом нашої цивілізації, напружують усі сили, щоб пробити собі дорогу до площини прояву.

Люди мечуться в усі боки, закликаючи до себе керівника й рятівника, пробують то одне, то інше, але не знаходять того, що шукають. Вони волають, вимагаючи задоволення своїх прагнень, але не отримують його. А тим часом всі ці пошуки і розчарування становлять частину великої зміни і готують людство до того, що має прийти. Однак полегшення принесуть не зовнішні умови, не речі – воно прийде зсередини. Цілком так, як у романі Уеллса все прийшло до ладу, коли людські розуми очистилися парами комети, так і тут, все стане на своє місце, коли розум людський очиститься внаслідок нового еволюційного процесу, початок якому вже покладено. Люди починають відчувати страждання ближнього; їх уже не задовольняє колишнє правило «Кожний за себе і до біса відсталих»; воно було до душі людям успіху, але тепер і їм не подобається. Ці люди, які стоять нагорі, починають відчувати свою самотність, невдоволення; їхній успіх чомусь бентежить їх. А в душі у тих, які стоять унизу, ворухаються якісь дивні бажання, жагучі пориви і вони теж відчують незадоволеність. Виникають нові тертя, раптово висуюються вперед нові, разючі ідеї, що захищаються цими людьми і заперечуються іншими.

Стосунки між людьми очевидно незадовільні. Старі правила, договори, зобов'язання набридли. У людських головах копошаться якісь страшні, дикі, нові думки, якими власники їх бояться поділитися зі своїми приятелями, а тим часом у приятелів виявляються ті ж самі думки. Так чи інакше, а підставою всьому цьому служить свого роду чесність; так ось у чому, очевидно, корінна причина всієї цієї тривоги: люди втомилися від лицемірства й безчесності, що в'їлися в усі людські стосунки, і волають, щоб їх вели назад до істини й до чесності, в думці та в дії. Але вони не бачать виходу і не побачать його, поки людський розум не розвинеться ще більше. А страждання, що супроводжує цей новий розвиток, хвилює людство до самої глибини. Із глибоких звивин людського розуму піднімаються на поверхню старі пристрасті, пережитки печерної епохи й усякого роду потворні розумові залишки минулого. І вони все будуть підніматися, поки нарешті киплячий казан не почне заспокоюватися, і тоді знову настане мир, і на поверхню підніметься найкраща есенція всього досвіду людства.

Нам хотілося б сказати нашим читачам: Ідучи під час боротьби на чолі людства, виконуйте як треба вашу роль, чиніть якнайкраще, живіть день у день, мужньо й довірливо зустрічаючи кожну нову фазу життя. Не спокушайтеся зовнішнім виглядом, не слідуйте за невідомими пророками. Нехай еволюційний процес відбудеться, а ви зустрінетеся із хвилиною без боротьби й без судомних зусиль. Закон робить свою роботу добре – будьте в цьому впевнені. Ті, які хоча б почасти зрозуміли й визнали Єдине Життя основою всього, побачать, що вони будуть ніби обраним народом під час змін прийдешніх людству, що працею і стражданнями домагається того, чого вони досягли. І сила, яка стоїть за законом, понесе їх уперед, бо вони будуть служити дріжджами, просвіщаючи людські маси, коли настане ера нового одкровення. Не справою, не дією, а думкою будуть вони повчати народ.

Думка навіть і тепер працює, і всі ті, хто читає ці рядки, виконують свою частину в цій роботі, хоча, можливо, і несвідомо. Якби людство сьогодні осягло й визнало істину про Єдине Життя, як основу, зміна відбулася б в одну мить. Але цього не трапиться. Коли людство поступово дійде до цього розуміння, до цієї нової свідомості, усе на землі займе своє належне місце, і лев з ягням будуть мирно лежати друг біля друга.

Ми вважали своїм обов'язком поговорити про це в останнім читанні цього курсу. Ці слова необхідні – вони будуть указувати шлях тим, хто вміє читати. «Зорійте ніч і чекайте тиші, що завжди наступає слідом за бурею».

У цій серії читань ми намагалися дати вам прості, практичні поняття про деякі найбільш важливі риси «Раджа-йоги». Але якою б значною і цікавою не була ця сторона теми, вона не головна у великому вченні Йоги. Це просто підготовка розуму до сприйняття подальшого вчення. Найвища з різних фаз Йоги – «Джнани-йога», шлях мудрості, хоча кожний із нижчих щаблів сам по собі має значення. Тепер ми наближаємося до тієї фази нашої роботи, до якої давно прагнули. Керівники нашої роботи радили нам почати з більш простих фаз, щоб підготувати розуми тих, хто може зацікавитися цим вченням і побажає йти далі. Часом нами опановувало нетерпіння – хотілося скоріше дожити до того дня, коли ми змогли б навчати вищому, що самі знаємо. І ось тепер, очевидно, настав цей час. Продовжуючи цей курс, ми починаємо нову серію читань про «Джнани-йогу» – про шлях мудрості – у якому ми викладемо вище вчення про Реальне і його прояви – про Єдине і множинне. Вчення про те, що «усе є розум» буде пояснено таким чином, щоб усі, хто слідували за нами дотепер, зрозуміли його. Ми повідомимо вам вищі істини про духовну еволюцію, іноді названі «перевтіленням», а також про так звану «карму», тобто про прояв закону причинності у світі духовному. Найбільші істини про ці важливі питання часто затемнюються неправильним уявленням про них у людей, внаслідок їхньої непоінформованості. Ми сподіваємося, що ви, наші читачі, побажаєте слідувати за нами усе вище й вище – вище того, до чого ми з вами дійшли, і ми можемо запевнити вас, що там ви побачите й пізнаєте істину набагато більш високу, ніж інші фази, яких ми торкалися, точно так, як ці фази вище розхожих вірувань юрби. Ми сподіваємося, що вищі сили, які володіють пізнанням, будуть керувати нами й спрямовувати нас, і тоді ми зможемо так передати наше послання, щоб воно було прийняте і зрозуміле. Ми дякуємо тим, хто пройшов із нами весь цей шлях, і можемо запевнити їх, що їхнє співчуття завжди було для нас і допомогою, і натхненням.

Хай буде з вами мир.

Мантра (твердження)

Є тільки Єдине Життя; Єдине Життя основа всьому. Це життя проявляється через мене і через усяку іншу форму, образ, річ. Я спочиваю на лоні великого океану життя і він підтримує мене й несе дбайливо, хоча хвилі піднімаються й падають, хоча бурі ревуть і лютують. Я в безпеці на океані життя і радіюся, коли відчуваю змах його руху. Ніщо не може нашкодити мені; я в безпеці, хоча все змінюється – одне приходить, інше йде. Я становлю одне з усім життям і я відчуваю за собою силу, знання та мир; вони опора для моїх ніг; вони в мені. О, Єдине Життя! Проявися через мене; неси мене то на гребінь хвиль, то спускайся зі мною на дно океану – все добре для мене, коли я відчуваю Твоє життя, що проявляється в мені й через мене. Я живий твоїм життям і я розкриваю свою душу, щоб Ти могло проявитися в мені у всій повноті й вільно виливатися з мене.